

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: 2025/6/13

■ID: A24257

■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: 国立台湾大学(NTU)

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2024/8/27 ~ 2025/6/6

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 教養学部

■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?:

留学を決めた動機は、一度長期間日本以外の場所で生活し、大学に通い、就活前に視野を広げたかったため。留学申し込みのは留学開始の約半年前に決めた。留学するかどうかは特に迷わなかった。

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:

2024 / 学部3 / 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3 / 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:

10月から2学期間留学とすることで、帰国時期が6月になるので、就活に影響が出にくいと考えたため

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:

国際生華語/6

国際生実用華語/2

国際生商務華語/2

国際生新聞華語/2

国際生生活成語/2

探索臺灣: 女性與臺灣社會/2

日文翻譯二下/2

當代台灣政治/2

戦後台灣史/2

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

朝の語学授業は毎日課題が出され、集中的にインプットを増やせる。予習・復習の量はあまり多くない。当然ながら本科の授業は予習・復習の分量は多い。論文要旨要約・授業内で映画を鑑賞した感想・期末報告など複数の課題で最終評価を決定する授業も多く、内容は充実している。私の履修した戦後台湾史の授業は毎週課題論文が課され、多彩な内容に触れられていた。

■ 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 / 1~10 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 :

文化活動, ボランティア, インターンシップ

■ 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 :

台湾と日本の大学生の交流サークルに参加して言語交換や旅行に参加した。また、台日交流を促進する目的のボランティアにも参加した。

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

近隣国や台湾の離島などへ旅行に出かけた。冬休みは日本にも 2 週間ほど帰国した。

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

■ 設備/Facilities :

総図書館の地下に 24 時間自習室がある。開架の日本語図書も多い。また、体育館地下には比較的安価で利用できるジムがある。サークル、あるいは体育の授業を履修して現地学生と共にスポーツを行える。学内の食堂は非常に安くおいしい。学外で言えば、最寄りの地下鉄駅周辺とキャンパス北東部にもレストランが豊富にある。Wifi は東大と変わらず全キャンパスで利用できる。

■ サポート体制/Support for students :

語学は週 5 日朝の授業を受けられるのでサポートは充実していると言える。留学前に台湾大学からアシスタントの現地学生を紹介してもらい、その人に学内システムの使用方法、生活上で分からないことなど質問できた。学生寮住まいだったので、困ったときは同じ寮に住む日本人同士でサポートし合った。

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 :

オンキャンパスではあるが授業が主に行われる建物からは自転車で 10 分ほどの水源宿舎という学生寮。自転車で通学できる。私は個室が当選したが、落選して学外の一般的なアパートと契約している人も多かった。ラウンジに電子レンジはあるが、キッチンはないので自炊はできない。トイレトペーパーは流せない。先述の留学受入れ審査の段階で、入寮の希望調査も行われる。

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

雨が多く折り畳み傘を常に携帯する必要がある。大学キャンパスは広大で静かで勉強に適している。交通

機関の料金は日本の半額ほどで、レンタサイクル(30 分以内無料)とバス、地下鉄を組み合わせると非常に便利である。食事は八角のにおいが強いものが多いが、鉄板焼や熱炒、ポキ丼など日本人でも受け入れやすい料理も多い。

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

台湾銀行 ATM を利用して、日本のクレジットカード口座から引き出した。為替レートの便宜のため現地で口座開設している人もいたが、必ずしもそうする必要はない。交通系電子マネー(悠遊卡)は学生証と一体化しており便利であり、コンビニ等でも使える。電子決済としては LINEPAY と街口支付が普及しているが、現金だけでも問題なかった。

■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 :

台北以外の都市は、歩道が狭い、路上駐車された車が視界を遮るなど、あまり交通状態が良くない傾向にあるので注意を要する。だが治安に関しては全く問題なかった。現地で健康保険に加入するには半年以上は時間がかかるうえ、出国できる時間も制限されるなど、あまり期待できない。

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 :

留学受入れ審査にあたり、台湾大学に対しては語学証明や留学の理由書、大学の成績を事前に専用システムにアップロードするよう指示された。私の場合は 6 月初旬に留学受入れの審査結果が発表された。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ビザは早めに申請するに越したことはない。渡航 1 か月前ごろに申請し、申請から 1 週間後ぐらいに受領した。

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

東大駒場キャンパスのトラベルクリニックを受診した。一定期間の間隔を置いて複数回打たないといけない予防接種もあるため、早めに受診する方がよい。

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

大学側に指示された海外留学保険(付帯海外)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 :

所属学部の教務課の指示に従えば特に問題なかった。

■語学関係の準備/Language preparation :

留学前に大学の授業で中国語を 2 年半学習した。繁体字に対する特別な対策はあまり必要ない。留学前から座学だけでなく中国語母語話者とコミュニケーションの練習をした方がよい。

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	100,000 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.)	300,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	12,000 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)	0 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments:	
飛行機チケット代は台湾と日本の2往復分	

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period:	
家賃/Rent	40,000 円/JPY
食費/Food	40,000 円/JPY
交通費/Transportation	2,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	8,000 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:	
受給しなかった	
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships:	
■受給金額（月額）/Monthly stipend:	
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?:	

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:	
国際生華語/6 国際生実用華語/2 国際生商務華語/2 国際生新聞華語/2 国際生生活成語/2 探索臺灣: 女性與臺灣社會/2 當代台灣政治/2 戦後台湾史/2	
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad:	
46 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:	
14 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:	

16 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 :
語学の上達もさることながら、日本と違う国に一定期間身を置くことで、日本を相対的に見ることができる。また、友達や知り合いも増えこれからの人生の励みにもなった。
■ 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 :
海外駐在や海外の人と関われる仕事が可能な就職先を考えるようになった。
■ 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 :
留学を通して様々なキャリアパスを歩む人(海外大学院に進む人、台湾駐在で働く人など)と知り合い、視野が広がった。帰国は学部 3 年の 6 月なので就活への影響は少ないが、台湾在留中から就活準備は少しずつ始めたほうがよい。
■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :
学外の就職活動イベントに参加した, 現地でインターンシップに参加した, 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) :
公的機関, 民間企業 総合商社、JICA、国家公務員、新聞社
■ 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 :
留学は今後の人生の励みになる貴重な経験でした。もし迷っている場合は留学することをお勧めします。
■ 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 :
必要に応じて適宜検索するとよい。

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: 2025/6/10

■ID: A24311

■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: 国立台湾大学(NTU)

■留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2025/2/10 ~ 2025/6/6

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 工学部計数工学科

■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?:

海外や寮生活に憧れがあり、在学中に1度留学をしてみたいと思っていた。大学2年の最初に留学をしたいと考え始めたが、英語の能力がなく留学先で生き抜く自信がなく断念した。今回リベンジしたいと思い、留学することそのものを重要視して、ホームシックになったら日本に気軽に帰ってこられる台湾に留学することにした。

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:

2025 / 学部3 / A2

■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:

2026 / 学部4 / S1

■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:

3A から留学しようと思っていたが、応募時期が進学選択の時期と重なっており、英語の準備が足りず、また決心がつかなかった。今後の院試や就活のことを考えると、この時期が最後のチャンスであると感じていたため。

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:

- Investment/3
- General Chinese Language Course (II)/3
- Freshman Seminar/2
- International Companions for Learning/2
- Principle of Macroeconomics (with Recitation)/4
- Exploring Taiwan: Natural Resources Conservation and Management/2

■ 留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad : 座学の講義が中心なように思われるが、留学生の交流目的の授業をとればプレゼンやディスカッションもできる。私が履修した Freshman Seminar という授業では、留学生の 1 年生が台湾の生活や大学の授業についていけるようにする授業で、「友達を作る」が授業の目的の1つになっていた。自分の性格について話し合ったり、遠足をして客家文化を学んだり、自分の好きなレストランやキャンパス内の場所についてプレゼンをしたりと、学術的な学びはないものの、人生において大切なことを学ぶことができた上、友達もできて履修することができて本当に楽しかった。また、日常的なトピックについて英語でディスカッションをしたりプレゼンをしたりしないといけなかったため、大変だったが英語の能力が上がったと思う。
■ 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 : 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 : 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 : 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 : ISIE というサークルが主催する留学生向けのイベントに何度か参加した。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? : 台北市内の美術館や博物館、その他観光客が訪れないであろう地元の名所的な場所にできる限り訪問した。また学期中に 1 度香港に一人旅行に行った。

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 2 個存在し、席がないこともあるが自習席もある。メイン図書館の地下一階には 24 時間使える自習室がある。ジムはあるが、靴や運動ウェアを持ってこなかったので利用しなかった。格安で回数券が売られているようだ。wifi はちゃんと繋がるが、教室にコンセントがないことが多く、事前に図書館などで充電してから授業に向かう必要があった。
■ サポート体制/Support for students : 留学生向けの中国語の授業がある。私は友達作りのために履修したが、授業数が多く結構面倒だった。学習面のサポートは特にはないが、東大生なら苦労しないであろう。留学生向けのイベントを実施するサークルがあり、台湾文化やマレーシアについて正規生から教わった。スイーツや軽食も無料でもらえるので、週 1 回ぐらいいは夕食代を 500 円程度に抑えられた。

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 : Application の際にオンキャンパスかオフキャンパスかの寮の希望を出した。結果的に希望していたオンキャンパスの寮には外れ、南勢角という駅から徒歩 20 分ほどのところにあるオフキャンパスの 4 人部屋が割

り当てられた。何校かの大学が共用で所有して現地の学生もいたが、カードキーをかざして自分の部屋の階に行く方式で、自分の階は基本的に台湾大学の留学生であった。中にカフェがあると書いてあったが、倒産していた。一良かった点一・階のラウンジには同じ階の留学生しかいないため、共通の話題が多く仲良くなった。・4 人部屋で他の人の生活を見て、自分の生活を客観的に考えることができた。・寮のとなりにスーパーがあり、生活用品やお菓子などには困らなかった。一悪かった点一・寮の周りに衛生的なお店がないに等しく、お店も 20 時に閉まることが多く、毎日大学の周りで夜ご飯を済ませる必要があった。・駅と寮を往復するシャトルバスは夜 20:30 に終わるため、日常的には早く帰る必要があった。(歩く場合、一部街頭のない車道を歩く必要があり注意が必要。自転車で移動している人もいたが、バイクが多く事故に遭いそうだったので、1 度しか利用しなかった。)・4 人部屋で自分のプライベートがなく、私の場合はルームメイトが非常にだらしない人で大変であった。・2 段ベットの上に寝る形式だったので、大の字に寝ることができず、睡眠の質が落ちてしまった。・ものを置くスペースが少なく、ルームメイトに盗まれる可能性もあるので、お土産は直前に買って鍵のかけられる場所にしておく必要があった。総合的に考えると、この寮が割り当てられた場合は、自分で寮やアパートを探すことをお勧めする。実際に寮をキャンセルして自分で寮やアパートを見つけた交換留学生もそれなりにいた。

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

一気候について一基本的にとっても湿気が高く、洋服がかびないように除湿剤を買うなどして対策した。2,3 月は気温が毎日のように変わるらしく、半袖の翌日にジャンパーを着ることもあった。4,5,6 月は気温も上がり過ぎやすかったが、激しい雨の日も増え、図書館と駅の地下街に籠る日もそれなりにあった。一大学周辺の様子一学生街としてそれなりに安い飲食店が多くあった。また、小さい夜市があり、好んで行っている学生も散見された。一交通事情一鉄道(MRT)が発展していて、東京ほどではないものの台北市内のさまざまな場所に移動できる。値段は日本の 0.5 倍程度であり、私は定期もあったこともあり、台北市や新北市内の様々な場所を訪れた。YouBike と呼ばれるレンタサイクルも普及しており、登録さえすれば、30 分以内なら無料で使える。大学構内はもちろん都会のエリアなら歩道があり安全に使えるため、よく利用していた。一食事について一夜市はほとんどのものが揚げ物で、胃腸が弱い私はあまり利用しなかった。現地の人も好き嫌いで二極化しているらしい。学食は最初は美味しく食べていたが、メニューに変更が一切ないので、2 ヶ月もすると飽きてあまり利用しなかった。野菜を摂取するために、学内にあるサブウェイに通っていた。

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

念の為、クレジットカードやデビットカードを合計 6 枚持っていた。台湾は現金社会であり、クレジットカードのレートよりも引き出した際のレートの方が若干良かったため、基本的に現金を使っていた。wise と呼ばれる少ない手数料で現金を引き出すことができるデビットカードがおすすめである。

■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:

治安が悪いとは思ってなかったが、寮の周りには暗い道もあった上、物乞いもいるため、所持品には気をつけていた。具体的には財布の感触は常にあるように意識し、暗い夜道では 20 秒に 1 度程度後ろを振り返ったり、同じ寮に住んでいると思われる人の前後を歩くように意識していた。また、体調を壊さないために睡眠を多めに取るようにしていた。4 人部屋かつ 2 段ベットの上に寝る形式だったので、睡眠の質が落ちてしまい、学校で昼寝をするなど対策をしていた。また、体温計を購入し、毎朝体温をチェックしていた。

■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :	
Application 時には、Motivation Letter という志望理由書を英語で 1 ページ書き、個人情報と共に提出した。入学受け入れ後は、VISA や保険、健康診断結果の写真を提出した。ただ事務手続きをするだけなので、特に苦労はしなかった。	
■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :	
Visitor VISA を取得した。念の為 Multiple(複数回入国可能)の VISA にした。学期途中に旅行に行く人は Multiple をお勧めするが、私の場合は入国期限が 4 月 14 日であり、その前に旅行から帰っておかなければならなかったので注意が必要である。(実際には観光目的の VISA なし滞在でも行けるらしいが、法律적으로는アウトだと思う。)準備で 1 週間、手続きで 1 週間の合計 2 週間を要した。12 月中旬に受け入れ許可が出るまでは準備を開始できず、年末年始を挟むので急いで手続きをする必要があった。東大の期末試験と重なるため、期末試験の対策を早めに行うことをお勧めする。	
■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :	
受け入れ許可後、健康診断を受ける必要があった。12 月末に健康診断を実施し、1 月の初めに結果を受け取った。こちらも年末年始を挟んでの手続きで早めに動く必要があった。受け入れ許可前に保険センターに相談をして事前に日時の調整をしても良いと思う。	
■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :	
東大の指示に従って東京海上火災保険の海外旅行傷害保険に加入した。選択肢は他にない。滞在中に顔が腫れて痛みが出たので、2 回内科の診察を受けた。東京海上火災保険の提携している病院で日本語での対応が可能だったほか、手続きもスムーズで建て替えて後から請求する必要もなかった。	
■ 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 :	
学科を通じて届け出を出す必要があった。また、東大での選考時に工学部で面談があります。志望理由を軽く英語で話した記憶がある。	
■ 語学関係の準備/Language preparation :	
前年 8 月に IELTS6.5(R8.5/L6.0/W6.0/S5.5)でした。その後オンライン英会話を始めて渡航までに多少スピーキング能力は上げた。中国語はニーハオとシェイシェイしか知らなかった。	

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	75,686 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.)	1,900 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 insurance fee (designated by UTokyo)	29,110 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 :	
航空費は行きが 52065 円。春節の終わりと重なっていたためとても高額だった。	

■ 留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :	
家賃/Rent	22,500 円/JPY
食費/Food	56,000 円/JPY
交通費/Transportation	6,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	17,500 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	
キャンパスから離れた寮だったので、どこへでも行ける定期を購入。娯楽は美術館や博物館などは 150 円前後で入館できた。学期途中に香港に旅行した。	

■ 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 :	
日本学生支援機構 (JASSO)	
■ 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, 教員から聞いた	

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 :	
なし	
■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :	
81 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 :	
20 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 :	
一度成績や課題などから離れて自分の生活を見つめ直すこと、異なる価値観を持つ人と関わって自分を客観視することの 2 つは達成することができた。英語の能力を上げることもある程度できたと思う。一方、長い生活で健康的に生活するために無理をしないようにしすぎた感は否めない。	
■ 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 :
特にキャリア観に変化があったわけではないが、自分は他人より規律を持って生活ができるのだという自信がついた。また劣悪な環境でも生きていくハングリー精神が身についたと思う。この自信と精神は就職活動で生きていこう。
■ 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 :
留学によってついた自信や語学力、行動力が就職活動にメリットを及ぼすだろう。私は修士課程には進学するので、時間的制約などの就職活動への悪影響は特に思い浮かばない。来年学年が1つ下の人と授業を受けなければいけないのはデメリットだろう。
■ 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) :
民間企業 金融・保険業界
■ 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 :
学術的なことは東大でできると思うので、留学中はあまり勉強一辺倒ではなく、時間にゆとりを持って散歩したりおしゃべりしたりすると、結果として満足できる留學生活になるのではないかと考えています。
■ 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 :
東京海上日動火災保険の提携病院 https://www.tokiomarine-nichido.co.jp/service/travel/kaigai/guide/consultation/hospital/taiwan.html