

## 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: 2025/9/22

■ID: A24258

■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: 清華大学

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2024/9/9 ~ 2025/7/15

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 工学部機械工学科

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 学部4

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

入学時より希望しており、進振り後にいくことを決心日本にいたままでは自分に性格や将来やりたいことに対する解像度が上がらないと感じたのが動機。4年秋より留学することにより卒業が遅れることを懸念したが、学科の必修の都合上時期によらず留学をすると卒業が遅れることがわかり割り切れた。

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 / 学部4 / S2

■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:

2025 / 学部4 / A1

■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:

進振りとの応募時期が重ならないようにするため。学科の必修の都合上。

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:

- ・Upper Intermediate Chinese/2
- ・Computer-Aided Tissue Engineering (CATE)/2
- ・Advanced control of mechatronic systems/ 2
- ・Laser Application/2・Machine Learning/3
- ・Leadership and Communication/2
- ・Advanced Chinese/2
- ・Manufacturing Technology I/3
- ・Machine Design Process/3

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

|                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 授業は院生向けのものを取っていたため、プロジェクトベースのものが多く、授業後に復習したりプロジェクトを進めたりというスタイルが多かった                                                                                            |
| ■ 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 / 11~20 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 :                                                                                   |
| 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 : |
| 現地学生と日本人学生の交流会留学生全体でのイベントに日本人会として参加国際協力に関する模擬国際会議に参加                                                                                                           |
| ■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :                                                                                                 |
| 友人と街中やキャンパスの散策キャンパスで療養旅行                                                                                                                                       |

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

|                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ■ 設備/Facilities :                                                                                                                                                   |
| 図書館 5 つ, ジム 3 つ(プール, スケートリンク等もあり), 食堂 18 個と非常に充実 Wifi も教室・寮・食堂等で完備                                                                                                  |
| ■ サポート体制/Support for students :                                                                                                                                     |
| スクールカウンセラーホットラインや学習における学生相互補助制度があった(いずれも未使用)語学に関しては語学の授業を取ることもできたが, 基本的なことは自力で頑張る必要があった. どうしようもない時は, 話せる現地の友人/留学生を頼る. 日本人学生会があり, イベント等で活動するだけでなく, 何かの際にはお互い助け合っていた. |

#### 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 :               |
| キャンパス内の寮 2 人でシェアルーム, 部屋に洗面台あり, トイレ・シャワーはフロアで共用学生証がカードキー各フロアに自習室あり 2 階毎にラウンジありロビー/フリースペースあり簡易ジムあり |

|                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :                     |
| 乾燥しており滅多に雨は降らない(のど飴等多めに持参することを推奨)キャンパス内の移動は自転車(中古で良いので購入推奨)駅は大学から自転車で 5-10 分キャンパスの食堂が充実しており大半の食事はここで食べた(一食平均 300 円) |
| ■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :                                           |
| 三菱 UFJ 銀行の口座から送金していた(日本の携帯電話の番号を使えないようにしていたため 2 段階認証ができない状態であった. 三菱 UFJ は 2 段階認証なしでも使用できたが, 三井住友銀行はできなかった           |

た)Wise も使っており大変便利であった。現地での支払いの大半は Wechat pay あるいは Alipay. 事前に日本でクレジットカードに紐づけていき、現地で現地の銀行と紐付けた。

■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 :

治安は非常に良好、深夜に一人で道を歩いても問題なし(監視カメラが街中至る所にあるためかえて)学内に病院あり(未利用)、学校付近に日本語の通じる病院がある(数回利用)情報的にも精神的にも孤立しないよう日本人、留学生、現地学生、幅広く友人を持っておくと良いと思われる

#### 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 :

ビザ、健康診断に関連する書類が提出必須案内に従って準備を進めていれば問題なかったが、現地に行くと事前資料の記載と異なることもあった。それら点に関しては現地で処理できるようになっていたのが焦りすぎることなかった。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

X1 学生ビザ、東京のビザセンターで申請、1 週間程度で受け取り到着後 1 ヶ月以内に居住証に変換

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

到着後健康診断(派遣先大学から案内あり)

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

東京大学および派遣先大学から加入必須のもの以外には入っていない

■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 :

留学許可願いを指導教員にサインしてもらい学部に提出

■語学関係の準備/Language preparation :

なし(前期教養でのベースのみ)

#### 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                                                                                          | 85,960 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)                              | 121,832 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) | 17,600 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 | 27,720 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 :          |
| Bai Xian Asia Institute 阪和育英会                                    |
| ■受給金額(月額)/Monthly stipend :                                      |
| 257,500 円                                                        |
| ■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :    |
| Bai Xian Asia Institute: 187500/月 阪和育英会: 渡航準備金 150000 円, 70000/月 |
| ■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 :                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・Computer-Aided Tissue Engineering (CATE)/2</li> <li>・Advanced control of mechatronic systems/ 2</li> <li>・Laser Application/2・Machine Learning/3</li> <li>・Leadership and Communication/2</li> <li>・Manufacturing Technology I/3</li> <li>・Machine Design Process/3</li> </ul> |
| ■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :                                                                                                                                                                                                                                            |
| 175.5 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 :                                                                                                                                                                                                                        |
| 17 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) :                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 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 :                                                                       |
| <p>自分がどのような人間で、何がしくて、何が得意なのかを自分に正直になって問いかけることができ、日本にいた時よりも明確にわかった点において非常に満足している。加えて語学のスキルも大変向上したことも満足である。友人という意味では多くのコネクションを作ったが、現地の教員とのコネクションをなかなか</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| か作れなかった点は満足がいかなかった。                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>■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 :</b>                                                                                                                                                                               |
| 大学院や就職における進路を日本国内に限って考えないようにしようという気持ちになっただけでなく、他人からの見られ方を過度に気にするのをやめようと思い、自分自身に正直に自由に選択をしていこうと思った。                                                                                                                                                                                   |
| <b>■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 :</b>                                                                                                                                                                           |
| グローバルな視点や言語能力は高く評価されるのではないかと考えており大きなメリットだと感じている。デメリットは特に思い当たらないが、留学先が中国であったゆえ、その点に対して偏見を持つ方が一定数いると予想している。                                                                                                                                                                            |
| <b>■留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :</b>                                                                                                                                                                                                                     |
| 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                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>■進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :</b>                                                                                                                                                                                                                                  |
| 民間企業                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>■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 :</b>                                                                                                                                                                                                   |
| 月並みですが、留学を通して自分と世界に対する見方が大きく変わり、人生においてかけがえのない体験と糧になります。悩んでいるのであれば、ぜひ行ってみてください！後悔はしないと思います！留学と言うとどうしても北米やヨーロッパを想像しがちですが、費用面で心配があるのであれば中国はおすすめです。費用が元々あまりかからないのに加え、中国政府の奨学金も充実しており、多くの人は自己負担がほとんどない状態です。日本と似て非なる文化圏である上、近年の発展の目まぐるしさから、今の中国は北米やヨーロッパに劣らない、いやそれを超えるかもしれない魅力や学びがあると思います。 |
| <b>■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 :</b>                                                                                                                                                       |
| 特になし、人に聞くことが一番役立った                                                                                                                                                                                                                                                                   |