

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: 2024/9/9

■ID: A23232

■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: フィリピン大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2024/2/1 ~ 2024/6/14

■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1年

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

学部時代から。

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 / 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:

修士課程を2年で修了するため。

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:

FILIPINO 40: Wika, Kultura, at Lipunan / 3,

KASAYSAYAN 209: Selected Topics in Philippine History: The Philippine Reform Movement, 1880-1895 / 3

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

フィリピン大学の授業・課題はアメリカ式で、英語での多読を要求されます。特に修士課程の場合は授業がオンラインかつ課題が多く、その分野での知見がなく友達がいないとついていくことが難しいです。

■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 :
フィールドワーク
■ 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 :
フィリピン各地の日系人会を訪問。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
友達の家で過ごしました。旅行する人が多いです。

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

■ 設備/Facilities :
2024 年 8 月現在、一番大きな図書館が改装中のため勉強場所が少ないです。学内 Wi-Fi も弱く、大学周辺のカフェで勉強する人が多いです。食堂は高くほぼ利用しませんでした。
■ サポート体制/Support for students :
特にサポートはありません。とにかく友達を作ることが助けになるかと思います。

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 :
私は知り合いからの紹介で物件を探しました。基本的にフィリピンでの物件探しは、フェイスブックもしくは学内の掲示板で行うのがよいです。フェイスブックで地名／dormitory / student などと検索すると物件探しグループがヒットします。グループに参加して、ポストにコメントして探す人が多いです。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
大学周辺はジップニー(現地の乗り合いバス)を使用して移動できます。バイクタクシーを使うのも安くて便利です。食事は脂っこいものが多いです。フィリピン大学の寮にはキッチンがなく、料理ができないので基本的に外食(1 食 300 円ー700 円くらい)することになります。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
日本のカード(キャッシュとデビットの一体型カード)を使って ATM からお金を下ろすことができます。現地口座などは作りませんでした。また GCASH というアプリを利用するのが便利です。
■ 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 :
タガログ語ができない場合、裏道に入ると危険です。フィリピンでは公的なルールが日本ほど機能せず、人を頼って暮らすのが何より安心できます。友達を作って、助けてもらうといいです。

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 :
フィリピン大学 Office of International Linkages Diliman (UP OILD) 指定の各書類。特に注意が必要なものは medical checkup で、先方指定の方法で検査する必要あり。東京大学の保健センターで説明の上、対

応可。
■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :
ビザは 9a (旅行者ビザ)を毎月もしくは 2 ヶ月に一度更新。SSP(special study Permit)を別途取得する必要あり。到着後、UP OILD による説明があるので、従えばよい。
■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :
出発前健康診断については、先方から指定あり。予防接種は、特に狂犬病に注意。
■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
東京大学指定の保険に加入すればよい。
■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 :
総合文化研究科では、留学の届けを出しました。それ以外の手続きは特になし。
■語学関係の準備/Language preparation :
基本的にタガログ語はわからなくても生活できますが、授業によってはタガログ語が必要な場合も多いです。留学生だからといって特に配慮はないため、授業ごとに確認する必要あり。また英語で開講される授業も高い語学力が必要。

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	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)	46,090 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 :	

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :	
家賃/Rent	30,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY
交通費/Transportation	10,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	20,000 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、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:
なし
■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad:
21 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:
9 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:
フィリピンという国で留学するのはさまざまな理由で大変なことも多く、そこで学ぶことも多かったと思います。語学はもちろん、日々の暮らしが豊かで素晴らしい経験ができました。
■ 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:
研究を続けていきたいと思いました。
■ 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:
ともすれば卒業が遅れてしまいますし、学費免除の要件から外れてしまうという危機感がありました。わたしの場合は2年で卒業できる良いタイミングで申請ができましたが、それが出来なかった場合に「復学後に奨学金がもらえない、授業料免除の要件から外れる」といった問題は起こり得るとおもいます。そういった意味で、今後のキャリアが狭まることも考えられるのではないかと思います。
■ 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):
■ 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:
学部生のあいだに留学するのと、その後に留学するのでは、かなり経験が違うと思います。学部生同士、

同じ年齢同士の人と、違う国で関わるができるのはとても良い経験だと思います。

■ 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 :

特になし。