

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: 2024/8/4

■ID: A23177

■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: ソウル大学校

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2023/9/1 ~ 2024/6/19

■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韓国朝鮮研究

■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?:

留学を決めた動機は、同期が留学を決意したというのを聞いたことと、朝鮮半島の地域研究を専攻している者として、現地で生活しながら勉強したいという思いがあったこと。留学を決めたのは、3年生の夏、申し込み締め切りの直前であった。留学をすることについてはあまり迷わなかった。ただ、家族に金銭面でさらに負担をかけてしまうことについて、申し訳なさがあった。また、5年で卒業することになるのも、万一就活をすることにした時、悪影響が出ないかどうかという心配があった。

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:

2023 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:

2024 年/Academic year / 学部5 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:

以前からずっと留学を希望していたわけではなく、専攻分野(地域研究)を学ぶ過程で、留学に行きたい気持ちが芽生えたタイミングで、留学に行くことにした。。

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:

・고급한국어 / 3

・역사와 역사 재현 / 3

・한국현대사의 이해 / 3

・대학 글쓰기 1 / 2

・근·현대 한국민족주의 / 3

・한국근대사 / 3

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

ソウル大の授業は大抵、学期の中間と期末の2回、レポートや試験が課される。留学1学期目、授業を4つ取ったところ、学期中は課題等でとても忙しく、学期末の試験勉強も消化不良に終わってしまった。2学期目は受講する授業を2つに減らし、その分卒論のテーマについて自分で調べられる時間を確保するようにした。印象に残っているのは、이아리教授の한국근대사의授業である。ニューライトや建国節論争、洪範図將軍をめぐる評価、『帝国の慰安婦』事態など、韓国の近代史にまつわるホットでコントラバーシャルな話題を取り上げてくれる授業であった。また、これらの題材に関して、授業の予習の段階で読むべき論文も提示してもらえて、韓国語の論文を読む持久力を養うことができた。

■ 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 :

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 :

スポーツとしては、韓国の生活文化体験も兼ねて、韓国で流行っているピラティスに通った。生活費に関する項目でも注意喚起した通り、一般のピラティス教室は突然の廃業による金銭トラブルが多いらしいので、個人的にはあまりお勧めできない。大学内の施設で運動すれば、そのようなリスクを避けられるのではないと思う。文化活動としては、留学2学期目にソウル大内の合唱サークルに入った。サークルに入ることになったのは、交換留学生は韓国人学生との交流の機会が少なく、韓国人の友達を作りたいから。週に1度3時間の練習にゆるく参加して、公演にも出演した。言語の壁を感じることも多かったが、外国人留学生を優しく受け入れてくれるサークルだった。

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

学期中は、週末は家やカフェで授業の課題・予習に取り組むことが多かった。長期休暇には、ソウル以外にも江陵・天安・全州・慶州・浦項・釜山・鬱陵島などに、観光兼フィールドワークに出かけた。冬は寒いので、観光にはあまり適した気候ではないかもしれない。

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

■ 設備/Facilities :

ソウル大の中央図書館は、本館も新館も使い勝手が良く、空コマの自習スペースとして利用していた。本館の蔵書がとて多く、一次資料などもあったためレポートの参考文献としても活用した。スポーツ施設としては、寮の近くにジムがあるらしいが、寮住まいではないため利用しなかった。また大学にポスコというスポーツセンターもあり、本来であれば水泳やヨガ、ピラティスなどができらしいが、留学に行った時期はちょうど改修工事をしており、利用できなかった。2024 年の8月から再び運営が始まるらしい。大学が広い分、食堂やカフェ、コンビニがたくさんあり、大学内での食事には困らなかった。식사というアプリでソウル大内の食堂の営業時間やメニューを確認できるので、インストールしておくとお勧め。大学内の Wi-Fi 環境もきちんと整備されていたと思う。

■ サポート体制/Support for students :

語学面・学習面では、韓国語の授業(대학 글쓰기や고급한국어など)を受講している留学生向けに、学部生のチューターが無料でつく制度があった。それに応募して、週に1回2時間、韓国語で作成する授業の課題について相談したり添削してもらったりした。チューターの方はソウル大生なのでやはりとても優秀であり、韓国語の正確な用法についての理解が深まった。生活面・精神面では、SNU BUDDY プログラムに応募し、そこで友人がたくさんできた。SNU BUDDY プログラムは遊びの要素が強く、ソウルの色々な観光地に連れて行ってもらえたりする。生活上の悩みなどがある場合は、韓国人のバディに相談すれば助けてもらえることもある。ただ、韓国人のバディは当たり外れが大きかった。

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 :

アパートなどの賃貸

■ 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 :

宿泊先はオンキャンパスの学生寮ではなく、一般の賃貸マンションの一部屋を1年間借りていた。設備としては、冷蔵庫・洗濯機・電子レンジ・勉強机・本棚・たんす・キッチン・ユニットバスなどが備えられてあった。お風呂場に換気扇がなく、部屋にカビが生えやすくて困った。靴箱に入れていた靴に全部カビが生えたこともあった。洗濯物の外干しができず、洗濯物の乾きも一年を通して良くなかった。物件を見つけた方法としては、現地の不動産に行った。日本で知り合った韓国人に、ソウル大周辺に住んでいる韓国人を紹介してもらい、その方に同行してもらって物件を10件ほど内見した。

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

9月に入ると夜は一気に涼しくなるので、夏から留学に行かれる方は長袖も持って行くのがお勧め。冬は当たり前東京よりも寒いので、現地でロングペディンやニット帽を買うと良い。夏は、日本ほどではないにしても湿度が高くてジメジメしている。7月は梅雨とされているが、日本の梅雨のイメージとは違って雨がほとんど降らない。ソウル大入り口駅周辺は、特にシャロスキルと呼ばれるエリアに飲食店やカラオケ、ボードゲームカフェが多く、にぎわっている。韓国は一人でご飯を食べる文化があまりないので、一人でも注文できるメニューがあるお店を探すのに苦労した。ソウル大入り口駅から近いコーヒービーンというカフェは、コンセントもあり勉強で長居している学生が多く、私もよく利用した。ソウルの交通機関は、地下鉄もバスもとても発達している。通学にはバスを利用していた。大学と駅とを繋ぐシャトルバス(無料)は、利用者が多くて待機時間が長いので、時間に余裕がある時に利用していた。

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

韓国でアパートを借りるためには保証金が必要で、ソウル大周辺のアパートだと保証金の相場が 1000 万ウォンくらいだと聞いていたため、現金 120 万円ほどを持って韓国に入国した。その際、日本の空港と韓国の空港で税関に申告した。韓国での口座開設は、ソウル大の中に支店があるウリ銀行で行った。まだ外国人登録の手続きが完了していない段階であったため、パスポートを持って行って口座を作ってもらった。ウリ銀行で作ってもらえる銀行のカードが、現地のお店での支払いや交通系 IC として利用できる。月々の家賃・生活費支払いのための家族からの送金は、EXPARO や WISE というサービスを通じてしてもらった。韓国から帰国する時、アパート退居時に返金してもらった保証金は、ウリ銀行にて一時的に送金限度額を解除してもらい、日本の家族の銀行口座に送金してもらった。送金の手続きをした次の日に、送金が無事完了した。

■ 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 :

ソウル大周辺の治安は良く、夜でも危ない目に遭うことがなかった。冬から春への季節の変わり目に、重い風邪にかかり、咳をしすぎて声帯結節になってしまった。大学内の保健診療所(無料で診察してもらえ)や近所の病院に何度も通ったが、病状が良くなり結局一時帰国した。結局治るまでに 1 ヶ月ほどかかった。この時期には周囲の日本人・韓国人の友達も割と体調を崩していたので、留学に行かれた際には気をつけてほしい。また、普段体が丈夫な人でも思わぬタイミングで風邪を引く可能性があるのも、そういう時のために韓国の国民保険には絶対に入っておいた方がよい。診察代も薬代もとても安くなる。心の健康を守るために、しんどい時、気持ちが落ちている時は無理せず休むことを心がけていた。

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 :

ソウル大から、合格通知と同時に必要提出書類に関するメールが送られてきたので、それに添って準備を進めた。まず、ビザ申請前に Certificate of Admission Application Survey(パスポート情報、東大在学証明書、銀行口座の残高証明書、証明写真などを提出するフォーム)に回答した。そのほかにもキャンパス内の寮への抽選申込(7月中旬)、SNU BUDDY プログラムへの申込(任意、7月)、受講登録(8月中旬)などの手続きがあった。入国間近になると、取得した D-2 ビザやフライト予約情報、韓国での居住地情報(未定でも大丈夫)を提出した。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

大韓民国大使館領事部に行き、D-2-6 ビザを申請、取得した。申請から6日後にビザが発給された。提出書類については、大使館のホームページをよく確認する。ビザの申請に必要な書類である標準入学許可書とソウル大の事業者登録証は、ソウル大からメールで送られてきた。

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

出発前に歯医者で検診を受けておいた。また、ソウル大内の寮に応募するために Health Certificate(麻疹ワクチン接種履歴、結核検診に関するもの)を提出する必要がある、近所の内科で書類を作成していただいた。

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

東大を通じて加入した保険以外には加入しなかった。韓国に着いてからは、外国人登録が完了した後に国民健康保険に入った。

■ 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 :

所属学部(教養学部)には、留学許可願と海外渡航届(本郷に提出した渡航情報届とは別のもの)を提出した。留学開始時点で4年生の後期だったので、卒業論文と論文指導Ⅱ以外は必要単位を取り終えていた。卒業論文のテーマについてはなんとなく考えた上で留学に臨んだ(が、留学中のソウル大での学びやフィールドワークを通じて、卒業論文のテーマを変更することになった)。

■語学関係の準備/Language preparation:

出発前の韓国語レベルは、学習歴3年半、ソウル大の授業を半分くらいは理解できるのではないかと体感であった。取り組んだ語学学習としては、東大の韓国語の授業を聞く以外には、自分で単語帳や文法書を買って少し取り組む程度だった。留学前は準備で忙しく、留学のために特別何かを勉強したというわけではなかった。もし留学前に余力が残っている方は、自分の専攻分野に関する韓国語の書籍を読んで、その分野の専門用語や頻出語を韓国語でインプットしておく、留学先で授業を理解しやすくなると思う。

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	77,200 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	4,350 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)	97,630 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)	82,819 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

- ・OSSMA への加入で 29,882 円かかった。
- ・韓国入国後の家探しの期間と、日本帰国直前の賃貸退居後の期間は、ホテルに宿泊し、その分宿泊費がかかった。

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

家賃/Rent	59,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY
交通費/Transportation	1,440 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	30,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments:

- ・韓国の賃貸は保証金制度が存在し、入居と同時に大家さんに保証金 1000 万ウォンを預けていた。退居時に、清掃代・退居月の電気代・ガス代を引かれた残りの金額が返金された。
- ・携帯は LG U+と契約し、月額 4000 円ほど支払っていた。最初は LG U+の알뜰폰を利用していたが、알뜰폰の業者との意思疎通がうまくいかず途中から携帯を使えなくなったため、同じ電話番号のまま LG U+と新たに契約をした形。

・6ヶ月ほど現地のピラティス教室に通ったのだが、レッスンの回数がまだ半分以上残っているところで突然その教室が廃業し、残っているレッスン代の 60%しか返金してもらえないというトラブルに巻き込まれた。韓国人の知人に聞くと、今韓国ではジムやピラティス教室の突然の廃業による金銭トラブルが問題になっており、よくある話らしい。中には業者が夜逃げしてしまいお金が全く返ってこないケースもあるそうなので、これから韓国に留学に行かれる方には、本当に気をつけてほしい。

■ 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 :

JASSO

■ 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 :

渡航支援金として、13 万円を支給していただいた。

■ 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 :

131 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 :

12 単位/credit(s)

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

2025 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 :

私はやはり、地域研究専攻であるから現地に留学に行ったという側面が強いので、私にとっての留学の意義は、大学での授業や人との出会い、フィールドワークを通じて、学問上の学びを得られたことであると思う。留学は、新しいことを吸収できるのは楽しかったが、全体としてしんどい日々が多かった。特に、現地の食事が口に合わない(あるいは自分が和食が好きすぎる)ため、現地の食事をとることがよくストレスに感じた。そういう時は、周りの日本人留学生と違って自分が現地に適応できていないように感じ、自分を責めたり、落ち込んだりすることが多かった。また、元々アウトドアで外交的な人間ではないため、留学中にもかかわらず家で一人休んだり課題をしていたりすると、せっかくの留学という機会を十分に活用できていな

い気分になり、自分を責めることが多かった。
■ 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 :
留学を通じて、専攻分野に対する理解・関心が深まり、大学院進学への気持ちが高まったと思う。留学中は大学院生の方と仲良くさせていただく機会も多く、身近な先輩方の機知に富んだお話を聞いて、憧れが強まった。
■ 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 :
自分は就職活動をしていないので、留学が就職活動へどのような影響を及ぼすのかは不明。留学先での学びが大学院での学びと繋がるのであれば、その点で留学はアドバンテージになると思う。
■ 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
■ 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 :
外国に長期間滞在し生活する中で、日本では得られないような発見や学びがたくさんあるはずです。留学前の準備も留学生活も、大変なことは多いと思いますが、先輩や周りの友達、先生にたくさん頼って、留学に挑戦してみてください！心と体の健康も大切に！応援しております。
■ 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 :
「はなリアブログ」というネット上のブログは、ソウル大に正規留学をされている方が書いている。ソウル大の授業のことや留学の手続き、新生活を始めるにあたっての諸々の準備などについて参考にさせていただいた。留学中の韓国語勉強のツールとして、Papago と Clova Note というアプリを愛用していた。韓国語の同音異義語を調べるときは、国立国語院の標準国語大辞典のウェブサイトもよく使っていた。ネイバー辞典のウェブサイトは、レポートを書きながら韓国語のコロケーションを調べるときによく使っていた。

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: 2024/7/3

■ID: A23178

■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: ソウル大学校

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2023/9/1 ~ 2024/6/19

■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・韓国朝鮮研究

■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?:

学部3年のSセメスター時に韓国地域文化研究専攻で大学院に行くことを決意すると同時に、本格的に地域研究を行う上でいずれ韓国に留学したいと考えた。留学の時期については修士課程以降に伸ばす選択肢もあったが、修士課程での留学がカリキュラム上難しい上、博士課程に進学しない可能性もある程度存在したことから、学部生の時期が事実上留学の最後のチャンスになる可能性があるかと判断した。その結果、学部3年の夏に交換留学に応募するに至った。

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:

2023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:

2024年/Academic year / 学部5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:

修士課程ではカリキュラム上留学が難しいと判断し、学部生のうちに留学しておきたいと考えた。その上で、後期課程進学後、語学力を伸ばし、専攻分野に関する知識をある程度身につけた上で留学することで留学の効果を最大限高めることができると考えた。

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:

- ・Advanced Korean/3
- ・Modern and Contemporary History of Japan 1/3
- ・Nationalism in Modern and Contemporary Korea/3
- ・Translation and Modernity in East Asia/3

• College Writing 1/2 • Understanding Korean Contemporary History/3 • Postwar Japanese Society and Cinema/3 • History and Culture of Modern Korea/3 • College Writing 2/2
■ 留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad :
予習に関しては事前に論文を読む必要がある授業を除きほとんど行わなかった。復習については韓国語の授業内容を聞き取るのに苦戦したため、クローバノーツというアプリを使い個人的に授業内容を録音し、授業後に聞き取れなかった箇所を再生して復習した。授業中に討論の時間がある授業ではなるべく積極的に発言し、疑問点がある場合は授業後に教授に質問した。基本的に1授業が3単位分なこともあり、1授業あたりの課題は東大在学時と比べてやや多かった。評価は書評やレポート、試験(中間及び期末)等を通じて行われる場合がほとんどであった。履修登録の際は授業計画書を読む他、エブリタイムという大学掲示板アプリを通じて授業に関する情報を調べた。エブリタイムには期末試験の過去問を含め、大学の授業やサークル活動などに関するあらゆる情報が掲載される。印象に残った授業は「近現代韓国民族主義」という授業。授業の前半では民族主義の概念について検討した上で、民族主義という観点から朝鮮半島の近現代史を概観した。授業の後半では日本軍「慰安婦」問題を含めた個別のテーマの検討を通じて韓国における民族主義について考察した。授業中に学生が意見を発表する時間も多くあり、韓国の学生の考えに接することができた。民族主義と韓国社会について考える上で非常に示唆に富む授業だった。
■ 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 :
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 :
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 :
留学前半は授業の予習や復習に思った以上に時間を取られて余裕がなく学習や研究以外の活動にあまり取り組めなかった。しかし、授業に参加するのみでは現地の人々と交流する機会を作ることが難しいと感じ、留学後半はソウル大のクライミングサークルに所属した。サークルの活動頻度は不定期で活動はすべて自由参加のため、自分のスケジュールに合わせて気楽に参加することができた。サークル活動を通じて色々な人と知り合う機会ができただけでなく、定期的に運動する機会を得ることができた。自分は二学期目からサークル活動に参加したが、授業のコマ数を減らしてでも一学期目からサークル活動やボランティア活動に積極的に参加しておけば良かったと感じる。サークルに関する情報はエブリタイムという大学の掲示板アプリなどを通じて収集した。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
学期中の週末は授業の予習や復習に時間を割くことが多かったが、現地でできた友人・知人と食事をしたり、サークル活動に参加する時間もできる限り多く取るようにした。また、ソウル市内の史跡や博物館にフィールドワークに行くことも多かった。長期休暇中はそれらの活動に加えて、まとまった時間をとり釜山や慶州、光州などの地方都市をいくつか巡った。帰国後に卒後業論文を書く必要があるため、二学期目終了

以降の長期休暇中には現地での資料調査を実施するなど卒業論文の準備も少しずつ行うようにした。

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

■設備/Facilities:

図書館は本館と新館に分かれている。大半の書籍は本館に所蔵されており、新館はほとんど自習スペースとして機能している。ジムは大学内や大学周辺に多数存在する。食堂は学内にいくつか存在する。食堂のメニューは日替わりで大学のアプリで当日のメニューを確認することができる。食堂で学生登録を行うと学生料金で安く食べることができる。WiFiについては学内全域で無料のWiFiを利用可能。ただし学生寮の各部屋にはWiFiが直接届かないため、部屋でWi-Fiを利用する場合はルーターを購入して設置する必要がある。

■サポート体制/Support for students:

大学作文(대학글쓰기)や韓国語の授業を受講すると韓国語のチューターが付き、チューターが授業課題の添削や韓国語の会話練習を行ってくれる。また、韓国語のチューターには語学面だけでなく生活面での悩み事を相談することも可能。留学生向けの韓国語作文指導プログラムが定期的に関われるため、それらのプログラムに応募して韓国語の指導を受けることもできる。その他にも生活面や精神面での問題に関する相談が可能な学内の施設やプログラムが複数存在する。

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:

学生寮に関しては大学側から案内があり、入寮に際しては抽選があった。抽選を経て入寮申請者それぞれに待機番号が与えられ、待機番号の小さい順に数段階に分けて入寮する仕組みになっていた。自分は遅めの待機番号を受け取ったため、留学当初は寮に入居できず大学付近の月契約のコシウォンでしばらく一人暮らしをした。二ヶ月後ようやく入寮が可能になったため、寮に引っ越し、その後帰国時まで寮に入居した。学生寮にはいくつか種類があるが自分が入居した旧館は二人部屋で各部屋にベッドと勉強机、本棚、クローゼットが部屋に備え付けられていた。トイレとシャワー室、キッチン、洗濯室は共同利用となっていた。施設は全体的にやや古いが家賃は月1万5千円程度と安かった。

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

気候は日本より通年気温と湿度が低い。冬は寒いのでロングペディングを現地で購入する必要がある。大学内に学食やコンビニ、雑貨店、書店などの施設が存在する。大学と周辺の地下鉄駅はバスで移動可能で、周辺駅付近には映画館もあるなどかなり発展している。周辺駅と大学の間には市営のバスだけでなく、大学の無料シャトルバスが運行しているため、大学外で一人暮らしをする場合は周辺駅の徒歩圏内に住むのが通学上便利で交通費を安く抑えることができる。食事は学食か周辺の飲食店、ペダル等で済ませることが多かった。

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

銀行口座開設とクレジットカード発行の際には外国人登録証が基本必要になるが、ソウル大内の銀行支店で手続きをする場合は外国人登録証発行前でもパスポートを提示すれば手続きが可能。クレジットカード

ドに電子マネーの機能を付けることができるため、クレジットカード一枚あれば買い物や交通機関の利用を行うことができる。ただし、オンライン決済は外国人登録証の発行後でないと行うことができない。オンライン決済は TOSS やカカオペイなどのアプリを通じて行うのが便利。海外送金の際には WISE を利用した。WISE は利用前の本人登録にかなり時間がかかる場合があるため、早いうちに登録を済ませておくのが理想的。

■ 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 :

治安の心配はそこまでする必要はない。医療施設は大学周辺のみならず大学内にもいくつか存在する。留学後半からサークルに入り定期的に運動するようになったことが心身の健康を保つ上で役に立った。外食やペダルでは食事の栄養バランスを調整することが難しいと感じ、なるべく学食を多く利用することを心がけた。

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 :

オンラインでの留学申請書、東京大学の在籍証明書、東京大学の成績証明書、留学志望理由書 (Statement of Purpose)、旅券の写し、推薦書(任意)、証明写真等を提出した。手続きはすべてオンラインで行った。提出物に関してはソウル大から案内があった。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

交換留学生等を対象とした D-2-6 ビザを取得した。申請先は駐日韓国大使館。申請から取得まで 2 週間程度かかった。予約確認書、査証発給証明書、証明写真、パスポート、パスポート写し、標準入学許可証 (Certificate of Admission)等を提出した。

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

ソウル大学校の寮に入る際にはしかの予防接種記録と胸部 X 線の検査記録等が必要になるため、それらの記録の原本を持参した。

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

交換留学に際して加入が求められる付帯海学と韓国で加入必須の国民保険に加入した。

■ 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 :

留学許可願の提出と単位認定申請を行なった。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

現地で韓国語を使用して生活し、授業を受講する予定だったため、韓国語の勉強に注力した。出発前の韓国語の語学レベルは TOPIK6 級程度であった。留学中、留学生同士のコミュニティでは韓国語だけでなく英語を使う機会も多々あったため、出発前に英語も合わせて勉強しておく必要があったが、その点はおろそかにしてしまっていた。

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	150,000 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	5,000 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)	90,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments:	
航空賃は2回の帰国時に発生した料金を含む。授業に必要な資料はほぼすべて電子ファイルで提供されるため、教科書や書籍の購入は不要。留学先での保険は加入が義務。	

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period:	
家賃/Rent	15,000 円/JPY
食費/Food	40,000 円/JPY
交通費/Transportation	20,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	20,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments:	
家賃はうち2ヶ月はアパートの家賃で残り8ヶ月が大学の寮の家賃。食事は大学の学食や大学周辺の飲食店で済ませることが多かった。娯楽費はサークル活動や交友関係のための支出が大半を占めた。	

■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:	
JASSO	
■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:	
渡航援助費用として追加で13万円を支給された。	
■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:	
・Advanced Korean/3 ・Modern and Contemporary History of Japan 1/3	
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad:	
62 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:	
4 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:	
12 単位/credit(s)	

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

2025 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:

留学を通じて韓国語の能力を伸ばすだけでなく、韓国社会に対する理解を多方面から深めることができたため、とても満足している。それらの成果を今後の自身の卒論執筆や研究活動に活かしていきたい。

■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:

現地で韓国の言語・社会・文化に日常的に触れる中で韓国という地域に対する関心が一層高まり、研究活動への意欲がさらに高まった。留学前は修士課程進学後のビジョンが不明瞭であったが、留学後の現在は博士課程進学、もしくは韓国語や韓国に関する知識を活かせる職種への就職が理想的だと考えている。

■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:

地域研究者の道に進む場合は留学を通じて得た語学力と専門性が武器になると考えている。就職活動をする場合においても、留学中の国際交流などの経験をいわゆるガクチカとしてアピールすることで企業に良い印象を与えることができるように思う。留学によって卒業が一年遅れたが、学費や生活費の負担が増えたことを除いては特段のデメリットはないと考える。

■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

■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:

正規留学の場合と異なり交換留学の場合、留学先で特定の学科や組織に属さない場合(あるいは属してもそのコミュニティ内での交流がほとんどない場合)もあるため、サークル活動やボランティア活動に積極的に参加することで現地のコミュニティに食い込み、現地の学生や社会人と交流する機会を増やすことが重要になると思います。

■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:

コネスト、네이버 뉴스 라이브러리、맞춤법/ 문법 검사기、한국민족문화대백과사전、나무위키

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: 2023/12/26

■ID: A23180

■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: ソウル大学校

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2023/9/1 ~ 2023/12/21

■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 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?:

学部3年次に予定していた韓国留学が、新型コロナウイルスの影響で中止となったことから、修士課程では必ず韓国留学を実現したいと考えていました。そのため、修士課程進学直後から留学に関する情報を積極的に集め、申請準備を進めました。

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:

2023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:

2024年/Academic year / 修士2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:

修士課程入学後に申し込み、最も早く留学できる時期だったから。また、春学期は就職活動を行っていたこともあり、秋学期からの留学を希望していたため。

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:

現代政治の理解/2

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

留学中は大学の図書館で資料調査・論文作成を行いました。週に1度の授業では、事前に指定された文献を読み、授業中は発表・討論が中心に行われました。受講した授業は、私を含め2名しか留学生がいなかったのですが、担当の先生が休み時間ごとに分からなかった部分について確認してくださったので、安心して受講できました。

■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 :
文化活動, 現地研究会への参加
■ 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 :
日韓学生の交流会の運営を行いました。韓国人・日本人の友人とともに準備したので、とても良い経験になったと思います。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
地方に旅行へ行きました。博物館を巡ったり、その土地の有名な食べ物を食べたりして、楽しく過ごせました。

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

■ 設備/Facilities :
図書館は蔵書数も多く、自習スペースも夜遅くまで開放されていたので、頻繁に利用していました。また、学内は基本的にどこでも Wi-Fi が繋がる環境だったので、インターネット関連では不自由なく生活できました。
■ サポート体制/Support for students :
学期開始直前に留学生向けのオリエンテーションがあり、そこで学校生活や学生サポーターの紹介などがありました。また、学期中には留学生同士が交流できるパーティーも開かれており、留学生同士が知り合う機会も多かったと思います。

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 :
アパートなどの賃貸
■ 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 :
ソウル大学の大学院生寮に申し込みをしましたが、抽選で落選してしまい、大学の近くで賃貸の物件を探しました。留学前には物件が見つからず、留学直後に 2 週間ほど民泊を利用して、その間に不動産業者の方と一緒に物件を探しました。現地で物件を契約する際には、韓国語で契約書を読んだり、書いたりすることになるので、ある程度の韓国語力が求められると思います。もし不安な方は、日本語で物件を紹介してくれるエージェントがあるので、そちらから事前に申し込むことをおすすめします。ただこの場合、現地に行ってみないとどのような物件か分からないし、また仲介手数料もかかるかと思います。契約した物件は、個室で Wi-Fi や冷蔵庫、ガス、レンジ、洗濯機などが完備されていたため、生活に不自由することはありませんでした。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
大学までは最寄り駅から出ている無料のシャトルバスを利用しました。朝や夕方には混雑するのですが、バスの本数が多く、比較的スムーズに登下校できたと思います。このシャトルバスは平日・学期中のみの

運行なので、休日に大学へ行く際は、公共のバスを使用していました。食事については、基本的に自炊心がけていましたが、1000 ウォンで食べられる学食があり、時々利用していました。学内には 10 ヶ所近く学食があり、値段も 5000 ウォンから 7000 ウォン程度だったので、気軽に利用できると思います。また、友人と食事をするときは、最寄り駅のソウル大入口駅近くにお洒落で美味しいお店がたくさんあったので、よく利用していました。

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

留学期間が 4 ヶ月半と短く、外国人登録証の発行に時間がかかったことから、現地では口座を開設しませんでした。支払いは基本的に現金でチャージできるプリペイドカードを使用し、使用する都度、必要な金額をチャージするようにしました。韓国はカード社会なので、現地で口座を開設してカードで支払うもしくは、日本で契約したクレジットカード、デビットカードを使うことが必須だと思います。

■ 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 :

大学周辺は比較的、夜でも人通りが多く、治安は良いように感じました。ただ、場所によっては人が少なく、危ない場所もあったので、そういった所には 1 人で行かないようにしていました。また、留学中は不安になることも多かったので、現地の友人や東大から一緒に行った友人、家族などとこまめに連絡をとるようにしました。

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 :

2月中旬頃に留学先の大学から提出物に関する連絡を受け、3月上旬にソウル大学のポータルサイトから留学申請を行いました。この際には、成績証明書や在学証明書、パスポートの写し、留学志望書などを提出しました。留学志望書は、特定の形式はなく、留学の動機や目的、留学後の計画・進路について A4・2 ページほどで作成しました。英語もしくは韓国語で作成可能でしたが、私は韓国語で作成し、韓国人の友人にネイティブチェックを受けて提出しました。また、7 月頃には銀行の残高証明書や学生証用の写真ファイルを Google Form で提出し、数日後に入学許可書がメールで送られてきました。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

D-2-6(留学ビザ)を取得しました。申請は、駐日韓国大使館のホームページから事前に訪問予約を行い、当日は入学許可証やパスポートなどを持って、大使館で申請を行いました。事前手続きで訪問人数の制限があったこともあり、当日の手続きは 20 分ほどで終わり、1 週間後くらいにインターネット上で発給されたビザを確認・印刷できました。ビザの手続きに関しては、申請書類についてインターネット上で様々な情報が出ているのですが、申請場所によっても提出書類が異なるようなので、不安であれば大使館に直接電話などで問い合わせることをおすすめします。

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

出発前に健康診断や予防接種などは特に受けませんでした。ただ、常備薬については、日本と韓国で薬の成分や効き目などが違うので、飲み慣れたものを一通り揃えて持っていました。

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

大学から紹介された保険に加入しました。

■ 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 :

留学前には、履修や修了要件について教務課窓口で確認し、予定通り修了できるかをしっかり確認しました。その上で、留学直前の 7 月頃に留学届を提出し、留学申請を行いました。また、私の場合は留学先で

修士論文を作成し、提出することになっていたのですが、その点も留学前に提出が可能か確認しました。論文の提出は窓口もしくは郵送だったので、家族にデータを転送し、印刷・製本・提出を代理で行ってもらいました。論文提出は時間厳守なので、できるだけ余裕を持って締め切りの 3 日前には提出を完了するようにしました。

■ 語学関係の準備 / Language preparation :

出発前に韓国語能力試験 6 級を取得していましたが、会話面で不安があったので、普段から韓国人の友人と韓国語で話したり、チャットをしたりするようにしていました。

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.)	0 円 / JPY
教科書代・書籍代 / Textbook / Book	5,000 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)	20,000 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)	25,000 円 / JPY

■ その他、補足等 / Additional comments :

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

家賃 / Rent	75,000 円 / JPY
食費 / Food	30,000 円 / JPY
交通費 / Transportation	5,000 円 / JPY
娯楽費 / Entertainment / Leisure	10,000 円 / JPY

■ その他、補足等 / Additional comments :

■ 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 :

JASSO

■ 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 :

■ 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:
32 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:
留学の一番大きな意義としては、自身の選択に対して、自分で責任を取れるようになったことです。留学に際しては、申請から渡航準備、留学先の生活に至るまで、多くのことを自分の力でやり遂げないといけない場面が多くありました。それぞれは小さな経験でしかありませんが、そのような経験を一つずつ積み上げていくことで、どのようなことに対しても責任感を持って取り組むという姿勢を身につけることができたと思います。これは今後社会人になる上でも重要な力だと思うので、帰国後もより成長できるよう意識したいです。一方で、留学期間が1学期(4 ヶ月半)と短期での滞在になってしまったことが、少し残念に思います。今後、機会があれば、より長期間の留学・海外生活を経験して、日本との文化の違いや現地の方々の考え方を学べれば良いなと考えています。
■ 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:
留学にあたって現地で色々な方々からの支援と助けを受けたことから、その恩返しの意味でも、今後は自分自身が日本にきた海外の方を支援できるようになりたいと強く思いました。
■ 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:
留学生の立場から、大学の留学支援のあり方を考えることができるようになった点が大きなメリットだと思います。
■ 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, 社会人との接点をもつように心がけた。
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):
非営利団体、大学職員
■ 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:
留学に行くか迷っている方は、ぜひ勇気を出して挑戦してもらいたいです。留学は決して楽しいことばかりではありませんが、現地での経験は必ずご自身の成長に繋がると思います。

■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 :

KONEST(韓国関連の情報サイト)