

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: 2023/5/11

■ID: A22099

■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: ボアジチ(ボスフォラス)大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2022/9/20 ~ 2023/1/13

■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(法学総合コース)

■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?:

留学は大学に入る前から漠然と興味があったが、コロナ禍のため、入学当初は留学することができなかった。2年生の夏に、utasからのメールで全学交換留学が再開されたことを知り、留学を決意した。

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:

2023年/Academic year / 学部4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:

この時期より前は新型コロナの影響で留学が難しかった。また、帰国してから就職活動を始めるまでに時間的余裕が欲しかった。

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:

Diplomatic History/3

Politics and Culture/3

Global Climate Change/3

Intermediate Turkish for Foreigners/4

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

私が所属していた政治・国際関係学科の授業は講義で、すべて英語で行われていた。予習の読書課題が多く、大変だった。また、トルコ語の授業は少人数でトルコ語で行われており、先生やクラスメイトとトルコ語で会話する機会が多かった。

■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 :
6～10 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 :
忙しかったため。また、授業などを通して友人を作る機会は多くあり、特に活動に取り組む必要はなかった。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
主に観光をして過ごした。イスタンブールのほか、トルコ各地やバルカン半島諸国にも行った。トルコはインフラが整っており、旅行がしやすい。

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

■ 設備/Facilities :
どの設備も東大並みに充実している。Wifi はキャンパス内及び寮で eduroam 完備。
■ サポート体制/Support for students :
特に利用しなかった。

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 :
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 :
キャンパスから徒歩 5 分の学生寮。ルームシェアだが、共用のリビングルームの他に個室が 3 つあった。キッチン、トイレ、シャワーあり。バスタブなし。テレビなし。食事はついていないが、キャンパスに格安の食堂があったので利用した。清掃サービスは無料。洗濯サービスがあり、1 回 700 円ほど。大学から送られてきたメールで知った。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
秋は晴れた日が多く、比較的乾燥している。冬は湿度が高くなり、曇りの日が多く、雨がよく降り、霧も発生する。雪は降らなかったが、例年は 1～3 月によく降るとのこと。大学周辺は地下鉄の駅やバス停などが複数あり、交通は便利。食事はキャンパス内の格安の食堂を利用すればかなり食費を抑えられるが、外の店の方が美味しい。レストランは大学周辺に沢山ある。防寒着は必須だが、荷物が多くなるので、現地で購入するのがおすすめ。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
クレジットカードと現金を利用した。店舗ではクレジットカードが使える。現金は交通系 IC カードのチャージや割り勘などで使った。交通系 IC カードのチャージは、エミニュー駅等一部の大きな駅でのみクレジットカード利用可。
■ 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 :

イスタンブールはタルラバシュ地区、ドラップデレ地区といった治安の悪い地区が存在するが、これらの地区に行く用事は無く、それ以外の地域では特に問題ない。旧市街など観光地ではスリがいるらしい。また、イスタンブール以外のトルコ国内は、シリアとの国境付近を除いて治安は良い。ただし、11月に中心部のイスティクルル通りで爆弾テロが発生した。健康管理については、風邪を引いたら日本から持って行った薬を飲んでよく休むようにした。また、薬局が街中に沢山ある。

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 :

留学の動機をまとめた文章、パスポート、東大の先生からの推薦状。パスポートを早めに取得することを勧める。また、推薦状は法学部所属の先生のみという制約があったので、要注意。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ビザは不要だったが、90日以上滞在のために居住申請をした。大学の担当者の指示通りに行った。

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

大学の保険センターのトラベルクリニックを受診し、医師の指示に従って予防接種を行った。常備薬は風邪薬と胃腸薬。胃腸薬は一度も使わなかったが、風邪薬は何度か使ったので、持っていくことを強く勧める。

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

大学から指定された付帯海学に加入した。

■ 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 :

単位互換の方法について法学部から受け取ったメールを読んだ。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

留学前のAセメスターにトルコ語の授業を履修し、基礎的な文法・単語は身につけた。留学先で友人の輪を広げたり一人旅をしたりするのにとても役立ったので、現地語の習得は強く勧める。

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	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)	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)	7,000 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	94,500 円/JPY
---------	--------------

食費/Food	20,000 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:	
格安の学食を利用して節約した。娯楽費は主に旅行の交通費。	

■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:
Go Global 奨学金(東京大学海外奨学派遣事業)
■受給金額(月額)/Monthly stipend:
80,000 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:
Diplomatic History/3 Politics and Culture/3 Global Climate Change/3 Intermediate Turkish for Foreigners/4
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad:
44 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:
11 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:
30 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:
大学の授業もさることながら、トルコ人や他の国から来た留学生の友人と関わりは、多様な文化や価値観に触れると同時に、語学力も向上したことから、大きな意義があったと思う。
■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:

留学を通して海外での生活やコミュニケーションに自信がつき、海外に関わる仕事に対する興味がより深まった。

■ 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 :

メリットは普段とは異なる環境に身を置くことに対して自信がつく点。デメリットは人によると思うが、就活を始めるのが遅くなりうる点。

■ 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, 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 :

応募は結構手間がかかって大変ですが、留学はとても良い経験になるので、ぜひ行きましょう。現地語は、事前に学べば学ぶほど留学が楽しくなると思います。

■ 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 :

地球の歩き方