

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年未満用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from one semester to a year)

記入日/Date: 2023/6/24

■ID: A22139

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-USTER.html>

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学(NTU)

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2022/8/29 ~ 2023/6/9

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 総合文化研究科広域科学専攻関連基礎科学系 修士課程

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 修士2年

■留学を決めるまでの経緯/How and why did you decide to study abroad?:

私は日台ハーフで、自分のルーツがあり、大好きな場所でもある台湾で学び、生活するという経験に、漠然とした憧れはあった。しかし、学部生時代には、大学入学後に勉強を始めた中国語の能力が高等教育を受けられるだけのレベルに達していないと感じていたことに加え、進学選択で進んだコースの基礎知識も十分についていないうちに、コミュニケーションに不安のある国に行っても満足に学べないのではないかと考え、応募の検討に至らなかった。ところが、学部4年生の夏頃、卒業論文や大学院入試の手応え、個人的な出来事などで大きくつまずき、将来博士後期課程に進学しないことをほとんど決めるに至ったことをきっかけに、修士課程での交換留学を考えるようになった。最大の理由は、就職後は学生時代よりも自由に行動しにくいことが想定され、年単位で留学する最後のチャンスかもしれないということであった。この頃には中国語の力に自信が付きはじめ、将来自分で台湾に行ったり、台湾について考えたり、親戚をはじめとする台湾人とやりとりしたい、台湾人の友達をつくりたいといった思いが強くなっていた。アルバイトによる貯金もあり、ざっと計算して奨学金が得られるなら自分の貯金を使って現地で生活できそうであった。目的と機会、手段が揃い、挑戦しないという選択肢はなくなった。

留学の時期について/About the timing of the study abroad period

■留学前の本学での修学状況/Academic status BEFORE the program:

2022年/Academic year / 修士2年/University year / S2学期まで履修/Completed semester

■留学中の学籍/Academic Status during the studying abroad/program:

留学

■留学後の本学での修学状況/Academic status ON RETURN:

2023年/Academic year / 修士2年/University year / A1学期から履修開始/Semester

■留学にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to study abroad:

博士課程に進まないことを決めたことで、この時期が1年間の交換留学をする最後のチャンスかもしれないと考えたため。

■ 留学先で履修した授業科目と単位数の詳細/Subjects taken and credits earned :

- ・中国古代の科学、技術と医療 (History of Science, Technology, and Medicine in Pre-modern China) /2
- ・国際生華語 (一)(General Chinese Language Course (I))/3
- ・国際生華語 (二)(General Chinese Language Course (II))/3
- ・国際生初級臺語 (Basic Taiwanese)/2
- ・国際生進階臺語 (Intermediate Taiwanese)/2

■ 留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad :

- ・学生寮がキャンパス内にあったため、授業と授業の合間に時間がある場合は部屋に戻っていた。
- ・講義にもよるが、課題が非常に多く、「国際生華語」に関しては(教員にもよりそうだが)課題をこなしているだけでも内容が身につくと思われる。
- ・台湾大学の交換留学生への要求は 1 学期あたり 2 科目または 4 単位以上と少なく、東大での単位認定の予定もないため、特に第 2 学期は履修ではなく聴講という形を選んだ科目が多かった。課題の負担を減らした分、講義内容の消化に力を使うことができたし、余裕があれば聴講でも課題を提出できたので、よい選択であったと考えている。
- ・第 1 学期に履修していた「中国古代の科学、技術と医療」と第 2 学期に聴講していた「中国古代の医療と文化」はやや専門的な内容であり、スピードも速かったので、授業中はお話を聴いて適宜メモを取りながらスライドをすべて撮影し、部屋に戻った後にスライドをノートに書き写しながらメモを確認して理解するという方法でついていくようにした。
- ・中国語に関しては、「国際生華語」を 1 年間履修した。希望すれば、enhancing クラスも併せて履修することができたが、私は履修しなかった。クラス分けテストはあまり正確ではないため、初週はテキストを購入せずに、あてがわれたレベルと前後のレベルのクラスを必要に応じて体験し、自分で決めたほうがよいかもしれない。授業は基本的にスピーキングに重きを置いて進め、残りの 3 技能は課題で補うというような印象であった。「中級三」と「高級」では書面語を学ぶことができる。
- ・第 2 学期の「国際生華語」では、ある週末に補講と称して 3 時間程度の大稲埕ガイドに行った。ガイドの方がマイナーな歴史的地点を含めたコースを案内してくださり、勉強になった。
- ・台湾語に関して、「国際生臺語」では物足りなかったため、「農村生活臺語會話」という台湾人向けの台湾語の授業を聴講した。台湾語がある程度聞き取れれば、台湾の農村に関連する文化に触れることができ、台湾人学生とのやり取りの機会もあったので、有意義だと感じた。
- ・第 2 学期には、東大での指導教員によるご紹介から知り合った国立清華大学の先生の講義を、ご厚意で聴講させていただいた。通学には時間と費用がかかったが、学会の開催を知らせていただくなど、よい機会を得られた。

■ 留学先での 1 学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits earned per semester :

1～3 科目/Subjects / 1～10 単位/credits 以上

■ 1 週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week :

21 時間以上

■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research :

文化活動

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research :

ISIE という学内サークルが不定期で留学生向けの大小の文化体験イベントを開催しており、私は「布袋戯」(台湾人形劇)と「ケルト文化」のワークショップに参加した。前者では布袋戯の歴史を学んだ後、実際に布袋戯の人形を操る体験ができた。後者ではケルト文化について学びながらクイズをしたり、ダンスやおやつを体験した。このサークルが開催する桃園などへの 1day トリップは非常に人気で、1 度も申し込めなかった。参加したい場合は Facebook をフォローして頻繁にチェックする必要があるようである。

■週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :

【週末】課題に取り組むか、洗濯するか、ルームメイトやほかの友人と出かけるかしていた。学食が開いていないという口実でおいしいものを食べに行ったり、疲れたときは遅めの時間まで寝ていたこともあった。このほか、母の友人に誘っていただき、時々舞台芸術の鑑賞に行った。戯曲学院の学生による「歌仔戯」(台湾オペラ)は、台湾語の文語でセリフの理解が難しかったが、実力があり演出も楽しく、印象に残っている。

【授業がない平日】

・台湾国内でしか視聴できない番組を視聴していた。日本で観るのとは異なる番組は興味深いだけでなく、別の角度から文化や慣習を学ぶ材料にもなった。

・思い立ったら 1 人でどこかへ行って見ていた。特に、観光客受け入れ解禁の前日に行った九份は、悪天候の影響もあって非常に空いており、もうあのような光景を見ることはないだろうという点で非常に印象深い思い出である。また、歩いたことのない道を適当に歩いて、おいしそうな飲食店に入ってみるのも楽しかった。

【長期休暇】

・何度か旅行をした。何人もの人に旧正月は食べるものがないと言われたので、2 泊 3 日で台中に行き、母の友人に旧正月メニューをご馳走していただいた。2 月には日本から友人が卒業旅行で来てくれ、4 泊 5 日で台南

・台北のあらゆる地点を巡った。かなりよくばりなコースを作成したが、友人は気に入った様子でまた来たいと言ってくれ、台湾に初めて小さな貢献ができたようで嬉しかった。6 月には別の友人が来てくれ、4 泊 5 日の行程で台北を案内したほか、4 月に知り合った台湾大学 OB の方に誘っていただき、私のルームメイトを含む多国籍の 6 人で台中に 1 泊 2 日の旅行に行った。

・突然、学生時代で、かつ台北に住んでいないとできないような意味のないことがしてみたくなり、「忠孝東路走九遍」という台湾の名曲にちなんで忠孝東路を 2 回(1 往復)歩いた。途中で有名な朝食店「阜杭豆漿」や不思議な形のマンション「陶朱隱園」、個人的に気に入っているコーヒー店、入ったことのなかった台湾グルメのお店などに寄り道し、自由に楽しかった。しかし、普段大した運動をしていなかったのに、1~2 日の間脚が痛くなった。

・旧正月頃には「年貨」(旧正月の準備のための市場)を訪れたが、買い物客でごった返しており、活気を体感しただけで帰路に着くこととなった。

・冬季休暇の後半は、就職活動にそれなりの時間を割いた。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities :

【図書館】学生証で入退館・貸借する。閲覧席のほか、24 時間利用可能な自習室がある。ソファがあり、

時々そこで寝ている学生がいる。専用アプリがあり、混み具合や利用状況をリアルタイムで確認できる。

【スポーツ施設】ルームメイトと安価な卓球ラケット・ボールを購入して、寮の地下の卓球室で体を動かした。体育館ではバドミントンなどができるそうだが、高価ではないものの利用料が必要らしい。また、バスケットボールコートやバッティングができる屋外施設など、スポーツ施設は充実しているようであった。

【食堂】キャンパス内に複数点在しており、料理の種類も豊富である。ほとんどの店舗では学生証で割引が受けられるが、学食に期待されるような低価格ではない店舗もある。

【PC・Wi-Fi 環境】ポケット Wi-Fi を利用していたのであまりわからないが、寮は夜になると通信が遅くなることがあった。

■ サポート体制/Support for students :

できるだけ自力で生活してみよう、というのが心算のひとつであり、あまりサポートを利用しなかったため、サポート体制について特に強い印象はない。ただ、交換留学生受け入れ担当の方は 1 人で広大な地域を担当されており、質問への返答にかなりの時間がかかる場合があった。学生ボランティアは単位取得のために参加している人から熱心な人までさまざまらしく、私の場合ははじめの手続きまでは熱心に関わってくれたものの、その後連絡がなくなった。聞くところによると、滞在中に観光地などいろいろなところに案内してくれる学生もいるようである。ボランティアと友達になりたいければ、自分から関わっていく必要があるかもしれない。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :

学生寮

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :

【滞在した学生寮】「研一舎」という大学院生向け寮に滞在した。広大な台湾大学メインキャンパスの中に位置し、キャンパスの最寄駅である公館にも徒歩 2~3 分でアクセス可能なこの上ない立地であった。【部屋タイプ】2 人 1 室で、11 月初め頃までは台湾人の正規学生、それ以降はドイツ人の正規学生と同室であった。ルームメイトとはその日の出来事やそれぞれの国の文化・考え方などについて(時には夢中になって夜が明けるまで)話したり、週末や長期休暇には一緒に出かけたりした。コミュニケーションには中国語を使っていたので、会話の練習になった。留学前は 1 人部屋を希望していたが、ルームメイトに恵まれたこともあり、2 人 1 室でよかったと思っている。

【設備】

・居室(家具):洋服箆箆と「ベッドフレーム+引き出し(3 段×2)+扉のない棚 5+浅い引き出し付きの机+大きいものを入れられるスペース」が作り付けられている。建て付けはよくない。引き出しのひとつは南京錠(自分で用意する)をかけられる。マットレスは自分で購入する必要があるが、私は日本で寝心地を確認したものを IKEA にメール注文して、入居日に寮に配達していただいた。

・居室(温度調節):エアコン 1 台と天井に扇風機 1 台がついている。エアコンは学内のコンビニなどで「冷氣卡(エアコンカード・1 枚 400 台湾ドル)」を購入し、それを挿して利用する。機能は冷房・除湿・送風のみで、除湿の方が気温が下がった。扇風機は埃が溜まっていたが高すぎて手が届かず掃除できないことと、「弱」の風量が強すぎたことから、使わなかった。窓には換気扇がついていたが、居室は 2 階で窓のすぐ外に木があって虫の侵入の危険があったので、そもそも窓が開けられなかった。扉は外側に網戸がついているので、開ければ多少は換気できたが、それでもほとんど常にエアコンの除湿機能を使用しなければならなかった。

・居室(湿度調節):入居当初、顆粒が入った吊り下げるタイプの除湿バッグを洋服筆筒の中で使用したところ、1 週間ほどで水がいっぱいになってしまった。これにショックを受け、PChome というネットショッピングサイトで繰り返し使える除湿器(コンセントに挿すと発熱して吸った水分を発散するタイプ)を 4 つ購入し、2 つを洋服筆筒に、1 つをかけ布団とシーツの間に、残り 1 つをコップや歯ブラシを入れていたクリアケースに入れたところ、かなり快適になった。これとほぼ常につけていたエアコンの除湿でかなりよい環境であったはずだが、それでもルームメイトの持ち物がいくつかカビていた。

・居室(Wi-Fi):Wi-Fi ルーター(自分で用意する)を繋ぎ、専用サイトで申請を行わなければ利用できない。私はポケット Wi-Fi をレンタルしていたこともあり、ルーターを購入しなくなかったので利用しなかった。

・洗面・浴室:左右いずれかの隣室との間に洗面・浴室があり、4 人で共同利用する方式。トイレトペーパーやシャンプーなどの消耗品は各自で購入して室内の棚に置いておけた。清掃をどのように分担するかは 4 人で相談して決めることになっていた。湿度の高い台湾の洗面室としては信じ難いことに、女子寮の洗面室には窓がなく、小さい換気扇 1 台が天井についているのみであり、それも洗面室の照明と共通のスイッチであるため、ほとんど照明を消すことができないし、いずれにしてもすぐにカビが生えて、落とせなくなっている部分も多々あった。

・洗濯室:各階に 1 室。洗濯機、脱水機、乾燥機、物干し竿がある。洗濯機・乾燥機は有料で、入居当時は前者が 1 回 10 台湾ドル、後者が 30 分 10 台湾ドルであったが、4 月頃からそれぞれ 20 台湾ドルに値上げされた。基本的に湿度が非常に高いため、完全に乾かすためには乾燥機を使う必要がある。洗濯後乾燥機を 2 回回している人が多そうであったが、私は節約のため、脱水機で脱水して一旦干し、2~3 日後に 1 回乾燥機を回していた。洗濯物用の大きめのバッグと物干し用のピンチが多くついたハンガー 2 つを持参したのは便利であった。通常のハンガーは IKEA の 10 本セットのものが安かった。洗剤は近所にある寶雅 POYA という日用品のチェーン店で購入していた。

・伝達室:1 階にあり、巡回の時間以外は 24 時間対応。届け荷物の受け取りのほか、殺虫剤や大きな除湿器、掃除機などあらゆるものを借りられる。

・福祉社:地下にある売店・食堂だが、パンデミックの影響を受けて閉店したようであった。

・卓球室:地下にあり、伝達室に学生証を預けることで 1 回 2 時間まで借りられる。

【その他】

・セキュリティ:学生証が門を開けるカードキーになっている。また、ある程度遅い時間になると、女子寮の建物に入るためにもう一度カードをかざす必要がある。

・虫:入居当日まで少なくとも夏季休暇いっぱい誰も使っていなかった様子にもかかわらず窓が開け放しており、網戸の建て付けもよくなかったため、窓の開いているほうに近かった私の机・引き出し・ベッドフレームには無数の小さな黒い虫が歩いていた。それらの退治後も、ほぼ毎日細長い飛ぶ虫が現れたほか、ダニのような肉眼でギリギリ見える程度の小さい虫が無数に歩いており、辟易した。殺虫剤は伝達室で借りることができるが、あまりに現れすぎるので、自分で購入していた。12 月の寒くなり始めまでに大きな缶を 2 本以上消費してやっとほとんど現れなくなり、再び暑くなり始めてからもダニのような虫はほぼ現れなくなった(※ルームメイトの側やほかの学生の部屋にはここまで虫はいなかったようなので、それほど心配することはないと思われる)。台湾といえばゴキブリが有名(?)のような気がするが、外を巨大なものが歩いているくらいで、室内では見なかった。

・夜食:各学期の中間試験・期末試験前に 1 回ずつ、無料の夜食配布があった。タルトや鶏排などのメイン 1 種類、フルーツ、飲み物がもらえる。

・退居:専用ウェブサイトで手続きが必要。入学手続きの際に 6 月 30 日までの保険加入を求められたにもかかわらず、17 日までの退居を求められたのが非常に腑に落ちなかった。

【見つけた方法】通常交換留学生があてがわれる「水源宿舍」の抽選にもれた後、ほかの学生寮への入居を希望するかどうかのアンケートがあり、それに希望を出したところ、紹介していただいた。

【台湾大学の学生寮一般について】

・パンデミックの影響からか、交換留学生受け入れ解禁後学生数が激増したらしく、キャンパスから離れた南勢角という場所に借り上げられた住居を紹介された学生が散見された。台湾に向かう前日に学生寮が用意されたことを知らされたという学生もいた。そもそも学生寮に入れなかった学生もあり、自力で見つけたと言っていた。

・家賃や洗濯機・乾燥機の利用料は寮によってかなり異なる。研一舎の費用はかなり安かったようである。

・入居の際、部屋が長期間使われていなかった可能性もあるので、雑巾を持参すると便利である。

・交換相手を見つければ、寮の部屋を交換することができる。このシステムにより、私のルームメイトが 1 度かわった。

・寮によって退居期限が異なる。例えば、1 人部屋のある水源宿舍は研一舎よりも退居期限が早かった。

・研一舎を含めた、基本的に台湾人学生が入居している寮については、學生住宿服務組のサイト (https://osa_dorm.ntu.edu.tw/AboutUs/DormInformation/Dorm_Information) で基本情報を確認できる。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

【気候】

・1 年を通して非常に多湿である。換気と除湿を徹底しないと持ち物がカビてしまう。

・特に夏は突然大雨が降り、雷が鳴り、突然止む。おそらく非常に予測しにくい天気であり、気象予報にかかわらず降る。絶対に壊れない折り畳み傘が壊れてもよい折り畳み傘を常に携帯し、靴は滑りにくく、防水のものがあるとよい。

・暑い期間が長く、30 度を超える日もかなり多い。冷房が激しく効いている(ことを売りにしている)お店も多く、羽織りものを携帯しておくで安心。

・冬は寒く、湿度が高いせいか雪国出身でも寒いと感じるほどであるらしい。ただ、今回はそれほど寒く感じた日は数えるほどであった。ニットに長めのウルトラライトダウンとさほど分厚くないマフラーで乗り切れた。

【大学周辺の様子】

・太い道に囲まれており、車通りが多い。

・台北 101 が見える。

【交通機関】

・MRT 公館駅に隣接している。MRT は初乗りが 20 台湾ドルと安く、駅も多く範囲も広いので便利である。

・周辺にバス停が数か所ある。乗りたいバスの番号が分かれば、運行状況(あと何分で来るかなど)をブラウザやアプリで検索できる。

・学内外に YouBike(シェアサイクル)ステーションがあり、最初の登録を済ませればかなり便利に使えるらしい。

【食事】台湾は飲食店が非常に多く、高級店に行かなければ出費も抑えられる。私は普段の食事は 1 日 300 台湾ドルまでと決めて生活していたが、うまく調整すればこの予算で 3 食とドリンクスタンドのお茶を購入することができる。また、ほとんど毎朝学外の永和豆漿という豆乳店で朝食をとっていたところ、顔を覚えて高頻度で 5 台湾ドル前後おまけしていただいたばかりか、お土産やお裾分けをいただいたこともあった。

- ・学内各所に学食があり、サブウェイ、モスバーガー、マクドナルド、ケンタッキーといったチェーン店もある。学内の多くの飲食店および学外の一部の飲食店では、学生証を提示すると割引が受けられる。
- ・公館駅を挟んだ向かいに公館夜市があり、それに隣接する汀州路沿いにもたくさんの飲食店がある。
- ・西側の道路を挟んだ向かいのエリアにもたくさんの飲食店がある。
- ・北側も、「118 巷」と呼ばれる学生に人気の通りをはじめ、たくさんの飲食店がある。
- ・少し歩けば師大夜市や永康街といったグルメストリートに行くことができる。

■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

【現金】海外送金で毎度手数料を支払うのが勿体無いと感じたため、50 万円を持参した。入国時あまりよいレートではなかったが、一喜一憂しなくなかったため、約 45 万円を空港で両替した(大金の持ち込みには制限額があるため、注意が必要)。口座開設には居留証の発行を待つ必要があったため、南京錠をかけていたとはいえ、それまで部屋に大金があったのは少し怖かった。また、これに加えて、留学中に渡台の予定があった母に 10 万円を持ってきてもらい、空港で両替した。最終的には、最初に両替しなかった日本円全額と約 15,000 台湾ドルが残った。

【口座開設】公館駅の改札外に郵便局と ATM があるため、そこで口座を開設した。口座開設にはその場での予約が必要であり、基本的に初めて行ったその日には開設できないようであった。ただ、台湾大学に隣接していることもあり、外国人の口座開設にはかなり慣れている様子で、予約当日はスムーズに手続きできた。印鑑はあったほうが便利だが、サインで代えることもできる。開設が完了すると、キャッシュ・デビット一体型カードと通帳が発行され、アプリも使えるようになる。

【クレジットカード】ドラッグストアチェーン屈臣氏 watsons、日用品チェーン寶雅 POYA、IKEA などでは日本から持参したカードが使えるが、ほとんどのコンビニと一部のネットショッピングでは台湾のカードしか使えない。

【電子マネー】学生証が「悠遊卡」(台湾の Suica のような交通系 IC カード)の学生カードになっており、駅などでチャージすれば直接使える。飲食店は現金のみか、現金と QR 決済のみが多い印象。悠遊卡の企業は「悠遊付」という QR 決済アプリを提供しており、悠遊卡や銀行口座と紐付けることで、支払いだけでなくオートチャージ、残高確認といった機能が使えるほか、頻繁にキャッシュバックキャンペーンも行われていたので非常に便利だと感じた。それ以外に、私は使っていなかったが、LINE Pay は適用範囲が広そうであった。

【宝くじつきレシート・「載具」】台湾のレシートは宝くじがついており、2 か月に 1 回抽選がある。宝くじレシートは基本的に、電子・紙(QR)・紙(QRなし)の 3 種類があり、私は「發票存摺」というアプリで管理していた。最初に登録が必要であるが、アプリのバーコード(「載具」)をお店の方に読み取ってもらうことで、紙を使わず、電子式レシートをアプリに直接送ってもらうことができる。電子式レシートは抽選の際ダブルチャンスもあるので、使えるときは電子式にしてもらうのがお得である。抽選はそれほどあたらないが、私は 1 度 500 台湾ドルがあたった。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

【治安】基本的に良好で、多くの人がリュックサックを後ろに背負って問題なさそうにしている。ただ、スリはいるらしいし、留学中ごくまれに拳銃関係のニュースも目にしたので、日本よりは用心が必要かもしれない。もっと深刻なのは交通の乱れ(「行人地獄」)であり、自転車も自動車も大量のスクーターも無謀な運転が目立つ。基本的に車を先に行かせたほうが安全である。

【医療】体質で虫刺されが巨大な水ぶくれになってしまったため、学内の保健センターを 1 度受診した。診

察開始より前に番号札の配布が始まり、人数がいっぱいになると締め切られる。私が受診したときは長期休暇に入っていたため、午後の診察は週 1 回のみで、それ以外は午前のみとかなり限られていたが、配布開始の 30 分後に到着してもそれほど待たなかった。診察と処置は割合丁寧にしていただいたと感じる。学外の通常の病院では日本語対応可能などところもあるらしい。

【心身の健康管理】使い慣れた日用品を持参する、おいしいものを食べる、散歩する、日本の家族・友人と Zoom で話す、時々出かける、などによって、感じなくてよいストレスは感じないように、感じたストレスはできるだけ早く解消するようにした。

留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad

■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :

申請は「NTU Incoming Exchange Student Program System」というウェブサイトへの記入・書類アップロードがメインであった。

【記入内容】・個人情報：派遣元大学、英文氏名、中文氏名、生年月日、性別、母語、連絡先、緊急連絡先。・国籍情報：国籍、台湾国籍の有無。・交換留学の情報：現所属、希望する留学期間・所属先。・中国語能力：「国際生華語」を履修したい学生向けのアンケートであり、申請にあたって中国語能力が必須ということではない。ただし、このアンケートは必ずしもクラス分けに反映されていないようである。・学生寮に関する希望調査：入居希望の有無、希望する寮・部屋タイプ。

【必要書類】・パスポートサイズの証明写真画像(学生証用・JPG)：写真店で撮影していただいた際に、電子データも購入しておいた。・留学の動機と計画を述べた「讀書計畫 motivation letter」(中/英・PDF1 ページ・様式自由)：「動機と目的」と「具体的な計画」の 2 項目に分けて、練習も兼ねて中国語で書いた。・現在の学位における全成績が書かれた成績証明書(中/英・PDF)：証明書自動発行機で英文の証明書を取得した。・パスポート(台湾以外)の顔写真ページの画像：スキャン画像。・誓約書：書類アップロードのページからダウンロードし、印刷・署名のうえスキャンした画像をアップロードした。申請が通ると、学生証番号や留学期間、自分を担当する学生ボランティアなどの情報が表示され、Acceptance Letter が本部宛に発送される。当時はパンデミックのため交換留学生受け入れが未解禁であったため、学生証番号・学生ボランティア割り当て・Acceptance Letter 発送が解禁まで延期されていたと記憶している。このためか、情報確認ページから録取証明 Confirmation of Exchange Student Admission の PDF をダウンロードできるようになっていた。また、このほかに、台湾大学の交換留学生受け入れ(アジア)担当の方から、以後の手続きなど(パンデミック関係・Welcome Week Activities・講義情報の検索・学生ボランティア・健康診断書と保険)についてのメールが来た。学期開始の直前になると、指定された場所に出向いての入学手続きがあるが、入国に際する隔離措置期間中であったため、オンラインでの実施となった。同様の理由で Welcome Week Activities にも参加できず、台湾や台湾大学での生活についての動画を視聴しただけであった。手続きには健康診断・保険関係の書類のほか、家賃とインターネット関連の手数料(コンビニなどで支払っておく)の領収書、入学声明書の提出と、「導生綜合資料」の入力が必要であった。「導生綜合資料」の入力内容は自分の基本的な情報がメインであるが、「自傳 autobiography」と緊急連絡先は厄介かもしれない。緊急連絡先は現地の連絡先が 2 つ必要なので、学生ボランティアのほかにもう 1 人見つける必要がある。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

【留学前】居住地によって「台北駐日経済文化代表処」(台湾大使館に相当する機関)のどの分処で申請するかが異なる。私は神奈川県在住なので、横浜分処で申請した。申請に必要な情報(必要書類、費用など)は概ねウェブサイトで確認でき、申請書もウェブ作成である。分処ごとのウェブサイトは詳しくはまちまちで

あり、他分処のサイトや中国語版を併せて確認することで不明点が解消する場合がある。新型コロナウイルス感染症の影響で、交換留学ビザはかなりギリギリになってから解禁され、手続きには通常時とは異なる手順や提出書類があった。代表処も予約殺到と人手の問題で手一杯のようであった中で、運よく早めにご対応いただいた。申請からは2日でビザが発行された。【留学中】1年間の留学の場合は、入国後一定期間内に居留証を申請しなければならない。申請方法はウェブ(<https://coa.immigration.gov.tw/coa-frontend/student/entry/foreign-student>)に限られ、移民署窓口では受け付けてもらえない。費用もウェブ支払いであった。

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health:

【健康診断】台湾大学への申請が通ったことを知らせるメールに、台湾大学指定の様式が添付されていた。1年間の留学の場合は、居留ビザ申請用の様式

(https://www.cdc.gov.tw/En/Category/ListContent/C4w0xUaCBCKzdd6BxDGWcA?uaid=y9n9sbUrog_Pj6lGIPVDCA)も必要。東大の毎年の健康診断を受けていれば、足りない項目を追加で受けるだけで診断書を発行していただける保健センターのトラベルクリニック(メール予約が必要なので、早めにウェブサイトが必要書類・情報を確認しておくのがおすすめ)が便利だと思い、受診した。・費用:血液検査 400 円、尿検査 150 円、診断書 2 通で 2000 円。

・注意しておくおよびよさそうな点:

- (1) 当日に結果が出ない項目があるため、診断書は即日発行にはならない。
- (2) 診断書発行を依頼すると、医師と必要な検査などを相談することになるので、事前に各様式の記入例や項目を把握しておくほうがよい。
- (3) X 線は期限が設定されているため、その年の健康診断の時期がその期限内に収まるように受診しておかないと、X 線を撮り直さなければならなくなる。
- (4) 様式は自分で印刷して持っていく必要があり、証明写真は貼ってくるように言われるが、書き損じの可能性もあるので、何部か印刷した上で、証明写真は貼らずに糊を持参するのがよいと思われる。
- (5) 病院印の欄が狭すぎるものがあるが、余白に押しもらえれば問題なかった。

【常備薬】お腹を壊しやすいので、市販の整腸薬を持参した。また、使い慣れたものを続けて使えたほうがストレスにならないと考え、10 か月分の生理用品も持っていった。著名な日本の市販薬・日用品などの多くは台湾でも手に入るが、大抵は日本で購入した方が安価なので、必ず使うものは持っていこうと考えた。

【予防接種】健康診断のためのトラベルクリニック受診の際、同時に相談し、A 型肝炎と三種混合ワクチンを打つことになった。複数回打つワクチンは打ちきるのに一定程度の期間が必要なので、余裕を持って相談に行くのが安心である。・費用:A 型肝炎 2 回で 12,000 円、三種混合 2,500 円。

■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance:

全学交換留学の参加学生は「学研災付帯海外留学保険(付帯海学)」と危機管理サービス「Overseas Student Safety Management Assistance サービス(OSSMA)」への加入が必須。台湾大学側から保険の証明の提出を求められるが、「付帯海学」で十分である。このほか、台湾から半年以上出国せず留まると台湾の国民健康保険への加入資格が発生するそうだが、私は加入しなかった。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo:

【留学前】「留学許可願」と派遣先大学の入学許可書のほか、パンデミック対応のため「海外渡航における感染対策等注意事項確認書」の提出(ファイルアップロード)が必要であった。系長印や指導教員印を集める必要がある上、締め切りが渡航予定の2 か月前とかなり早いため、注意が必要である。

【留学中】帰国日が不確定であったため、確定後に連絡が必要であった。

【留学後】帰国後にしか履修できないものを除き、必要な単位は留学前に取りきったため、特に手続きはない。

■語学関係の準備/Language preparation:

・出発前の語学レベル: 留学開始の約 1 年前に TOCFL 華語文能力測驗 Level5 流利級 (CEFR C1)、HSK5 級スコア 238、TOEFL iBT スコア 93 を取得し、学内での応募に利用した。

・取り組んだ語学学習: 留学のために特別に行ったことは特にない。元々台湾で使うことを念頭に、台湾の YouTube 動画 (美食・観光地紹介、ニュース番組など) を使って中国語学習をしており、それを続けていた。

・準備にあたってのアドバイス: 台湾大学への交換留学は英語のみでも申請可能であるが、英語版の案内はわかりやすい/正確であるとは言い難い場合もあるので、中国語ができるに越したことはない。また、大陸の中国語を勉強してきた場合は、動画やインターネット記事などで、繁体字や発音、台湾でよく使われる言い回しに慣れておくと安心かもしれない。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation:

航空費/Airfare	88,000 円/JPY
派遣先への支払い (授業料・施設利用料など) /Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	5,500 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	1,000 円/JPY
海外留学保険料 (東京大学指定のもの) /Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	119,338 円/JPY
保険・社会保障料 (留学先で必要だったもの) /Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

・航空賃: 往路のみマイル利用による特典航空券購入。それぞれ片道で購入したため、特に袋は往復で購入する場合に比べてかなり高額になった。

・派遣先への支払い: 1 学期あたり 600 台湾ドル (変動するらしい?) の「電腦及網路通訊使用費」を支払う必要がある。

・海外旅行保険料: 付帯海学 (保険料 88980 円 + 手数料 476 円) + OSSMA (会費 29700 円 + 手数料 182 円)。

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period:

家賃/Rent	9,150 円/JPY
食費/Food	35,000 円/JPY
交通費/Transportation	3,600 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	5,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

・家賃: 寮や部屋のタイプによってかなり差がある。私は運よく家賃が非常に安い寮をあてがっていただいた。冷房費と洗濯機・乾燥機利用料以外はすべて含まれていた。

・交通費: 基本的に非常に安い。私は第 2 学期に週 1 回のペースで国立清華大学 (新竹市) に通っていたため、多めにかかった。

・娯楽費：長期休暇に旅行に行く際に一定程度費用が要ったが、毎月の出費はさほど多くなかった。すべてを単純に平均すれば月 5,000 円程度であったと思われる。

・その他：パンデミックの影響で入国直後の隔離措置(3+4)があったので、その際の隔離ホテル滞在費用が別途必要であった。

■ 留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :

受給した

■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :

日本学生支援機構(JASSO)2022 年度海外留学支援制度(協定派遣)奨学金

■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :

60,000 円

■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :

全部で 10 か月分支給された。

■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :

大学(本部)からの紹介

今後の予定について/About your future plans

■ 留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定の)もの/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo :

なし

■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :

28 単位/credit(s)

■ 留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo :

0 単位/credit(s)

■ これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :

4 単位/credit(s)

■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm) :

2024 年 3 月

留学を振り返って/Reflection

■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :

・私にとって最も大きな意義は、自分のルーツがある国で暮らす経験ができたことであった。今回の留学の目的のひとつは、自分の人生においてもうひとつの可能性であったかもしれない「台湾での生活」を自力で体験してみようというものであった。留学と聞くと非日常的に思えたが、10 か月間という長いようで短く、短いようで長い期間の留学で、むしろできるだけ日常らしい日常を過ごそうとした。例えば、近所のお店の常連になってみる、アプリなどに登録してお得なサービスを利用してみる、時には無理せずのんびりする、などである。あまりに日常になりすぎて、留学生としては有意義に過ごしきれなかった時間もあったとは思われる。しかし、「自分が 1 人で長く台湾にいる」ということに特別感がなくなったことで、台湾滞在中も、日本に帰国してからも、以前に比べて台湾との間に感じる距離が短くなった気がしている。これは、日台ハーフ

でありながら、留学前まで「ちょっと台湾旅行の回数が多い、通訳の必要な日本人」でしかなかった私にとって、間違いなく大きな一歩であったと思う。

・学業面では、履修したかった講義の一部が開講されなかった反面、清華大学の講義を聴講させていただくなど、よくも悪くも想定とは異なる部分があったが、全体としてはよい経験ができたと感じている。東大からはアクセスできない台湾や中国の文献を入手することもできた。また、語学に関しても、中国語・台湾語の語彙や文法の引き出しを増やただけでなく、特に中国語は、講義やルームメイト・友人などとの会話を通してよりスムーズに話せるようになり、初対面の方に台湾人だと思われる場合も出てくるようになった。今後今回の留学ほど台湾にいられる機会はほとんどないかもしれないが、何らかの方法を見つけて、引き続き向上していきたいと考えている。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

留学自体から何らかの影響を受けたとは考えていないが、ほかの国から集まった学生たちの話を聞いて、働くことには私の知らなかったさまざまな形や考え方があるのだと知ることができたのは収穫であった。

■留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :

オンライン化の影響で、選考開始前までの就職活動は留学先からでも参加しやすかった。選考では完全オンラインであるか、一時帰国してでも参加したい企業のみ受けようにしたため、選択肢は狭かったが、面接に進んだ企業はいずれも個別にオンラインで対応してくださった(ただし、ほかの候補者が対面で自分だけオンラインの場合は、通信環境などによって印象に差がついてしまい、それに対する配慮をしていただけない場合がありそうであった)。

■留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :

学外の就職活動イベントに参加した、学会・セミナーに参加した、留学先から日本の新卒採用・インターシップなどに応募・受験した

■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):

民間企業

■今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

少なくとも私は、留学したことに後悔は一切ありません。少しでも興味があるなら、ぜひ応募してみてください。行き先として台湾を検討する価値は十分にあります。台湾が好き、台湾に興味がある方におすすめできるのはもちろん、行き先に迷っている方にとっても、日本からそう遠くなく、英語でも勉強でき、ご飯がおいしく、自然も豊かな台湾は、安心して豊富な経験に踏み出せる留学先だと思います。いずれにせよ、留学を考えている方が納得のいく選択ができるよう、心から願っています。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

・体験記:特に2019-2020のものが詳しく、大いに参照させていただいた。
・YouTube:台湾のYouTuberが台湾の美食や観光地を紹介しているものを見て、耳を慣らしつつ現地情報を手に入れていた。少し難易度は上がるが、中国語や台湾語のニュース番組を観ることもできる。
・Facebook:台湾では利用者が多く、学内外のイベントなどの情報を得るためにはアカウントがあると便利である。前述のISIEのほか、頻繁に文化イベントを行っている台北孔廟などをチェックしておく、文化体験の機会が広がるかもしれない。また、「NTU 臺大學生交流版」という台湾大学(+α)の学生限定のグループに加入しておく、落とし物の情報などが回ってくる。私は学生寮退居に際し、このグループ内で投稿

し、マットレスを別の学生に譲ることができた。

・Instagram: 以前は台湾では Facebook のイメージであったのだが、台湾人学生も留学生も、Instagram を交換する人が多かった。

・LINE: 授業によっては LINE グループがつくれ、そこで連絡が行われた。まれにオープンチャットで情報共有が行われる催しなどがあったようだが、国外のオープンチャットに参加するためには一度 LINE アプリをアンインストールし、再インストールして当該国の携帯電話番号で登録する必要があるそうであった。

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年未満用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from one semester to a year)

記入日/Date: 2023/1/2

■ID: A22140

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-USTER.html>

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学(NTU)

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2022/9/2 ~ 2022/12/23

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 総合文化研究科地域文化研究専攻

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 博士3年

■留学を決めるまでの経緯/How and why did you decide to study abroad?:

コロナ以前から博士論文の進行のために台湾に行く必要がありましたが、コロナによるビザ発行禁止で悩んでいたところ、交換留学生のビザが再開されて台湾に行きました。

留学の時期について/About the timing of the study abroad period

■留学前の本学での修学状況/Academic status BEFORE the program:

2022年/Academic year / 博士3年/University year / A2学期まで履修/Completed semester

■留学中の学籍/Academic Status during the studying abroad/program:

留学

■留学後の本学での修学状況/Academic status ON RETURN:

2023年/Academic year / 博士4年/University year / A1学期から履修開始/Semester

■留学にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to study abroad:

博士論文の資料収集のために台湾渡航の必要がありましたが、コロナ状況によって予定より遅くなりました。

学習・研究について/About study and research

■留学先で履修した授業科目と単位数の詳細/Subjects taken and credits earned:

国際学生中国語/3

Seminar on migration and diaspora in the Japanese empire/3

■留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad:

博士課程で授業を取る必要があまりなかったため、中国語と学部・大学院合併ゼミ、二つを履修しました。中国語は留学生の中で、希望者をレベルテストによって班分けします。私のクラスはとくに先生の説明が良く、学生同士に練習する機会が多くてみんなあ良くなりました。学部・大学院合併ゼミは毎週中国語でコメントを提出しなければならなかったし、討論にも参加しなければならなかったため、毎週の準備がかなり大変でした。授業後半からは、先生が中国語添削のために学生さんを紹介してくださいました。

■留学先での1学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits

earned per semester :
1～3 科目/Subjects / 1～10 単位/credits 以上
■ 1 週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week :
21 時間以上/hours
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research :
スポーツ
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research :
Yoga の授業を聴講して、大学内のプールを利用しました。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
週末には台北付近の観光地を訪問しました。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■ 設備/Facilities :
最初に Wi-Fi 費用を払ってから、自分のアカウントで学内 Wi-Fi を使用することができます。情報センターを利用すると、一人一学期 100NTD 分の印刷が無料です。学内に大きい体育館があります。プールの場合、30 回に 750NTD です。施設は日本の一般的な区立プールとほぼ同じです。図書館は 6～7 ヶ所あります。学生が一番多い図書館は中央図書館、綺麗で人気がある図書館は社会科学院図書館です。
■ サポート体制/Support for students :
大学側で提供するサポートはありません。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
大学側で提供する学生寮は三つで、Prince Dorm(キャンパス徒歩 7 分)、キャンパス内の Guoqing Dorm (2 人部屋、大学院生のみ)、大学 40 分距離の Yuantong 寮(4 人部屋)です。私は全東アジアで学生生活の経験しましたが、Yuantong 寮は 120 人に冷蔵庫 1 台、大学の管理がない(問題を起こす人を退去させる制度がない)ことなど、想像したこともない環境でした。大学の運営システムを理解できないことばかりで、例えば派遣期間ではない 2 月分も、強制払いになり、払い戻しはできません。(つまり、実質途中退去できません。)私の派遣の際は隔離があって、隔離終了後も条件ありの宿泊施設しか入れなかったのも、賃貸を探すことはほぼ無理でした。しかし、次 Yuantong 寮に配置される学生は、入居申請の取消をするか、交換留学を取消することを考慮してください。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
気候 台北は基本的に暖かいと言われていますが、日本よりも湿度が高くて、かなり寒い風が引きます。(12 月の最低気温は 5 度でした)しかし、学生寮には暖房がありません。窓も薄いです。私は湯たんぽを使用した。台北の冬はほぼ雨です。10 月は 15～16 日連続、11 月から 12 月までは 20 日連続で雨が降りました。学生寮には湿気調整ができる施設がなくて、閉まっていたスーツケースの内部までカビが発生する環境です。大学周辺の様子、交通機関、食事大学は「公館」という駅前で、台北の南部です。周辺には

電車(MRT)、多数のバスがあります。学生向けの食堂も多いです。物価も台北市内よりは安いです。近くに台湾師範大学、科学技術大学もあり、授業交換も可能なシステムになっています。食堂師大周辺にすごく多いし(師大夜市場)、科学技術大学の学食が台湾大学より安くて美味しいです。私が住んでいた学生寮は周りに朝ご飯屋以外はあまりなくて、大体大学周りで昼ご飯・夕飯を食べました。

■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

日本是世界で一番両替手数料が高い国なので、台湾の銀行で両替する方が良いです。両替手数料・レートが良い銀行は台湾ゆうちょ(学内にあります)と、台湾銀行です。一部の店ではクレジットカード、LINE PAY の利用も可能です。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

治安は良い方ですが、交通環境があまりよくありません(かなり危ないです)。医療関係事情は利用したことがなくて、詳しい情報はありますが、基本的に国際本部義務加入の保険から 100%支援できるという情報です。学内に保健センターもあります。

留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad

■留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :

国立台湾大学から 4 月〆切の申請書のメールが届きます。一番時間がかかる内容は修学計画書です。(英文又は中文)

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

私は日本人ではなくて、当時コロナの影響で現在日本学生ビザが発行できない状態であって、ビザの発行手続きが一般的ではなかったので省略いたします。

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :

台湾大学内に保健センターがあるので、簡単な薬は心配することはありませんが、一応常備薬は準備しました。

■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

東大で加入義務の保険はすごく条件が良いので、別の手続きは必要ではないと思います。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :

海外留学届の提出と、コロナ状況による情報シートの提出があります。

■語学関係の準備/Language preparation :

生活に障害のない英語・中国語能力はありましたので、とくに準備したことはありません(HSK5 級程度)。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費/Airfare	60,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	1,800 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	2,000 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	81,000 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance	0 円/JPY

and/or social security (required by host institution/region/country)	
■その他、補足等/Additional comments :	
とくになし	

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :	
家賃/Rent	17,000 円/JPY
食費/Food	50,000 円/JPY
交通費/Transportation	20,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	10,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
台北・新北 1 か月バスが月 5,000 円程度、私は節約のためにほぼ遊びに行かなかったです	

■留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
東京大学	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
60,000 円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
大学(本部)からの紹介	

今後の予定について/About your future plans

■留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定の)もの/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo :	
予定なし	
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :	
20 単位/credit(s)	
■留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo :	
0 単位/credit(s)	
■これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :	
0 単位/credit(s)	
■卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm) :	
2024 年 3 月	

留学を振り返って/Reflection

■留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :	
私は既に海外生活が 8 年で、母国以外に 3 か国に住んだ経験があるので、海外生活・第二言語で生活す	

るなど、プレッシャーはほぼなかったです。しかし、今後研究に必要な資料収集方法や、言語力は成長したと思います。

■ 今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

博士論文の資料収集のために台湾に滞在する必要がありましたので、今後のキャリアには役に立つと思います。

■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :

博士論文の作成に役に立つメリットがありました。

■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :

学会・セミナーに参加した。

■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):

研究職、大学教員希望

■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

自分が言語研修のために行くのか、海外経験のために行くのかなど、留学の目標をよく考えていくと最高の留学になると思います！

■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

東京大学 GoGlobal ウェブサイトが一番役に立ちました

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年未満用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from one semester to a year)

記入日/Date: 2023/2/20

■ID: A22171

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-USTEP.html>

■派遣先大学/Host university: 国立台湾大学(NTU)

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2022/8/29 ~ 2022/12/23

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 法学部第1類

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 学部4年

■留学を決めるまでの経緯/How and why did you decide to study abroad?:

大学入学時から漠然と長期留学に行きたいと思っていました。学部1年の時の大学の短期プログラムを通じてイギリスに一ヶ月ほどの短期滞在をしましたが、アジア圏をじっくり見ておきたいという思いが強くなり長期留学は中華圏にしようと思いました。その後 GLP-GEfIL で国立政治大学のオンラインサマープログラムに参加し台湾政治の奥深さに触れたことで、この分野を現地でしっかり勉強したいと思い渡航先を台湾に決めました。交換留学は学部3年の秋ごろを想定していましたが、コロナ禍で台湾は2年ほど受け入れを停止したため、結局渡航できたのは学部4年になってしまいました。1年間留学するために留年する選択肢もありましたが、交換留学申請時では依然として渡航できないリスクがあり(実際に受け入れ許可が出てビザ申請ができるようになったのは留学が始まる1ヶ月前の7月下旬だったし、中国籍だと今年度は渡航できなかった)、就活や院進を考えてやむを得ず留年する必要のない半年間の渡航で申請しました。

留学の時期について/About the timing of the study abroad period

■留学前の本学での修学状況/Academic status BEFORE the program:

2022年/Academic year / 学部4年/University year / S2学期まで履修/Completed semester

■留学中の学籍/Academic Status during the studying abroad/program:

留学

■留学後の本学での修学状況/Academic status ON RETURN:

2023年/Academic year / 学部4年/University year / W学期から履修開始/Semester

■留学にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to study abroad:

台湾政府が受け入れ許可を出してくれたのがこの時期だから。

学習・研究について/About study and research

■留学先で履修した授業科目と単位数の詳細/Subjects taken and credits earned:

国際生華語 (一) General Chinese Language Course (I)/2

臺灣憲法 Taiwan Constitution In Context/2

國際學伴之服務學習 International Companions for Learning/3

■ 留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad : 中国語の授業は1、2年次の勉強の延長あるいは同じことの繰り返しで、あまり能力が向上している感じはしませんでした(課題は小学生の漢字ドリルのような繰り返し練習がメインで、「山」の漢字を大学生になってから10回書くとは思っていませんでした)。店員やタクシーの運転手と話したときの方が語学を練習するいい機会だったように思います。僕の場合は所属していたバドミントンサークルの学生に実用的な中国語を教えてもらい、それがだいぶ良かったです。台湾大学には日本語を履修している学生がかなり多いので言語パートナーも作ればよりよかったと思いました。台湾憲法は外国人向けに英語で開講されている憲法の概説のような授業です。東大法学部のように、教科書を事前に読んで授業では教授が一方向的に喋る回が多かったですが、判例を読んできて議論する回も1、2回ありました。英語で判例を読むのは大変でしたが、東大法学部の授業で判例を読んでいた経験がかなり生きました。台湾の政治体制や統治機構、人権規定に対する理解度を深められ、個人的には大変興味深い授業でした。ICLは国際交流で単位がもらえる授業(ほぼボランティア活動)です。基本的には週に1回台湾の地方の小中学校向けに自国に関する20分ほどのプレゼンをパートナー(英語を中国語に訳してくれる現地学生)と一緒にオンラインでやります。そして学期ごとに1回だけ自分が担当している学校を訪れて対面交流するというものです(無料です)。このTripは自分の学校以外にも別の学生が担当している学校にも申し込むことができ、台湾のいろんな地方都市に行くことができます。旅行を通じて交友関係も広がります。ここまで聞くとかなり魅力的な授業だと思われるかもしれませんが実態も話しておく必要があります。Tripは遠方だと泊りがけで行きますが、ホテルがシェアルームな場合がほとんどです。私の場合は寮から抜け出たくて複数のTripに申し込みんだのに、宿泊先がまたしてもシェアルームだったのには絶望しました。それから週に1回20分の英語のプレゼンをするのも準備がなかなか大変です。かなり時間泥棒の側面があるので、他にやりたいことがあるのであればこの授業はあまりおすすめできません。個人的には取って後悔しています。
■ 留学先での1学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits earned per semester : 4~6科目/Subjects / 1~10単位/credits 以上
■ 1週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week : 1~5時間/hours
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research : スポーツ、文化活動
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research : 政治学部のバドミントンサークルに所属していました。サークルといってもほぼ部活で、熱心な学生が多くしっかり練習していました(おかげでバドミントンもうくなりました)。運動がいい気晴らしにもなった上に、現地の学生ととても仲良くなることができました。プライベートなものから台湾政治まで色々な話題で意見交換できたのはこの留学一番の財産だと思います。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? : あまり寮にいたくなかったのでよく外出していました。台湾は比較的小さい島なので気軽に旅行できます。長期休暇には日本や韓国、ベトナムやフィリピンなど東南アジアに行っていた人も多かったです。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution
■ 設備/Facilities :

大学内に 1 回 NTD50(≒250 円)で使えるジムがあり、よく行っていました。

■ サポート体制/Support for students :

個々の留学生に現地学生のチューターがつきますが、僕の場合はあまり交流はありませんでした。言語交換をやってみたかったものの、東大の掲示板のようなものはなく自分で探す必要があった。現地の大学のサポートはあまり充実していなかったように思う。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :

学生寮

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :

今年は例年よりも留学生が多かったということで、この寮生活は今年度だけの特別な状況だと思いますが、シェアルームの参考になるかもしれないので詳細を記録します。まず渡航前に水源寮という大学近くの 1 人部屋に申し込みましたが、今年度は留学生が例年に比べかなり多かったことなどで抽選に漏れました(本来はそんなことはないそうです)。結局紹介されたのは南勢角というところにある大学まで 50 分ほどかかる別の大学の寮でした。この寮は通学で金銭的にも時間的にも大幅なロスがあるだけでなく、環境がかなり劣悪でした。寮の部屋は 4 人 1 部屋で、個室はなくプライバシーが確保されない空間でした。ドイツ出身の 2 人とオランダ出身の 1 人と暮らしていましたが、異なる文化圏の人との共同生活は想像以上に大変で、かなりしんどかったように思います。特に睡眠に関しては酷いもので、深夜 3 時にルームメイトがナイトクラブから帰ってきてその物音で起こされたり、朝の授業に行くときの雑音や強烈な香水の匂いで起こされたりと、十分な休息はほとんど確保できませんでした。ほかにも部屋の掃除の頻度でもめたり、いつ消灯するのかで気を使ったりと、部屋でリラックスすることはほぼありませんでした。就寝時以外にもルームメイトの生活雑音(真横で大声で電話していたり、爆音でクラブミュージックを流していたり)で勉強に集中できる環境では全くなかったのも、なるべく寮には帰らず図書館で勉強するようにしていました。ルームメイトの 1 人が断りもなく"Girlfriend"を部屋に長時間連れ込んでいた時期はもうお手上げでした。流石に我慢ならなかったのがブチギレたところやめてくれました(自己主張はするものだと思えました)。たしかにルームメイトとの交流を通じて交友関係を深めたり英語力を向上させたりすることはできましたが、それと引き換えに多くのエネルギーを消耗した気がします。留学というストレスがかかる状況下で、自分の時間をほとんど確保できず休息できなかったのは精神衛生上本当によくなかったです。台北の家賃は東京と同じくらい高いので金銭的に厳しかったですが、勉強に集中したければ早めに別の賃貸に移るべきだと思いました。Of.ちょうど同じ時期に台湾大学に留学していた方で、別の国籍の人とシェアルームした体験がよくまとまっている動画があり参考になると思うのでシェアします。共同生活で悩んでいるのは自分だけじゃないとわかってかなり救われました。寮生活 1 ヶ月目で我慢の限界が来ました。という動画です。
<https://www.youtube.com/watch?v=vbfDRSrON-s> なんとも言いますが、これは今年度の特殊対応で例年は水源寮という 1 人部屋を紹介してもらえるはず。ぜひ別の年度の体験記も参考にしてください。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

台北は基本的に日本より温かいですが雨がかなり降っています。冬になると沖縄出身の人が寒いと言うレベルで冷え込みます。ヒートテックを数枚持っていけばよかったです(台湾にもユニクロはありますが、輸入品なので割高に感じ買う気になりませんでした)。大学周辺は学生街ということで飲食店が充実しており、洋服もここで安く買えます。寮にはキッチンが 1 個もなく朝昼夜すべて外食でした。食事はほとんど夜市で買

っており、授業で帰りが遅くなったときはコンビニで買っていました。市内には吉野家やそこそこおいしいラーメン屋があるので日本食が恋しくなったときによく行っていました。

■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

クレジットカードや Linepay、台湾 Pay という QR 決済を利用していました。夜市では基本的に現金が必要になるのでクレジットカードのキャッシングで調達していました。ファミマやスーパーの全聯では日本のクレカと華南銀行のデビットカードは使えませんでした。華南銀行の口座と結びつけた台湾 Pay は使えました。台湾 Pay は常に 2%の割引があっておすすめです。口座は台湾大学と連携している華南銀行で開設しました。最近ではマネロン対策で外国人は口座を作りにくくなっており、ARCをもっていないとなかなか口座開設できません。半年間の留学で ARC がなくても内政部移民所で統一番号というものを発行してもらえば、少なくとも大学付属の華南銀行では開設できました。中国信託、玉山銀行ではできませんでした。レシートについてはスマホで管理できるアプリを使っていました。会計時にアプリのバーコードを見せるとレシートを管理する煩わしさから解放されます。余談ですが、渡航したのは政府が為替介入をするぐらい記録的な円安の時期で、物価はあまり日本と変わらないように感じました。渡航時の最高値は 1TWD=4.67 円(1年前は 1TWD=3.89 円)でだいぶ割高でした。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

治安はかなり良いです。医療についても台北であれば日本語を話せる医者が 1 人はいると思います。虫歯で歯科検診にかかった時は日本語を話せる方に治療してもらいたいと安心感がありました。健康管理は寮生活でかなりしんどい思いをしていたので、授業の科目数を減らしたり、大学のジムにいったりしてなんとかストレスマネジメントしていました。

留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad

■留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :

簡単な事務手続き系書類がいくつかあります。台湾大学へ提出する健康診断表などは大学のトラベルクリニックで作成してもらいました。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

今年はコロナ禍後初の受け入れということでもかなりイレギュラーだったので、あまり参考にはならないと思いますが一応経緯を記しておきます。台湾政府が正式に留学生の受け入れ許可を出したのが、留学開始 1ヶ月前の 7 月 27 日でした。ビザをいつ取得できたかで台湾に入国できる日時が指定されており、8 月 18 日までに取得できないと 9 月下旬まで大学に行けないという事になっていました。大学のオリエンテーションが 8 月 28 日で授業も 9 月 3 日から始まるので、1ヶ月ほどオンライン留学ということになります(実際に 9 月下旬になってようやく台湾に来れたという学生が多かったです)。大使館にあたる台北経済文化代表処からは、8 月 1 日から 1 日 60 人限定でビザ申請を受け付けるというアナウンスがあり、早く台湾に入国したければ朝の 6 時くらいから大使館前に並ぶ必要があったらしく、遠方に住む学生にとっては酷だったと思われます。私の場合は GLP-GEfIL のサマープログラムで 8 月 1 日から 1ヶ月間ドイツに渡航する必要があったので、9 月下旬の台湾入国を回避するためにはなんとかして 7 月中にビザが必要でした。7 月 28 日に大使館で事情を伝えたところかなり特別な対応をしてくれ、次の 29 日にはビザを発行してくれました。ダメ元でもやってみるものだと痛感しました。なお半年間の場合はビジタービザに申し込むことになります。東京の場合は有効期限が 60 日で 2 回ほど内政部移民書にビザ延長に通うことになりましたが、他の大使館、特にヨーロッパ・大阪・沖縄だとビザの期限が 180 日で延長の必要もなかったそうです。いずれに

せよ今年は入境許可が出たのが直前だったということで、対応がかなり紛糾していたように思われます。ダメ元で交渉したおかげでかなり良い結果に繋がったので、何事も主体的に動くものだと感じました。

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health:

現地で虫歯になり歯科治療を受けました。歯科治療は保険適用外なので検診は日本にいる間にしておくべきだと反省しました。帰国する際にはコロナの陰性証明書か三回目のワクチン接種証明書が必要でした。私は日本では2回しか接種していなかったので台湾で3回目を接種してもらいました。銀行口座開設に必要な統一番号というものを持っていれば外国人でも無料で接種を受けられます。陰性証明にはそれなりの額がかかるので、日本で3回目を済ませておくと思いいます。

■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance:

大学指定の付帯海学を利用しました。現地の事務手続きで保険の証明をする必要があるので、証明書のコピーやスキャンを事前に用意していくといいと思います。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo:

渡航に関する簡単な書類作成や面接がありました。審査というよりも規定上そうなるからやっているという感じで、言われたことをやっていれば大丈夫です。法学部では4年のAセメスターに半年間渡航する場合は単位互換がされないそうなので、4Sまでに卒業に必要な80単位を揃えておく必要がありました。Sセメスターで単位を取り切れなかったら即留年なので、就活や院進とも被る4Sセメスターはかなり大変でした。留学の準備にあまりリソースを割けなかったのが悔やまれます。

■語学関係の準備/Language preparation:

1、2年時に中国語を第2外国語として履修していた程度です。後期課程になってからはほとんど勉強できておらず、かなりの内容を忘れてしまいました。結果的に現地の授業は日本で学んだことの繰り返しのようになってしまい、もどかしかしい思いもしました。渡航前に1年生のテキストをしっかりと復習しておくだけでもだいぶ違うと思います。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation:

航空費/Airfare	100,231 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	1,870 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	4,200 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	61,122 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

2022年9月時点では入国時に8日間の隔離が必要で92,600円かかった。全額自己負担。

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period:

家賃/Rent	18,000 円/JPY
食費/Food	43,200 円/JPY
交通費/Transportation	5,600 円/JPY

娯楽費/Entertainment/Leisure	20,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments:	
虫歯治療で3万円ほど失いました。保険適用外だったので自己負担でした。	

■留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad:
受給しなかった。
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships:
■受給金額(月額)/Monthly stipend:
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend:
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships?:

今後の予定について/About your future plans

■留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定の)もの/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo:
なし
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad:
80 単位/credit(s)
■留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo:
0 単位/credit(s)
■これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return:
0 単位/credit(s)
■卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm):
2023 年 3 月

留学を振り返って/Reflection

■留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts:
準備不足であったり寮生活でかなり疲弊したこともあったりで、当初の目標であった言語習得やアカデミックの面では思うようにいかなかったことが多かったです。その一方でひょんなことから所属することになったバドミントンサークルは、留学ならではの貴重な経験をすることができとても満足しています。台湾大学の学生とバドミントンを通じて交流を深め、とりとめのない話題で盛り上がり、ときに台湾政治について話し合ったりすることができたのは、この留学一番の財産だと思います。ありきたりですが日本から離れた異国で半年間生活することで、自分の限界であったり日本で築いてきた交友関係の重要性にも気づくことができました。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting:

留学を通じて自分のキャリアの方向性を確認できたと思います。留学前は公務員を志望していたものの、どの省庁に行きたいのか決めかねていました。留学中に日本のことを良く思ってくれる多くの台湾人に出会ったことや、台湾を取り巻くあまりにも厳しい国際情勢に直接触れたことで、外交や安全保障に関係する省庁で台湾にかかわる仕事をしたいと思うようになりました。
■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :
諸事情により既卒就活となってしまいましたが、留学経験を通じて就活の方向性を再確認できたので後悔はしていません。
■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :
いずれも行っていない。
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
公的機関 中央省庁
■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
台湾大学は東大の学部よりは国際化がすすんでいて、ドイツ・日本をはじめとして世界各国から留学生が来ており、いわゆる国際的な経験もしやすいと思います。記録的な通貨安や入国時の隔離でかなり負担が膨らんでしまいましたが、それでも東京で暮らすのと同じ位の生活費で生活できたので、金銭的な観点からも良い留学先だと思います。留学を考えている方は台湾も候補に入れてみるのもいかがでしょうか。
■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
過去の留学体験記・地球の歩き方