

## 報告書

### 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: 2024/6/23

■ID: A23050

■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: モナシユ大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2023/7/10 ~ 2024/6/21

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 経済学部経済学科

■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?:

高校生の時の国際交流を機に、いつか留学したいと決意していました。留学すること自体に迷いはなく、コロナが落ち着いた段階で申し込みました。

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 / 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:

進振り後、そして就活を始める前に行きたかったため。

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:

Economic growth: causes and consequences/6

Behavioural economics/6

Game theory and strategic thinking/6

Sports economics/6Internet business and digital economy/6

Organisational behaviour/6

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

基本的にどの授業も workshop か tutorial があり、ディスカッション形式の授業が絶対あります。それらの授業に対し、事前資料が配られるので、予習は必要だと思います。ただ勉強だけではなく、色々な体験や経験に挑戦することが大事だと思いますので、バランスを大事にするといいでしょう。

■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 / 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, ボランティア, バイト
■ 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 :
大学の水球部に所属、学生寮の運営やオリエンテーションウィークのボランティア、現地のカフェでバイトを行った。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
オーストラリアの東海岸にある各都市に旅行したり、ドライブをしたりしていました。

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

■ 設備/Facilities :
図書館は現代的な建物でとてもテンション上がります。スポーツ施設は、東大のそれとは比較にならないほどいいです。(特に 6:00~21:00 まで空いていつでも行けるのが最高です。)カフェテリアエリアはキャンパスセンターに集まっていて、\$8-10 で食べれる印象です。WIFI は基本どこでも快速快適です。
■ サポート体制/Support for students :
Monash English という英語に得意意識を持たない人むけのコースがあったり、チューターもかなり親身に対応してくれます。学生寮は MRS と言われる運営組織やボランティアの生徒などが積極的にサポートしてくれます。

#### 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 :
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 :
オンキャンパスの学生寮でした。部屋にはベット、デスクのみがあり、シャワーやキッチンが共有です。学生寮内では、ゲームルームやプールなどの共有スペースが充実しています。僕の寮は 200 人近く住んでいて、友達作りには最高で常にワイワイしています。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
日本の四季の気温にほぼ等しいです。メルボルンは基本的に乾燥していたイメージでした。Clayton という地域で中心地から電車で 40 分くらいの距離感です。大学から歩いて 30 分くらいの clayton station は、夜やや治安悪いことで有名ですが、キャンパス内は常にパトロールのかたがいらっしやりとても治安がいいです。基本的にバスと電車に乗る必要がありますが、バスは本数少なく時間通りに来ないので、中古の自転車をかうことをお勧めします。食費は外食すると二倍近くしますが、グローサリーはかなり安く、フルーツや野菜はとても安いです。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
現地で銀行口座を作り、WISE で送金していました。体感、ほとんどの学生は commbank を使用していま

た。出国前に、仮口座のようなものを作れて便利です、セメスターの始まりはたくさんの学生で銀行が混んで、なかなか銀行でアポイントが取れないなどあるので、積極的に活用することをお勧めします。

■ 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 :

結構治安はいいです。何か盗まれたとかの話は聞いたことないです。病院は行ったことないので正直わかりません。オーストラリアはフィットネス大国です。ジムとかランニングとかいって、心身ともに強くなって日本に帰国しましょう。

#### 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 :

COE(confirmation of enrollment), 大学のオファーの受け入れ、学生寮の手続きを行った。モナシュ側から順次メールが届いてくるので、それに従って行った。COE はビザ申請にも必要なので、なるべく早めに対応するといいでしょ。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

student500 を取得した。取得には OSHC(オーストラリアの学生保険)と COE が必要です。僕の場合は申請して、一分後に承認が出て目を疑いましたが、参考にせずに早めにやってください。こちらのリンクに日本語で細かく手順が書いてあるので、参考にしてください。

<https://tabiken-ryugaku.co.jp/au/manual/studentvisa/>

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

僕は出国1週間前に重い風邪をひきました。出国前で日本の友達とたくさん遊びたいと思いますが、体調管理だけは忘れないでください。また、オーストラリアは歯医者が保険適応外なので、ぜひ確認しましょう。

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

東大が求める付帯海外と、オーストラリアの大学が求める OSHC に入れば完璧です。保険は心の常備薬です。高いけど入りましょう。

■ 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 :

S2 の試験期間が留学期間とかぶって、東大で受けることができないので、オンラインで対応可能かを事前に教授に確認してから履修しましょう。また、留学先でレポート等を書こうとしても、意外と忙しくその次になってしまうので、できることなら日本にいる間に終わらせましょう。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

日常会話くらいはできる感じでした。オーストラリア英語は割とアメリカ英語と違うところが多々あります。インスタや YouTube とかで調べてみるといいかもしれませんね。(How to speak like ausie コンテンツがあるので使ってみましょう。G'day mate には G'day mate で返しましょう。)

#### 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	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	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel	97,630 円/JPY

insurance fee (designated by UTokyo)	
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)	86,734 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	140,000 円/JPY
食費/Food	25,000 円/JPY
交通費/Transportation	2,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	30,000 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 :	
The Fung Scholarships	
■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 :	
Economic growth: causes and consequences/6 Behavioural economics/6 Game theory and strategic thinking/6 Sports economics/6Internet business and digital economy/6 Organisational behaviour/6	
■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 :	
36 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 :	
8 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 :

世界各地に友達を作ることができたことや、自分の慣れ親しんだ国から離れることで、自分自身や将来について考えることができとても有意義でした。

■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 :

海外勤務に対してはとてもポジティブに思っています。一方、日本という国がさらに好きになった部分もあり、ベースは日本で働き日本社会に貢献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 :

メリットしかないでしょう。語学面、精神力、価値観どれをとってもプラスしかありません。今これを読んでいる時点で、もう行くことを決意しましょう。行きましょう、留学。

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

派遣先大学での就職活動イベントに参加した、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):

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 :

今これを読んでいるなら、もう留学に行っちゃいましょう。オーストラリアは人よし、治安よし、観光よしといいいことづくしです(アメリカやイギリスよりはコストはかからないでしょう)。英語圏を考えていらっしゃる方には、オーストラリアぜひお勧めです!

■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 :

東大の交換留学体験記、ネット上には沢山オーストラリア留学要の情報が転がってるのでそれを活用するのもいいでしょう

## 報告書

### 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: 2024/7/13

■ID: A23051

■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: モナシユ大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2023/7/10 ~ 2024/6/21

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 経済学部金融学科

■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?:

日本以外の場所で生活し、異なる文化的背景を持った人との交流を通じて自分自身の視野を広げたいと考えていたため、入学時から計画していました。多くの学生が学部3年で留学していることもあり、自分も同じ時期に留学することに決めました。

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 / 学部3年/University year / S1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:

大学生生活も落ち着いてきて、新たなチャレンジを試みるのに最適な時期だと考えたため。

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:

ECC2600 - Behavioural Economics /6

ECX2630 - ECX5630 - Chinese Economy and Global Business /6

ECX3550 - ECX5550 - Business in Asia /6

ECC3671 - Economic science of diversity and inclusion /6

ECC3800 - History of economic thought /6

ECC3890 - Internet business and digital economy /6

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

講義形式のLectureを受け、Tutorialで問題演習等を行う形式。ディスカッションメインのWorkshopといった講義もあります。毎週大量の論文等を渡され、それを予習してから授業に参加する形です。

■ 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 :
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 :
16~20 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 :
取り組んでいない
■ 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 :
学業に集中したかったため。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
メルボルン観光。近くの州への旅行。

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

■ 設備/Facilities :
図書館は自習スペースが豊富で、頻繁に利用しました。ジムはありますが私は利用しませんでした。大学に住んでいる学生向けの食堂があり、一食 8 ドルで食べられるため、よく利用していました。Wifi は基本的に eduroam が使えます。
■ サポート体制/Support for students :
私は利用していませんでしたが、英語の授業が無料で受けられます。

#### 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 :
学生寮, 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 :
大学からの紹介で、オンキャンパスの学生寮です。家賃は高いものの、家具付きで便利です。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
乾燥しているため保湿はしっかりしました。大学周辺は静かです。普段は自炊していました。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
Westpac (オーストラリアのメガバンクのような銀行) で口座を開きました。デビット機能付きキャッシュカードがもらえるため、普段の決済はデビットカードで行っていました。口座への送金は Wise というサービスを通じ行っていました。
■ 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 :
夜出歩かないなど、基本的なことを守れば大きな危険を感じることはありませんでした。心身の健康については、まずは無理をしすぎないこと、あとは頑張っている自分を認めるなど。

#### 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 :
---

大学への受け入れ申請と学生寮の受け入れ申請。全て大学の方からメールで案内があるため、基本的には従えば問題ありません。ただし、学生寮については早めに申し込むことをおすすめします。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ビザの種類: Student (subclass 500)

申請先: オーストラリア内務省のウェブサイト。モナシュ大学への受け入れ申請が完了すると、CoE という受入許可証が発行されるため、そちらを入手次第申請可能です。申請は全て Web 上です。申請書類の記入は 2 時間ほどかかりましたが、申請後 1 分程度でビザが取得できました。

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

歯医者に行っておく。予防接種等は特になし。常備薬: 抗生物質・鎮痛剤。

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

東大指定のもの、モナシュ大学指定のもの 2 つです。両者とも案内があります。

■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 :

7 月末から留学が始まってしまうため、S1 のみ履修しました。

■語学関係の準備/Language preparation :

IELTS6.5。英会話は 8 年ほど取り組んでいました。どちらかというと、スピーキングよりもリスニングの方が大変なため、余裕あれば Ted や Netflix を英語字幕で見るなどして鍛えておくと良いです。

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	200,000 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	20,000 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)	29,700 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)	80,000 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	150,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY
交通費/Transportation	2,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	30,000 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 :
経団連グローバル人材育成スカラーシップ
■受給金額(月額)/Monthly stipend :
2,000,000 円(総額)
■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? :
ネット上の情報や掲示物などから見つけた

#### 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 :
ECC2600 - Behavioural Economics /6 ECX2630 - ECX5630 - Chinese Economy and Global Business /6 ECX3550 - ECX5550 - Business in Asia /6 ECC3671 - Economic science of diversity and inclusion /6 ECC3800 - History of economic thought /6 ECC3890 - Internet business
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
26 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 :
12 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 :
42 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 :
英語力が向上し、自分への自信を高めることができました。また、自分自身を深く見つめる経験にもなりました。
■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 :
自分が人生で何を成し遂げたいか、といったことをより考えるようになりました。
■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 :
デメリットはほとんどありません。自分自身の強みが増えます。
■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):

民間企業, 起業

■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 :

留学は、自分自身を見つめ直し、成長できるまたとないチャンスです。迷ったら恐れずチャレンジすることをおすすめします。

■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 :

地球の歩き方。YouTube。

## 報告書

### 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: 2024/10/14

■ID: A23195

■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-USTEPhtml>

■派遣先大学/Host university: モナシユ大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2024/2/13 ~ 2024/6/21

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 工学部建築学科

■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?:

3歳年上の兄が高校と大学で各1年アメリカで留学していて、英語でのコミュニケーションを通じて、関わる人も、触れる考え方も、日本にいる時と格段に広がっていく様子を見近で見ていて、中学生の頃からずっと留学がしたいと思っていた。私は中学高校では部活に熱中していて、留学した場合は学年を落とす仕組みにもなっていたので、大学のちょうどいいタイミングで、奨学金を取れたら留学すると決めていた。

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:

2024年/Academic year / 学部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:

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:

大学院で留学することを視野に入れていたため、学部では学年を落とさずに留学したいと思っていた。建築学科で重要な授業をしっかりと完遂してから出発して、院入試に間に合うように帰国するこの時期がベストだったから。

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:

- Architecture Design Studio5/12
- Music Cities/6
- Nationality, Ethnicity and Conflict /6

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

設計スタジオに関しては、週2回3時間の授業でグループワークを行ったり、設計の進捗を1対1で見ってもらったり、作業時間にしたりという感じが多かった。授業で5~6回敷地見学や市内の調査を皆で行ったり

とフィールドワークも多く、クラスメイトとも仲良くなれて非常に充実していた。この授業に関しては予習・復習というよりは学期間通して継続して自分で設計を進めるというイメージ。Nationality の授業では、予習量(8 時間程度)が多く、数時間の動画や数十ページの論文を読んできて、授業中に予習内容について、生徒中心でディスカッションするという流れだった。先生の講義は殆ど無いため、正直クラスメイトと仲良くなれたという点以外では授業の意味はあまり感じられなかった。長文のエッセイ執筆や、全員の前でのプレゼンテーションなどは、負担は大きかったが出来るようになってよかったと思う。Music City の授業では、フィールドワークが一度あり、その他は先生の講義とそれを踏まえたグループでのディスカッションだった。予習は講義内容について 10 数ページの論文を読む程度で 2、3 時間ほどかかった。グループで1つのエッセイ執筆、映像作品づくり、最後に各人のエッセイ執筆が課題になっていた。グループのメンバーが協力し合えるかがかなり重要で、私以外は全員現地の学生だったのでディスカッションについて行くのに必死だった。

■ 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 :

1~3 科目/Subjects / 21 以上単位/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 :

16~20 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 :

取り組んでいない

■ 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 :

初め、ミュージカルのサークルに入ろうかと思ったが、スケジュールがかなり大変で、半年の留学には向かないと思い、やめた。アルバイトについても元々やりたかったためレジュメを何件も回って配ったが、半年間で雇ってもらうのは難しいようでうまくいかなかった。モナシュ大学では寮でも大学全体でもいろいろなイベントが頻繁に開催されるため、毎日何かしらして、暇だと感じる時間はほぼ無かった。出会った友達と仲を深めたり、留学先の場所を沢山巡ったりするという意味でも、半年の留学で他に活動した方がよかったとは感じなかった。むしろ日本での生活がバイトや授業で慌ただしかったので、自分の好きな時に好きなことをやって、思いついた時に思いついたことをやる自由な生活が非常に楽しく充実していた。

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

週末は、友達と市内や郊外の観光地に遊びに行った。友人たちも私もイベントを見つけては色々な所に足を運んだ。ドライブも何度かして、市外の色々なところを回った。長期休暇では、シドニーやタスマニアに旅行に行った。帰りにケアンズを観光して日本に帰国した。

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

■ 設備/Facilities :

図書館の設備が特に良かった。学生がキャンパスで勉強する場所がいくつかあり、ひとつは図書館、もう一つは LTB という授業がよく行われるオシャレでモダンな建物、最後に寮や学生ラウンジがあった。図書館も LTB も、個人学習、グループ学習、休憩する場所、と用途に応じて様々なスペースがあって、空間もおしゃれなので勉強しに行くのが全く苦にならないような環境だった。友人と勉強しに行くことが多かった。寮や学生ラウンジは 24 時間開いているため、課題が忙しい時には夜中まで勉強できた。スポーツ施設に関しては、私は利用しなかったが利用料金がかかなり高く(ジム一回利用につき\$18 かかった)モチベーショ

ンが下がってしまって結局利用しなかった。無料で使えるサービスがもっとあったら運動していたかなと思う。食堂に関しては、キャンパスの中心にチェーンのレストランが複数あるのに加えて、安いお弁当屋さんだったり寮のカフェだったり、比較的充実していたと思う。とはいえ物価が高いため、特別な時以外はできるだけ自炊で済ませるようにしていた。

■サポート体制/Support for students :

語学面のサポートとして、誰でも履修できる英語の授業で友達が作れるような工夫がしてあった。(私は履修しなかったのであまりわからない)他のサポートに関しては、問い合わせた人にはサポートはあると思うが、日常的にサポート体制を強く感じたことはない。割と放任体制といったイメージだった。

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 :

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 :

オンキャンパスの学生寮。大学から案内があったためそれに希望する形で申し込んだ。寮にはキッチン・シャワートイレが共用型か個別型かの2種類があり、共用型の寮が6棟、個別型の寮も6棟ずつあった。それぞれの寮で頻りにイベントが行われたり、寮が連携して行うイベントも何度もあった。私が入居した共用型は建物が古めだが、キッチンを共有するフロアメイト(10~12人)と話す機会が多く、それ以外にも寮全体として友達が作りやすい。シャワートイレが男女共用で初めは驚いたが、毎日清掃も入り、結局あまり気にならなかった。個別型は建物がとても綺麗で個室も広々としていて過ごしやすい。その分個室にいがちなので寮の中ではあまり友達を作りやすい雰囲気ではなさそうだった。

■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: 私が留学した夏から冬の期間は、基本的に晴れていて気持ちのいい日が多かった。たまに突然天気が急変して寮が浸水するほどの嵐になったこともあった。気温に関しては、夏は東京より高いが、湿っていないので過ごしやすかった。日射が強いのでサングラス必須。冬は思ったより寒くて東京の冬と同じくらいのため、ダウンコートを現地で購入した。

大学周辺: 静かで自然も多いけれど、全体として明るい雰囲気。過ごしやすい郊外と言った雰囲気。キャンパスの規模が大きく、寮があるエリアと授業を受けるエリアは歩いて15分ほどの距離にあるため、自転車移動が楽。友達と授業後に遊ぶ程度ならバスで10分程のところの駅前にショッピングしたり食事したりする賑やかなエリアがあるが、それ以外はキャンパス近くは住宅地ばかりなので、1日遊びに行く時はメルボルン市内や近くの観光地まで出る。

交通機関: 日本ほど沢山便が出ていないが、特段不便を感じるほどではない。電車は10分に1度、バスは20分に1度くらいのペースで出ている。キャンパスから中心市街地にはバスと電車で1時間ほど、近いビーチにはバスで30分ほどで着く。慣れると意外と全然苦ではないし、移動するのも楽しい。

食事: キャンパスからバスまたは自転車で10分~15分程のところショッピングセンターが複数あり、そこで1週間分の買い物をしていた。キャンパス内にコンビニやご飯屋さんがあるため、買い物する時間がない時はそこで購入・食事していた。寮の中に安いカフェがあるため、自炊をあまりしない場合は昼夜そこでまかなえる。

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

海外送金については Wise というアプリを出国数日前に入れた。手数料が他より安いので、1ヶ月に1度、

日本から必要な額を送金してもらっていた。口座開設については到着した日に近くのショッピングセンターで、Commonwealth という銀行で開設した。基本的に wise からこの銀行にドルを送金して、銀行のモバイルデビットカードで日用品の支払いをしていた。友達同士で日常的な送金も多く、私の友人は殆どこの銀行を使っていたので、手数料がかからず楽だった。周りの人と同じ銀行にするのが無難だと思う。

■ 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 :

治安は非常に良いと思う。遅い時間まで市内にすることが多々あったが、公共交通が遅くまで動いているのもあり、夜も賑やかで身の危険を感じたことは全くなかった。ただ電車の中では現地の人も寝ないように気をつけているのを感じた。キャンパス近くは夜になると街灯が少なくなるため、そちらの方が夜出回るとなると危ないかもしれない。気をつけていたほどではないが、夜 1 人でキャンパスの外を出歩くのはあまりしないようにしていた。留学中にコロナに罹患したが、寮の優しい友人達にご飯を持ってきてもらいながら、なんとか乗り切った。留学前に何かあった時のための薬をひと通り処方してもらっていたので、私は大学に相談して医療機関にかかるということもなく過ごした。ただ相談すれば、大学側はすぐ対応してくれたと思う。

#### 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 :

提出物について留学先大学の事務局から案内メールが来て、それに沿って提出した。提出物の内容としては、留学生コース同意書の提出、 留学生健康保険料の支払い及び支払い証明書の提出があった。提出数日後に入学確認書 (CoE) がメールで送付された。提出物と提出締め切り日については、大学から詳細な案内メールがくるので、とにかくメールを見落とさないように。また、注意点として、年末年始は休業日が続くので、休業日の前までにひと通りの提出を終わらせておくが良い。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

学生ビザの申請をした。申請には先ほどの入学確認書 (CoE) が必要だった。手続き後ビザ申請受諾の書類がメールで届いた。実際に申請承認の書類が届いたのは、申請後 2~3 週間後だった。申請受諾のメールはすぐ届く割に申請承認までの期間が 2~3 週間とかなり長いので、渡航前ギリギリにならないように早めに申請しておく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 :

行きつけの内科に行って、留学時に必要になりそうな薬をいくつか出してもらった。(解熱鎮痛剤、せきどめなど)

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

保険関係については、東大から指定されたものと留学先の大学から指定されたものに加入した。

■ 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 :

建築学科では、留学時期について学生担当の先生と相談させてもらった。同じ時期で留学した先輩がいなかったため (研究室配属や卒業論文執筆の時期の留学だったため)、先生同士の学科会議で許可をもらった上で留学が決まった。また渡航 1 ヶ月前頃に同じ先生に留学許可願にサインをもらって事務室に提出した。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

渡航の 1 年半前、つまり全学交換留学の申請前に、1 ヶ月程度 IELTS の勉強をして 7.0 を取得した。Speaking の練習は、中々 1 人だと勉強しにくかったので、駒場での学生主催の IELTS 勉強会に何度か参

加して練習していた。

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	160,000 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.)	5,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	3,000 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)	37,660 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)	39,077 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	135,000 円/JPY
食費/Food	40,000 円/JPY
交通費/Transportation	15,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	20,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	
日用品(キッチン用品、リネン類、その他)の初期準備費用として 40,000 円かかった	

■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 :

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 :

- Architecture Design Studio5/12
- Music Cities/6
- Nationality, Ethnicity and Conflict /6

■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
85 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 :
24 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 :
10.5 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 :
留学先では、自分の周りのコミュニティも、自分自身の生活も一から自分の力で構築していく。そういう中で自分が心から一緒に過ごしたいと思う人と自分が心からやりたいと思えることに躊躇なく取り組める環境は留学先ならではのところ。普通に日本で学生生活を過ごしていても、もちろん自分次第で充実したものにはできるけれども、何か全く新しいことに挑戦しようと思った時に、今ある周りの環境や自分の状況が足枷になることがあると思う。そう言った点で、まったく制限のない状況でやりたいことができる環境は、自分の考えももっとオープンに広がるし、周りとの関係のない、「自分」という軸がはっきりしてくると実感した。他方で、留学先ではトラブルも沢山起きて、その度に留学先でできた友人に助けられて、私もその分困った時にすぐに力を貸すようになって、表面的ではない人との繋がりがとても強くなるのも感じた。留学先で大事な友人が沢山できたことで、人との出会いや縁を大切にしようと思えた。
■ 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 :
海外で働くという選択肢が増えた。
■ 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 :
年齢や時間に縛られなくなった分、新卒重視や年功序列重視の企業には入りにくくなってしまったかもしれない。
■ 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):
非営利団体, 民間企業 デベロッパー
■ 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 :
留学中に積極的に行動し続けていけば、トラブルも含めて、想像している以上に幸せで充実した時間になると思います。
■ 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 :
特になし

## 報告書

### 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: 2023/11/30

■ID: A22184

■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: モナシユ大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2023/2/14 ~ 2023/11/17

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部(前期課程)文科一類

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 学部1年

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

高校時代に短期の海外プログラムに参加して自分の英語力のなさを実感してから、大学ではより長期の留学をして語学力を高めたいと考えていました。一年生から留学に行ったことのある知り合いが周りにおらず準備も不安でしたし、同期が運営の中心となる二年生の時にサークルに参加できないことから本当に一年冬から留学に行くべきか迷った時期もありました。ですが、出来るだけ早く留学に行き視野を広げ残りの大学生活をより有意義にしたいという思いから思い切って一年春での応募を決め留学することにしました。

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1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:

2024年/Academic year / 学部2年/University year / S1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:

できるだけ早い時期に留学を経験しそこで得たものをその後の日本での大学生活に活かしたかったから。留学により視野を広げ自分の勉強したいことを見極めた後で進学選択をしたかったためです。

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:

Culture, power and difference: Indigeneity and Australian identity/ 6

Encountering cultures: Introduction to anthropology 1/ 6

Ethics, health, and justice /6

Extreme earth! Natural hazards and human vulnerability /6

Families, relationships, and society /6Foundations of Law /6

<p>■ 留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad :</p> <p>事前にレクチャー動画を視聴しリーディング課題を読んでから、tutorial もしくは workshop と呼ばれる対面授業に参加していました。授業ではディスカッションなどのアウトプットに重きを置いたアクティビティが中心でした。社会学の授業でディスカッションをした際に他国の生徒からそれぞれの国の社会状況を詳しく聞くことができ興味深かったのが印象に残っています。</p>
<p>■ 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 :</p> <p>1~3 科目/Subjects / 11~20 単位/credits 以上</p>
<p>■ 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 :</p> <p>11~15 時間/hours</p>
<p>■ 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 :</p> <p>文化活動, ボランティア, アルバイト</p>
<p>■ 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 :</p> <p>Monash Japanese Club というクラブに所属し、毎週行われる日本人や日本に興味がある学生と交流するイベントに参加していました。日本に興味がある学生や日本語を勉強している学生が多く集まっていたので比較的現地の友達を作りやすい環境でした。第二セメスターでは MSA という Monash の学生団体で、希望者向けに他の日本人留学生と一緒に日本語教室の教師ボランティアをしていました。一から授業資料を作り母語である日本語を初学者に教えるのは難しくなかなうまいかありませんでしたが、私自身も授業を通して多くの新しい発見がありとてもやりがいがありました。四ヶ月目からはベーカリーカフェでパートタイムのアルバイトをしていました。英語を使つての仕事を経験でき、大学で勉強しているだけではないような出会いもあり貴重な経験でした。</p>
<p>■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :</p> <p>時間がある時には友達と CBD まで遊びに行き、カフェ巡りやスポーツ観戦などをよくしていました。メルボルンは移民が多いこともあり、色んな国や地域の食べ物を試すことができ楽しかったです。長期休暇には他の州まで友達と旅行に行っていました。</p>

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

<p>■ 設備/Facilities :</p> <p>キャンパス内には複数図書館があり、開館時間も長かったです。WIFI 環境も比較的よかったですと思います。ジムや屋内プール、テニスコート等もキャンパス内にありました。飲食店も十店舗ほどありましたが、値段は普通に外でテイクアウトするのとさほど変わりません。</p>
<p>■ サポート体制/Support for students :</p> <p>English Connect という無料の英語の授業に参加していました。授業よりも気軽に発言出来るような雰囲気、特に初期はこの授業である程度発言できるようになることを目標にしていました。私は利用しませんが、生徒が利用できるような大学や寮からのサポート(学習面・生活面・精神面)は他にもあったと思います。</p>

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

<p>■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :</p>
---

学生寮
<p>■ 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 :</p>
<p>大学からの案内メールで見つけた、オンキャンパスの学生寮を利用しました。キャンパス内の寮には二種類ありましたが、私の寮は個室にはベッドと机があり、フロアでキッチン・トイレ・シャワー・洗濯機を共有するタイプでした。寮主催のイベント等も頻繁に開催され学生同士の交流も多かったので、仲の良い友達もたくさんでき大変充実した生活が送れました。</p>

<p>■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :</p>
<p>天気が変わりやすいことを除けば、一年を通して比較的過ごしやすい気候だったと思います。キャンパスは CBD からバスと電車で 1 時間ほどの少し離れた場所にありました。大学周辺には必要最低限のもの以外あまりお店もなかったため、友達と遊びに行く時は CBD まで出て行くことが多かったです。外食代は日本よりも高いので、節約をするためにも基本的に自炊をしていました。アジアスーパーが近くにあったので、値段は高めでしたが日本の調味料を入手することもできました。</p>
<p>■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :</p>
<p>送金には WISE を使っていました。日本にいた間に WISE の登録をしてデビットカードを受け取っておくと、現地で銀行を開ける前／閉じた後にも WISE 口座の中にある現地通貨で決済ができお得なのでおすすめです。現地の銀行口座は開設した方が良いと思います。アルバイトをする際の給与振込に必須で、それから友人等にお金の送金をする場合にも便利になります。銀行口座開設後、カードが届いてからはそのデビットカードで支払いをしていました。オーストラリアはかなりキャッシュレス化が進んでいるので、現金を使う機会はあまりありませんでした。</p>
<p>■ 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 :</p>
<p>治安は比較的良い方ではあったと思いますが、夜は出来るだけ一人では出歩かないようにしていました。病院について、大学内にも病院はありますし、メルボルンには日本語対応かつ東大指定の東京海上日動の保険が適用される場所もいくつかあったのであまり心配はないかと思います。私も一度コロナにかかったのですが、その際には日本語対応の病院の電話診療を利用し、隔離についても寮が新しく部屋を用意してくれました。</p>

<p>留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad</p>
<p>■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :</p>
<p>10 月に留学先大学に application を提出し、その後そちらの指示に従い保険等の手続きをしました。寮に関しては、9 月に自分でサイトから申し込みをし、11 月に offer が来たのでそこから手続きを行いました。東大や奨学金関係でも提出する書類があったのでそれを適宜提出しました。パスポートの更新も行いました。</p>
<p>■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :</p>
<p>学生ビザ (subclass 500, non-award sector)を The Department of Home Affairs (DHA)のウェブサイトから申請しました。個人情報等の打ち込みには 2,3 時間ほどかかりました。650ドルを支払って申し込みが完了した後、すぐにメールが届き visa を取得することができました。</p>
<p>■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p>
<p>コロナワクチンの 4 回目の接種を終えて接種証明書も取得しました。また病院で常備薬を多めに処方して</p>

もらい、痛み止めや解熱剤等も用意しました。歯の治療や検診(親知らずを抜くなども含む)も渡航前に行うことをおすすめします。

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

モナシュ大学を通して Allianz Care の OSHC、東大を通して東京海上日動の付帯海学を購入しました。留学先で保険を使う時に必要となるので、保険証や保険利用ガイドライン等は現地に持って行っていつでも確認できるようにしておく方が良いです。

■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 :

特にありません。1年のAセメスターの試験は通常通り全て受験してから渡航しました。2年の夏(留学中、2023年)の進学選択の際にはUTASから不志望の登録をし、その次の2023年Aセメスターから1年生に降年するという形を取りました。

■語学関係の準備/Language preparation :

出発前の英語力はIELTS Overall 7.0でした。渡航前も英語でドラマを観る等の英語勉強は行っていました。正直あまり勉強時間は確保できていませんでした。リスニングとスピーキングはもっと練習してこればよかったと渡航後に思いました。

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	200,000 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	10,000 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)	70,000 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)	80,000 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	110,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY
交通費/Transportation	5,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	30,000 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 :
58 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 :
80 単位/credit(s)
■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm):
2027 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 :
沢山の素晴らしい経験ができて大切な友達もでき、留学してよかったと心から思っています。留学でどんなことを得られるかは本当に自分次第です。10 ヶ月という決して長くはない留学期間をどうしたら最大限楽しめるかを常に考え行動し続けたという事実は、自分に自信を持つことにつながったと考えています。
■ 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 :
留学で日々様々な人の考えに触れ新しいことを学ぶ中で、自分がどのようなことに興味があるのかを知る良い機会になったとともに。より柔軟に自分のキャリアを考えられるようになったと思います。
■ 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 :
留学で得た語学力や国際感覚はある程度今後のキャリアに生きてくるのではないかと感じます。就職活動についてはまだ開始していないのでわかりません。
■ 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):
専門職(法曹・医師・会計士等), 民間企業 まだ検討中です。
■ 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 :
留学はマストだとは思いませんが、もし迷っているのであればぜひ思い切ってやってみることをおすすめし

ます。交換留学という制度を利用して留学ができるのは学生のうちだけです。新しいことを経験して自分を成長させるのに、留学はこれ以上ない良い機会だと思います。

■ 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 :

東大の留学体験記