

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: 2024/8/24

■ID: A23188

■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: 浙江大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2023/9/18 ~ 2024/7/2

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部教養学科地域文化研究分科日本・アジア研究コース

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

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

-留学の決定時期: 2年の夏。

-迷ったこと: 特にない。するかしないかより、できるかできないかだったので、障壁を乗り越える方法を考えていた。

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:

2023年/Academic year / 学部3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:

2024年/Academic year / 学部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:

後期課程の所属先が決まり見通しが立ちやすかったこと。コロナが明け、準備後のキャンセル確率が低いと判断したこと。留学準備中は4年間での卒業を視野に入れていたため、1年間時留学しても卒論の提出時期に被らないことも考慮した。

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:

-中国近現代史概要/3

-国際組織/2

-武术/1

-現代汉语修辞/2

-中国概况/3

-中级汉语口语 1/1.5

-中级汉语口语 2/1.5

-中级汉语口语 3/1.5

-中级汉语口语 4/1.5

-汉语(甲)1/3.0

-汉语(甲)2/3.0

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

-学生の”成績”にかかる熱量は高い。

■ 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 / 11～20 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 :

11～15 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 :

筋トレなど

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

旅、勉強

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

■ 設備/Facilities :

-図書館: 複数ある。テスト期間を除けば席に困ることもないし、環境も良い。

-スポーツ施設: ジムは月 100RMB で使え、より長期だともっと安価。プールやバスケット、トラックなど、多数。

-食堂: 多数。

-Wi-Fi: 調子悪い時はあるが、なくても問題はない。

■ サポート体制/Support for students :

-特にない。困った場合は自力で助けを探す。

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 :
-受入校からの案内にしたがって、8 月頃に予約。オンキャンパスで 2 人部屋。-学校の方針なのか、同じ国や近い国同士でルームメイトになることが多い模様。 -アドバイス: 予約は開始の 30 分前くらいからオープンし、開始時間にはほぼ売り切れるのが常だそう。事前に希望を伝えているので、多分枠は確保されているはずだが、気を付ける。私は開始後 5 分後に見て、最後の一部屋だった。

■ 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: 日本とあまり変わらない。東京より、冬は暖かく、夏は暑い。 -交通機関: 公共交通機関は打車と地下鉄の利用が多い。电动车を購入すると便利。帰国時に売却すれば実質 200RMB 程度で乗れる。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
-日本のネット銀行に入れて、①ネット銀行からデビットカードで直接使う②現地 ATM キャッシング→現地銀行にいれて使うの二刀流。-支払いは微信支付, 支付宝
■ 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: 特に問題はない。念の為、民族感情上歴史的背景の強い場所に旅行に行くときは、無闇に日本人であることを示さないようにしていた。 -医療関係事情: 基本的に問題ない。ただしものすごく良いわけではないので、医者に対してなんらかの交渉が必要なことがあった。 -心身の健康管理: 少し不調を感じた時は、運動するか、友達に会うか、電話したりしていた。

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 :
-2023 年 4 月に東大本部からの案内に従い、「国際学生申請系统」でオンライン申請。同時期にパスポートのコピー、東大の成績証明書、Physical Examination form(指定様式のもの)の PDF も提出した。 -アドバイス:[日本国内で中国渡航者用の健康診断を受診する必要はない。] 中国への渡航に伴い①渡航前に浙江大学に提出するものと②渡航後に居留許可申請をするもの、の計 2 回、指定様式での健康診断結果が求められた。①は学校の保健センターでも記入してもらえ、安価。②は日本国内でも 2 万円程度で事前に準備するか、現地で安価に受けるかを選べる、という情報があり、私は日本国内で受診した。、しかし、少なくとも杭州の公安および浙江大学では、必ず現地で受けた健康診断の結果を求められた。母国で高額で受けたにも関わらず、中国で再度検査をする留学生が多発していた。あくまで経験談だが、日本国内で高額な検査を受ける必要はないと思う。
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
-X1 ビザ。7 月に申請し、8 月に発行。-アドバイス:[ビザセンターの予約は早めに]。2023 年夏時点では、コ

ロナの影響が残っていたのかもしれないが、ビザセンターは申請の予約を取ろうとした日から、1 ヶ月後くらいの予約しか取れなかった。手元に申請に必要な書類が揃ってから予約をすると渡航日に間に合わない可能性があるので、書類が浙江大学から届く時期を推定し、早めに予約を取った。

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

-健康診断: 駒場の保険センターで、5000 円程度の基本的な内容の健診を受けた。
-予防注射: 母子手帳などで履歴を確認したのち、東大の保険センターのトラベルクリニックで相談した。予算を元に接種内容に優先順位をつけてくれ、渡航先での注意点も教えてくれた。おすすめ。

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

-東大から指定されたものに加入した。
-現地で病気や怪我をしてから連絡先等を探すのは大変なので、自分の保険の補償内容と利用方法は、事前にメモしておく。また、現地の病院では保険会社の通訳さんが来てくれるが、自分に必要な処置や薬はある程度自分で考え、場合によっては強く希望を伝えたり、医師に交渉したりすることがとても重要。

■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:

-履修: 2A から 3S にかけて取れるだけ取っておいた。
-卒論: 指導教官の先生には、提出時期を 1 年遅らせることを事前に伝えた。

■語学関係の準備/Language preparation:

-語学: 中級者レベル。できるだけ勉強していた。-現地で実際に使う中国語は、教科書の中国語からさらに方言や口語ぽい表現に進化させる必要がある。教科書っぽい中国語は、日本で勉強しておくに越したことはない。

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	93,000 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.)	0 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)	100,000 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)	16,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

航空賃: 往路は他プログラムで現地にいたため高铁代 1.3 万円。復路は体調不良により直前で変更したため元々の 4 万+変更で 4 万程度。海外保険には加入していたが、現地で現地校指定の保険の加入を迫られ購入。担当者の運と交渉力によっては避けられる。

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

家賃/Rent	33,000 円/JPY
食費/Food	20,000 円/JPY
交通費/Transportation	1,000 円/JPY

娯楽費/Entertainment/Leisure	10,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
食事は基本学校の食堂で 1 食 50-200 円程度。娯楽費は旅行に行けばもっと増えるが、交通費などは安い。	

■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 :
阪和育英会
■受給金額(月額)/Monthly stipend :
70,000 円
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :
渡航準備金として別途 15 万円の支給。
■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, 大学(本部以外)からの案内

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 :
-国際組織/2 -現代汉语修辞/2 -中国概況/3 -中级汉语口语 1/1.5 -中级汉语口语 2/1.5 -中级汉语口语 3/1.5 -中级汉语口语 4/1.5 -汉语(甲) 1/3.0 -汉语(甲) 2/3.0
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
53 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 :

19 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 :
25 単位/credit(s)
■卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm):
2026 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 :
1 年間外国人として生活したり、第 1 言語から離れて生活することで、自分自身への信頼感が増し、自身の考えの相対化もできる機会となった。
■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 :
周りに流されることなく自分だけで考える時間ができた。世界の中の日本のあり方により実感が湧いた。
■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 :
就職活動を海外で行うことで、以下の問題が生じた -(中国の場合は VPN が必須のため)テストセンターの SPI が受けられない -面接の際のインターネットが遅い -情報が入ってきにくく、団体戦にできにくい
■留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :
留学先から日本の新卒採用・インターンシップなどに応募・受験した
■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
公的機関, 民間企業 外務省、またはコンサルタントファーム
■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 :
留学を振り返り、人生の中で大事な、いい時間を過ごしたなと感じます。挑戦する価値はあります。応援しています！
■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 :
特にない