

## 熊本大学海外派遣留学生 報告書

<b>氏名</b>	D さん		
<b>所属</b>	教育 学部・大学院 中学校教員養成課程外国語学科・専攻		
<b>留学先機関名</b>	リーズ大学 (国名: イギリス)		
<b>留学先所属</b>	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科に所属 ( 学部・研究科) <input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修 <input type="checkbox"/> その他:		
<b>留学期間</b>	2018 年 8 月 - 2019 年 6 月	留学開始時 学年	4 年次
<b>奨学金</b>	<input type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度 <input type="checkbox"/> 国際奨学事業 <input checked="" type="checkbox"/> トビタテ! 留学 JAPAN 【第 8 期】 <input type="checkbox"/> その他 ( )		

## 1. 出発前の準備について

<b>ビザの種類</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 種類 ( Tier4 )	<b>ビザ申請先</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 国内 <input type="checkbox"/> 現地 場所 ( 東京 )																		
<b>必要書類、手続き 手続きに要した期間</b>	<p>CAS・パスポート</p> <p>英文成績証明書・IELTS スコア証明書 (この 2 つは一応準備したが、おそらく不要だった)</p> <p>手続きに要したのは 1-2 か月程度。ビザ申請には東京か大阪に行く必要がある。予約必須。ネットで詳しい情報は手に入る。</p>																				
<b>ビザ申請以外で 必要な事前手続き</b>	<p>授業の登録</p> <p>寮の申し込み</p> <p>海外旅行保険の加入</p>																				
<b>留学に向けて 取り組んだ語学</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 英語 <input type="checkbox"/> 独語 <input type="checkbox"/> 仏語 <input type="checkbox"/> 中国語 <input type="checkbox"/> 韓国語 <input type="checkbox"/> その他 ( 語 )																				
<b>勉強方法</b>	<p>主に IELTS 公式問題集で勉強した。</p> <p>British council 公式アプリでリスニング練習。</p> <p>リーディングは問題集やネットから拾った過去問をとく。</p> <p>ライティングは書いたエッセイを先生に添削してもらい書き直す。スピーキングは音声を録音して練習。</p>																				
<b>留学先の手続き (必要書類、大変だったこと、どのように取り組んだか等)</b>	<p>留学先に着いたらすぐ BRP カードを取りに行く必要がある。リーズ大学の Ziff Building にて受け取る。郵便局での受け取りの人もいたので自分の受取場所を確認するとよい。</p>																				
<b>事前の必要経費 (留学前に必要な 支払い費用) ※概算費用</b>	<table border="0"> <tr> <td><input type="checkbox"/> 授業料</td> <td>円</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 寮費(デポジット) 3万円</td> </tr> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/> 語学研修費</td> <td>27万円</td> <td><input type="checkbox"/> 教材費 円</td> </tr> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請</td> <td>10万円</td> <td></td> </tr> <tr> <td>渡航費 ( <input checked="" type="checkbox"/>片道 <input type="checkbox"/>往復 )</td> <td></td> <td>12万 円</td> </tr> <tr> <td>海外旅行保険料</td> <td></td> <td>16万 円</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> その他 ( )</td> <td></td> <td>円</td> </tr> </table>			<input type="checkbox"/> 授業料	円	<input checked="" type="checkbox"/> 寮費(デポジット) 3万円	<input checked="" type="checkbox"/> 語学研修費	27万円	<input type="checkbox"/> 教材費 円	<input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請	10万円		渡航費 ( <input checked="" type="checkbox"/> 片道 <input type="checkbox"/> 往復 )		12万 円	海外旅行保険料		16万 円	<input type="checkbox"/> その他 ( )		円
<input type="checkbox"/> 授業料	円	<input checked="" type="checkbox"/> 寮費(デポジット) 3万円																			
<input checked="" type="checkbox"/> 語学研修費	27万円	<input type="checkbox"/> 教材費 円																			
<input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請	10万円																				
渡航費 ( <input checked="" type="checkbox"/> 片道 <input type="checkbox"/> 往復 )		12万 円																			
海外旅行保険料		16万 円																			
<input type="checkbox"/> その他 ( )		円																			

## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	カタール航空	手配	スカイスキナー ※利用したサイト、旅行会社等
移動経路 ※往路のみ	飛行機	到着時刻	22時 【※移動時間(約 27 時間)】
大学(寮)への 移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え <input type="checkbox"/> 知人の出迎え <input type="checkbox"/> タクシー <input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関 ( <input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> 電車) <input type="checkbox"/> その他(                      )		
空港から移動する 際の注意点 行き方、料金等	ヒースロー空港→キングスクロス駅[Tube(地下鉄)・oyster card] キングスクロス駅→Leeds station[電車(ネット予約)] Leeds station→寮 [バス・現金]		
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート その他(                      )	住居 手配	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で その他(                      )
部屋の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 その他(                      )	ルーム メイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input checked="" type="checkbox"/> 他国からの学生 その他(                      )
住居の申込手順	大学からの案内に従って事前申し込み		
住居でのトラブル および解決方法	大学の Accommodation site またはメールを通して問題報告		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	徒歩		
生活費および内訳 (概算を円換算)	生活費計    95,000    円/月 (生活費内訳) 住居費：70,000 円/光熱費：            0 円/通学費：            0 円 食費： 25,000 円/通信費：            0 円/書籍代：            0 円 その他：(                      )            円 ※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの：            0    円 (徴収された費用の目目：                      )		
その他生活で必要な 手続き、アドバイス (口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・銀行口座は開設しなかった。Sony Bank のデビットカードを利用。基本はデビットで支払い、現金が必要な時はそのカードで ATM から下ろす。Sony のデビットは引き落とし手数料が比較的安いのでお勧め。クレジットカードを使用するよりも安いと思う。</li> <li>・海外保険は「たびほ」を利用。保険料は16万円ほど。</li> <li>・私の iPhone は sim ロック解除できない機種だったため、Wifi 環境でのみ利用可能だった。時々不便だったので、現地で安いスマホを買ったが、ほとんど利用しなかった。日本出発前にスマホの休止手続きをしてから、現地の sim カードを利用するのを勧める。</li> <li>・段ボールの荷物は船便で送った。届くまでに2か月程かかった。</li> </ul>		

### 3. 留学先の大学について

<p><b>授業(カリキュラム)の概要について</b></p>	<p>10単位と20単位の授業があり、前期・後期合わせて100～120単位になるよう履修する。</p> <p>基本的には、事前に申請し、履修が決定している授業を履修することになる。しかし、初回の授業を受けてから、履修変更ができる期間が設けられている。その授業が属する学部の教務にて変更申請できる。</p>
<p><b>履修登録の時期 登録方法</b></p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 渡航前                      <input checked="" type="checkbox"/> 渡航後                      ⇒ ( 10月頃 )</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録        <input type="checkbox"/> 志願書類の提出</p> <p><input type="checkbox"/> その他 (                                      )</p>
<p><b>留学生特例措置 (履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等)</b></p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 有り (具体的には以下のとおり)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・授業によっては留学生が履修できない授業がある。(専門性の高い授業や語学力の制限によるものなど)</li> <li>・留学生専用のオリエンテーションあり。</li> <li>・</li> </ul> <p><input type="checkbox"/> 無し</p>
<p><b>留学先大学でのサポート体制について (語学面／学校生活／住居・日常生活等)</b></p>	<p>大学のサイトを通して Language partner を得ることができる。たとえば、英語を学びたい日本人と日本語を学びたいイギリス人のマッチングのようなもの。</p> <p>留学生専用窓口が大学の Ziff Building にあるため、なにか問題や相談したいことがあればそこにいくとよい。</p>
<p><b>留学開始後に行った留学先大学の手続き (学生証、履修登録、大学 ID の設定等)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学生証は Ziff Building にて写真撮影をして発行してもらう。</li> <li>紛失・盗難により失くした場合は10ポンドで再発行可能。</li> <li>・事前に履修が決まっていれば、履修登録不要。</li> <li>・大学 ID はメールの案内に従えばよい。</li> </ul>
<p><b>授業外活動について (サークル、部活、インターン、フィールドワーク等)</b></p> <p>※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>最初の1ヵ月くらい部活やソサエティの勧誘や新入生向けイベントが頻繁に行われている。気になるものがあれば、Give it a go というものに参加体験ができる。</p> <p>私はテニスを元々していたため、大学のテニスソサエティに参加した。大学のサイトやソサエティの Facebook から情報を探した。週末のみ練習を行う経験者向けのコースの練習に参加していたが、しばらくして練習場所が遠方に変わり、そこまで通うのが大変だったため途中で行かなくなった。</p>

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
8:00		起床		起床	起床		
9:00	起床		起床			起床	起床
10:00	勉強・買い物 など	授業			勉強		
11:00		授業		勉強	勉強	色々	色々
12:00		帰宅・昼飯	昼飯	昼飯	昼飯		
13:00					勉強		
14:00		授業		授業	授業		
15:00		授業	勉強	授業	授業		
16:00	Global Cafe		勉強				
17:00		買い物		買い物			
18:00							
19:00	夕飯	夕飯	夕飯	夕飯	夕飯	夕飯	夕飯
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
24:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

## 5. 留学成果とアドバイス

### 留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

語学に関しては、特にリスニング・スピーキングが向上した。留学当初は、ネイティブと会話をしているにもかかわらずそのスピードについていけず聞き取れなかったり、言いたいことをスムーズに口に出せなかったりということが多々あった。しかし、日々の友人との日常会話や授業でのディスカッションなどを通して、間違いを気にせず話すチャンスがあればどんな人ともとにかく話すのを実践したことで、留学前に比べると流暢さや語彙力が確実に上がったと感じる。ものの考え方もかなり変化があった。様々な人と関わる中で、自分の持っている常識や考えが通用しないことが何度もあり、それはバックグラウンドや文化・宗教の違いによるものであるから、自分の当たり前を押し付けるのではなく、相手のことを理解しようとする姿勢が身に着いた。そして何よりも留学を通して、言葉の壁を乗り越えて様々な問題を克服した経験から、これからどこへ一人で行くのも怖くないと感じるくらいたくましくなれたと思う。それと同時に、相手にどのように自分の意思や伝えたいことを話せば効果的なのか考え、コミュニケーションをする力がついた。

### 同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関すること、生活全般に関する事など自由に記載してください）

リーズは、都会的な部分も田舎の要素もあり、住むにはとても便利で暮らしやすかった。大学付近にはスーパーやカフェがあり、City Centreにいけばショッピングセンターやレストランが沢山ある。治安も良いほうだと感じた。しかし私は一度リーズで財布を失くし（恐らくすられた）、ある友人は置き忘れたスマホを盗まれたそうなので、決して油断はしない方がよい。また、リーズ大学には、様々な国からの留学生が多く集まっており、日本人の学生もかなりいる。これについては良い面もちろんあると思うが、せっかくイギリスまで留学に来ているのだから、現地の人や世界各国の人と友達になり、できるだけ積極的に交流すると学べる事が多いと思う。授業に関しては、自分の専門ではない分野のものを履修すると知識が追いつかず、私もそうだったように周りの人に遅れを感じ自信を失うかもしれないが、熊大では学べないことを勉強できるチャンスだと思って頑張ってください。約1年間の交換留学期間は思っていたよりも本当にあっという間に過ぎたと感じる。1日1日を無駄にせず、充実した留学生活を送ってください。

### 留学を通しての感想

私が留学に行きたかった理由のひとつとして、英語を使って人とコミュニケーションできることに大きな楽しさを感じ、もっと自分の知らない人や文化があふれている世界に飛び込み、色々なことを学び体験したいと思っていたからだ。そのため、何にでも積極的にやってみようという心がけ、大学の授業の場だけでなく、旅行やインターンシップをしたり、イギリスやフィンランドの家庭でホームステイをしたりと、国も年齢も様々な人々と触れ合うことができた。その中で、様々な人々の考えや価値観に触れ、自分自身の考え方の幅も広がったし、それまで気づけなかった自分の無知さ、無力さを知ることができたのも自分にとってはプラスだった。留学したことによって犠牲にしたものも正直沢山あるが、留学を終えて振り返ってみて、留学して本当によかったと思う。このような貴重な経験ができたのも、トビタテ留学 JAPAN という給付型奨学金制度があったからだ。この奨学金なしでは私の留学は実現しなかった。政府と多くの企業から支援してもらった分、将来はグローバルに活躍する人材になり、日本社会に還元していきたい。

## 熊本大学海外派遣留学生 報告書

氏名	E さん		
所属	医 学部 医 学科		
留学先機関名	University of Leeds (国名：イギリス )		
留学先所属	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科に所属 (                                  学部・研究科) <input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修 <input type="checkbox"/> その他：		
留学期間	2018年 9月 - 2019年 6月	留学開始時 学年	3年次
奨学金	<input checked="" type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度 <input type="checkbox"/> 国際奨学事業 <input type="checkbox"/> トビタテ！留学 JAPAN 【第                  期】 <input type="checkbox"/> その他 (    )		



## 1. 出発前の準備について

ビザの種類	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 種類 (Tier4      Student Visa)	ビザ申請先	<input checked="" type="checkbox"/> 国内 <input type="checkbox"/> 現地 場所(      大阪      )
必要書類、手続き 手続きに要した期間	必要書類：CAS、VISA、パスポート、BRP 取得に必要な書類、海外 留学保険加入証明書、熊大への必要書類提出など 要した期間：1, 2ヶ月程度		
ビザ申請以外で 必要な事前手続き	IELTS の必要スコアを取ること、大学のコースや寮などの申請、熊 大への必要書類提出、奨学金申請手続き、海外留学保険加入、クレ ジットカードとデビットカード取得など		
留学に向けて 取り組んだ語学	<input checked="" type="checkbox"/> 英語 <input type="checkbox"/> 独語 <input type="checkbox"/> 仏語 <input type="checkbox"/> 中国語 <input type="checkbox"/> 韓国語 <input type="checkbox"/> その他 (                      語)		
勉強方法	私の留学した Leeds 大学に行くためには IELTS の overall のスコ アが 6.0 以上でなければなりません。なのでまずは IELTS で各技 能のスコアを 6.0 以上にすることを目指しました。具体的な方法 としては Listening であれば BBC の 6min English や TED Talk を 聞いたり、Speaking であれば英会話教室でイギリス人の先生に習 ったりしました。		
留学先の手続き (必要書類、大変だっ たこと、どのように取 り組んだか等)	最も大変だったのはビザの取得手続きだったと思います。まず何 の書類を提出しなければならないのかという情報を集め、それら の書類を全て集めなければなりません。そして取得申請のためには 大阪か東京にあるビザセンターまで行く必要があります。それ らの手続きは日本語でできることもあります。詳しい説明は英 語のサイトを読まなければならませんでした。時間がかかる手続 きなのでできるだけ早めに取りかかることをおすすめします。		
事前の必要経費 (留学前に必要な 支払い費用) ※概算費用	<input type="checkbox"/> 授業料                              円 <input checked="" type="checkbox"/> 寮費 30000 円(デポジット) <input type="checkbox"/> 語学研修費                              円 <input type="checkbox"/> 教材費                              円 <input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請                              30000 円 渡航費 ( <input type="checkbox"/> 片道 <input checked="" type="checkbox"/> 往復 ) 270000 円 (長崎空港から Leeds Bradford airport まで) 海外旅行保険料    200000 円 <input checked="" type="checkbox"/> その他 (実家が長崎のため熊本からの引っ越しにかかる費用)		



## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	JAL	手配	HIS ※利用したサイト、旅行会社等
移動経路 ※往路のみ	長崎→羽田→ロンドンヒースロー→リーズ	到着時刻	午前 10:20 【※移動時間（約 14 時間）】
大学（寮）への移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え <input type="checkbox"/> 知人の出迎え <input checked="" type="checkbox"/> タクシー <input type="checkbox"/> 公共交通機関（ <input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車） <input type="checkbox"/> その他（                    ）		
空港から移動する際の注意点 行き方、料金等	<p>リーズブラッドフォード空港からは市内へのバスが出ているのでそれに乗りました。寮の場所は市内からだと非常に遠いものもあり、スーツケースがとても重いでしょうからタクシーで寮まで行くのをおすすめします。私の場合は寮に移る前日（イギリスに到着した日）はホテルに泊まったため、ホテルの方にタクシーを呼んでもらいました。</p>		
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート その他（                    ）	住居手配	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で その他（                    ）
部屋の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 その他（                    ）	ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input checked="" type="checkbox"/> 他国からの学生 その他（                    ）
住居の申込手順	<p>詳しい申し込み手順は大学の寮を扱う部署のホームページにあるのでそれを参照しながら行いました。締め切りが少し早かったと思うのでそれにちゃんと間に合うように申し込まないといけません。</p>		
住居でのトラブル および解決方法	<p>もしフラットメイトとのトラブルがあれば電話や面会して相談できる窓口があります。私の場合は直接フラットメイトに言って解決していました。もし合わない寮に入ったと感じたらすぐ寮を変えるのも解決法の一つだとは思いますが。備品でのトラブルであれば寮のレセプションに伝えるとよいと思います。</p>		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	<p>私の寮からは徒歩で十分でした。もっと遠い寮の人はバスや自転車で通学していました。</p>		
生活費および内訳 (概算を円換算)	<p>生活費計            112000    円／月            （生活費内訳）</p> <p>住居費：        80000    円／光熱費：                    円／通学費：                    円            食費：            30000    円／通信費：    2000    円／書籍代：                    円            その他：（                    ）                    円</p> <p>※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの：                    円            （徴収された費用の名目：                    ）</p>		

<p>その他生活に必要な 手続き、アドバイス (口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など)</p>	<p>携帯電話は私の場合プリペイド式の sim カードを利用していました。会社は EE で、元々使っていたドコモの sim カードと EE の店で取り替えてもらいました。私は一ヶ月£15 支払い、電話機能や 3GB 分のデータ使用量(インターネットが 3GB 分使える)を得ていました。私の意見だと、Wi-fi 環境は発達してきたとはいえ、やはり Wi-fi がない環境でも携帯電話が使える状況にあるのは必要だと思いました。海外旅行にも何度か行きましたが、EE の sim だと(他の会社もそうかもしれませんが)ヨーロッパのほとんどの国でそのまま使用できました。またプリペイド式の sim にすれば携帯電話を使うために銀行口座を開設する必要もありません。Docomo の場合は海外でも sim ロック解除ができますが、他の会社はどうかは分かりませんので、もし sim をイギリスで使いたい場合は sim ロック解除についてよく確認しておいた方がよいと思います。荷物に関しては、もし日本の実家にしかないものでどうしても必要なものは国際郵便で送ってもらいました。</p>
--	---

### 3. 留学先の大学について

<b>授業(カリキュラム)の概要について</b>	<p>私は交換留学生として留学していたので、留学生が受講できる授業しか受けられませんでした。それでもたくさんのコースから選ぶことができました。留学生の場合は基本的には前後期合わせて100単位以上になるように受講します。授業は1年生用、2年生用、3年生用があり、それはモジュール番号が何番から始まるかで分かります。リーズ大の場合は前後期で受けた授業を申し込みの時点でとりにあらず選ばなくてはなりません。しかし前後期ともに最初の一週目はトライアル期間で、もしモジュールを変えたいと思えば、申請して変えたりやめたりすることができます。ちなみに私が今年度受講したモジュールは Cancer Biology, Physiology of Absorption and Excretion, Advanced Topics in Physiology, Japan: History and International Politics, Medical Immunology, Managing Innovation in Business, Introduction to Management, History of Modern Medicineです。</p>
<b>履修登録の時期 登録方法</b>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 渡航前                      <input checked="" type="checkbox"/> 渡航後 前後期最初の一週間の直後 (変更の期日が発表されるのでそれを確認しておくことをおすすめします)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録        <input checked="" type="checkbox"/> 志願書類の提出</p> <p><input type="checkbox"/> その他 ( )</p>
<b>留学生特例措置 (履修制限、優先措置、 留学生専用のオリエン テーション、チュー ター制度等)</b>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 有り (具体的には以下のとおり)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・留学生が受けることができる授業とできない授業があります</li> <li>・留学生用のオリエンテーションが前期の授業開始前にあります(Study Abroad Officeから連絡があると思います)</li> <li>・チューター制度は留学生に限らず全学生に適用されていますが、私の所属していた学部が school of languages, cultures and societies の East Asian studies ということもあり私のパーソナルチューターは日本語学科の日本人の先生でした</li> <li>・英語が母国語でない生徒のみ受けることができる Academic English の授業がありました(私は受けていません)</li> </ul> <p><input type="checkbox"/> 無し</p>
<b>留学先大学でのサポート体制について (語学面/学校生活/住居・日常生活等)</b>	<p>サポート体制はかなり充実していると感じました。実は私は渡航直前に現地で BRP を取得するための letter という書類がビザセンターから送られてきていないことに気づきました。どうしてよいか分からなかった私はリーズ大の Study abroad office にメールで問い合わせたところ、迅速に対応してもらえました。また留学中も留学生が何か質問や相談等あるときは Study abroad office はメールや面会で受け付けてくれます。また日本人の先生もいら</p>

	<p>っしゃるので、日本語で相談したい場合は連絡を取ってみるのもよいかもしれません(私の場合はパーソナルチューターの先生でもありましたのでラッキーでしたが)。</p> <p>またリーズ大は留学生向けのイベントもありました。毎週月曜日の夕方はグローバルカフェという留学生やイギリス人学生が集まってコーヒーやティーを飲むというイベントがありました。留学生向けだけでなく全学生向けのイベントも多数あり、1day trip に行ったり、一年の締めくくりのパーティーに行ったりしました。</p>
<p><b>留学開始後に行った留学先大学の手続き(学生証、履修登録、大学 ID の設定等)</b></p>	<p>私はまず大学に留学生向けの(正しい名前は違うかもしれませんが) ” Welcome pack ” を取りに行きました。大学に行くと決められた場所に留学生へのウェルカムチームの大学生がいたので、今日初めて来たと伝えるとまずやらなければならないことを教えてくれるとともに ” Welcome pack ” をもらいました( ” Welcome pack ” は大学生活を始めるにあたってやらなければならないことのチェックリストや学生生活の説明などが書かれたパンフレットのようなものことです)。そこで学生証の発行の仕方や、学生証の発行のためにはまず BRP をもらう必要があることなど質問したらだいたい何でも教えてもらいました。学生証は BRP などの書類を大学の決められた場所に持って行けば発行してもらえます。履修登録などをもし変更したい場合には所属の学部の学生対応窓口に行けば期限以内であればできます。</p>
<p><b>授業外活動について(サークル、部活、インターン、フィールドワーク等)</b> ※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>前期の第一週目くらいにサークルを紹介する週間があります。ここでは体育館やテントなどでリーズ大に属するほとんどのサークルが紹介を行っているので、私はそこでバドミントンサークルや Japanese society を見つけました。サークルの数はかなりの数なので何か入りたいものは見つかると思います。また Anime society や Igo society などは友人の勧誘で入りました。私の場合は結局 Badminton society には入らなかったのですが、友人の誘いで society ではない社会人もいるバドミントン同好会のようなものに入ることができました。</p> <p>私はピアノの演奏という趣味があり、リーズ大で行われたコンサートに参加することもできました。さらにボランティアにも参加しました。私はサクラフェスティバルや Royal Armouries Museum でボランティアをさせていただきました。実際に私は利用しませんが、リーズ大が運営するサイトでリーズ大に寄せられるボランティア募集の一覧表を見ることができ、そのボランティアの詳細や応募方法を確認することができます。また、私のパーソナルチューターの日本人の先生もいくつかボランティア活動をご存知のようでしたので、聞いてみると教えていただけだと思います。このようにボランティア活動にも積極的に参加できると思います。</p>

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日
7:00			起床			起床(3時)、 リーズ駅へ、 電車で Manchester airportへ Manchester airport 出 発(6時)	
8:00	起床	起床		起床	起床	↓	起床
9:00			Cancer Biology			Brussels で 乗り換え	観光
10:00		Study at library		Study at library		↓	↓
11:00	Medical Immunology	↓		↓	Meeting language partner	ハンガリー ブダペスト 空港到着、市 内へ	↓
12:00	Physiology of Absorption and Excretion	↓	Cancer Biology	↓		観光	↓
13:00	Lunch	Lunch	History of Modern Medicine	Lunch	Cancer Biology	↓	↓
14:00			Lunch		Managing Innovation in Business	↓	↓
15:00			History of Modern Medicine	Meeting language partner	Managing Innovation in Business	↓	↓
16:00		Physiology of Absorption and Excretion				↓	↓
17:00	Igo society				Medical Immunology		空港に向け て移動
18:00	↓			Anime society			↓
19:00	↓		友人とパブ へ	↓	フラットで 旅行準備	いとこと食 事	↓
20:00	Japanese society pub social	Badminton	↓	↓	↓	↓	ブダペスト 空港からマン チェスター 空港へ
21:00	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
22:00	↓		↓	↓	就寝	↓	マンチェス ター空港到 着、リーズへ
23:00	↓		↓	↓		就寝(いとこ の家に泊ま らせてもら いました)	↓
24:00	↓(会場の pubが24時 までなので)	就寝	↓	↓			リーズ到着、 フラットへ 帰宅

## 5. 留学成果とアドバイス

### 留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

大きな成果の一つは英語能力の向上です。日本でももちろん英語力を向上させる努力はできるのですが、やはり現地でそしてある程度長期にわたって実際に使われている英語を見たり聞いたり話したりすることで得られる経験値は計り知れないほど大きなものでした。英語の能力の中でも特にリスニング力とスピーキング力が伸びたと感じています。そのような環境で生活する中で日本人以外の人の考え方もしょこつ理解できるようになりました。たとえば代表的なものでは日本で言う先輩、後輩のような関係性はあまりないように感じました。つまり年齢が少し上だとか下だという理由で敬意をどのように払うか、というようなことに誰もあまり気を遣っていなかったと思います。それよりもやはり能力があるかないかが重要でした。また、細かいことを気にしない人も多かったと思います。そしてそれゆえ色々な考え方の人を許容する文化でした。たとえばヴィーガンやイスラム教の人は野菜しか食べなかったりアルコールを飲まなかったりします。たとえレストラン等で友人がそのような信条を持っていたとしてもそれを人それぞれの考え方だからいいんじゃないというように受け入れる度量がありました。そのような国や文化によって考え方が違ったりすることも大変勉強になりました。また、様々な志を持って日本からリーズへと留学してきた友人たちと交流を持てたのも一生の財産だと思います。

### 同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関すること、生活全般に関することなど自由に記載してください）

やはりまずは言葉の壁が立ちほだかると思っています。現地の人全員が外国人だからといって手加減した英語を話してくれる訳ではありません。むしろそのような人は少数でしょう。私も悔しく思うことは何度もありました。しかしそこで腐ってはいけません。どのように解決するかは人それぞれかもしれませんが、私は完璧に話したり聞いたりするのをいい意味であきらめました。つまりもっと肩の緊張をほぐして、相手の言いたいことを聞く、自分の言いたいことを伝えることに重点を置くようにしました。そしたら慣れもあってか少しずつ理想に近づいていくことができました。これは私の例であって他にも色々な方法はあると思います。自分で試行錯誤してみてください。

また、多くの人にとって留学は一時的なものだと思います（期間は様々でしょう）。すなわち時間は有限なので、その有限な時間を最大限効果的に利用するために（多少苦しい決断でも）決断は早めに行うべきです。たとえばフラットメイトがどうしても自分と合わない人だったとします。そのことが早めに分かったなら、フラットや寮を変えるのも一つの英断でしょう。（あくまで私の意見ですが）日本的な感覚だと少し躊躇してしまうような決断かもしれませんが、海外の人はそこまで気にしないと思います。そのようなことでこれから一年近く悩むよりも、さっと寮を変えてしまった方がいいかもしれません。またこのような悩みは Study Abroad Office やパーソナルチューターの先生に気軽に相談できますので、相談してみるとよい解決法を教えてもらえるかもしれません。いずれにせよ、決断は早めがいいかな、と思います。

不安になるようなことばかり書いてしまったかもしれませんが、留学という貴重な体験は刺激的なことばかりです。日本では考えられないくらいインターナショナルですし、文化も全く違います。これから留学されるみなさんが充実した留學生活を送られることを願っています。

## 留学を通しての感想

今回の留学にあたって私は将来への準備と自己研鑽のつもりで臨み、その目的を達成できたと思います。私は医学生ですので将来は医師になるつもりなのですが、なぜ医学生に留学が必要なのかと何度も聞かれてきました。留学を実際に終えてみて、本当にしてよかったとはっきりと言うことができます。まずは英語力があることの素晴らしさを体感できたからです。まだまだ私の英語力も不十分ですが、それでも英語を聞ける、読める、話せる、書けることは本当に素晴らしいことだと感じました。幸運なことに何度か海外での医療に携わる医師の方々と話す機会を得たのですが、どなたも英語力が必要だとおっしゃいますし、実際に私もその現場を見ることができました。医療は世界中で日進月歩で進んでおり、さらにますますグローバル化している現代においては、医師であっても最新の医療技術を習得したり、論文を執筆したり、国際的なシンポジウムに参加したりするのに英語力が必要となってくるでしょう。これからの新たな時代を担う医師になるものとして本当に素晴らしい体験をさせていただきました。

また、これから共に日本や世界で活躍するであろう友人たちと出会えたのも非常に幸運でした。このようなつながりはぜひ大切にしていきたいと思います。

このような素晴らしい経験をさせてくださった国際交流課の方々、熊本大学とリーズ大学のお世話になった方々、私の留学を応援してくださった方々、そして両親に御礼を申し上げたいと思います。ありがとうございました。この経験をしっかりと活かせるようさらに精進していきたいと思います。

## 熊本大学海外派遣留学生 報告書

氏名	Fさん		
所属	文 学 部 ・ 大 学 院 コ ミ ュ ニ ケ ー シ ョ ン 情 報 学 科 ・ 専 攻		
留学先機関名	University of Leeds (国名: イギリス )		
留学先所属	<input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部・研究科に所属 ( Music 学部・研究科) <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修 <input type="checkbox"/> その他:		
留学期間	2018年 9月 - 2019年 6月	留学開始時 学年	3 年次
奨学金	<input checked="" type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度 <input type="checkbox"/> 国際奨学事業 <input type="checkbox"/> トビタテ! 留学 JAPAN 【第 期】 <input type="checkbox"/> その他 ( )		

Leeds University&私が住んでいた寮の Devonshire Hall (左下)





## 1. 出発前の準備について

ビザの種類	<input checked="" type="checkbox"/> 有 種類( Tire4 )	<input type="checkbox"/> 無 先	<input checked="" type="checkbox"/> 国内 場所( 大阪 )	<input type="checkbox"/> 現地
必要書類、手続き 手続きに要した期間	<p>必要書類：CAS、パスポート(現在と過去のものがあれば両方)、英語力の証明書類 (IELTS の成績表)、資金証明書(通帳と取引明細がわかる英文翻訳の資金証明書)、過去イギリスで留学経験がある場合、それを証明するもの、滞在先証明書、オンライン申請を行ったビザ申請書、ビザ書類提出日時予約確認書など、</p> <p>手続き：①アカウントの作成②オンライン申請書の作成③BRP(滞在許可証)受け取り先の指定④ビザ申請日の予約⑤HIS(英国国民健康保険料)の登録と支払い⑥ビザ申請代金の支払い⑦申請書/予約確認書の印刷</p> <p>手続きに要した期間：約2ヶ月、事前にネット情報で、Tire4のことを調べた。代行機関に頼むと、5万円くらいかかるので独力で行ったが、ビザ申請方法も年度によって異なるので、最新情報を得る必要がある。申請は、東京か大阪に行き自分で手続きをしなければならないので、希望日の予約を取るためにも早めに行く必要があることを痛感した。</p>			
ビザ申請以外で 必要な事前手続き	<p>IELTS のスコア取得、熊本大学への書類提出(成績証明、推薦書、健康診断書等)、学内選抜面接、授業の登録、寮の申込み(ディポジット+経費の全額カード事前支払い)、海外旅行保険の申込み、航空券の手配</p>			
留学に向けて 取り組んだ語学	<input checked="" type="checkbox"/> 英語	<input type="checkbox"/> 独語	<input type="checkbox"/> 仏語	<input type="checkbox"/> 中国語
	<input type="checkbox"/> 韓国語	<input type="checkbox"/> その他 (	<input type="checkbox"/> 語)	
勉強方法	<p>グローバルカレッジ棟や教養の先生方から IELTS のテキストを借り、繰り返し模擬問題を解いていた。他にも、グローバルカレッジで開催される IELTS 対策講座に参加し、直接先生から指導して頂いた。また、ライティングが苦手だったため、毎日最低1問以上は解くようにし、回答と見比べながら校正していた。</p>			
留学先の手続き (必要書類、大変だったこと、どのように取り組んだか等)	<p>ビザ申請の手続きが煩雑で、ネット情報(知恵袋も含む)を調べ、最終的には、英国ビザ・イミグレーション(UKVI)のWebサイトの情報で最終確認をした。また、大学の履修登録に関してや、寮の詳しい情報などがよくわからなかったため、過去留学経験のある先輩に尋ねるなどして対処した。寮の申込みを完了した後に、ディポジットとして、£200を期限までに支払う必要があったが、うっかりその手続きを忘れ、直前に再度通知があり、かろうじて期限までに間に合ったが、間に合わない場合、取り消されてしまうこととなったので、この点は、気をつける必要がある。</p>			
事前の必要経費 (留学前に必要な 支払い費用) ※概算費用	<input type="checkbox"/> 授業料	円	<input checked="" type="checkbox"/> 寮費 1,034,788 円	
	<input type="checkbox"/> 語学研修費	円	<input type="checkbox"/> 教材費	円
	<input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請	72,300 (HIS 代金を含む) 円	大阪の旅費は含まず	
	渡航費(□片道	<input checked="" type="checkbox"/> 往復) 往路 157,750 円	復路 87,848 円	
	海外旅行保険料	210,470 円	2ヶ月の延長分を含む	
	<input type="checkbox"/> その他 (	)	円	

## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	<p>往路：カタール航空  復路：KLM オランダ航空  ※当初は、エイビーロード手配の往復航空券を手配していたが、昨年 9 月の台風の影響で関西国際空港が一時封鎖されたため、急遽キャンセルして取り直すなど手続きが大変だった上に、経費も高くなった。</p>	手配	<p>往路：エクスペディア  復路：eDreams  ※利用したサイト、旅行会社等</p>
移動経路 ※往路のみ	福岡→東京→ドーハ→マン チェスター→リーズ	到着 時刻	<p>現地時間午後 2 時以降  【※移動時間（約 26 時間）】</p>
大学（寮）への 移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え <input type="checkbox"/> 知人の出迎え <input type="checkbox"/> タクシー <input type="checkbox"/> 公共交通機関（ <input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車） <input checked="" type="checkbox"/> その他（大学の守衛の方が、好意で寮まで送って下さった。）		
空港から移動する 際の注意点 行き方、料金等	<p>当初予定では、リーズ空港到着予定の便だったので、1 年生の時に、語学研修でリーズに滞在したことがあり、大学のフォローは頼んでいなかった。しかし、到着空港をマンチェスターに変更したので、マンチェスターからリーズまで列車での移動となった。事前に、経路をグーグルマップや列車のサイトで調べておく方がスムーズだったと思う。現地で、ネット環境がない場合もあるので、オフラインでもルートがわかるように事前にダウンロードしておいた方が安心だと思う。心配な場合には、大学の学生のサポートを申し込む方法もある。</p>		
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート その他（                      ）	住居 手配	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で その他（                      ）
部屋の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 その他（                      ）	ルーム メイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input type="checkbox"/> 他国からの学生 その他（                      ）
住居の申込手順	<p>大学から送られてくるメールに寮の申込みのフォームが添付されており、それに希望する寮を記載し申し込む。後日、割り当てられた寮名・寮費の入金方法などが記載されたメールが届くので、確認後、ディポジット及び全額を一括払いした。ディポジットを期限までに忘れず支払うこと。</p>		
住居でのトラブル および解決方法	<p>ドアの開け閉めの音が非常に響き、煩く感じるが多かった。他には、フラットメイトが深夜に大音量の音楽を流していた為、直接伝え止めてもらった。</p>		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	徒歩 20 分    帰宅が遅くなる時は Uber		
生活費および内訳 (概算を円換算)	<p>生活費計 142,500 円/月  （生活費内訳）  住居費：103,500(寮の食事朝・夕食分及び光熱費含む)円/光熱費：0 円/通学費：3,000 円  食費：30,000 円/通信費：3,000 円/書籍代：3,000 円  その他：(                      ) 円  ※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの：0 円  （徴収された費用の名目：                      )</p>		
その他生活で必要な 手続き、アドバイス (口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など)	<p>現地で使えるクレジットカードが必須。海外では、JCB が弱いので、MASTER, VISA のカードを作っておく。さらに、大学生だと利用限度額が、10 万円前後なので事前にカード会社に連絡して、一時増額の手続きをしておく必要がある。寮の支払い方法は、一括カード払いか、分割の方法を選択できたが、分割の場合、現地で銀行口座を開設する必要があり、その手間を省くため、事前一括払いを選択した。ただ、高額のため、自身のカードではそこまで利用限度額を上げることが出来なかったため、父のカードの上限も一時増額して貰いそれで対処した。</p> <p>現地の支払いは、ほとんどカードを使うことができるが、どうしても現金が必要になることを想定して、マネパカードを作成した。このカードは、日本円を事前にチャージし、円を現地通貨にネットで両替することで、現地の ATM を使い、現金が引き下ろせるものだ。また、マスターカードとしてクレジットカードの機能もあり、便利だ。</p> <p>現地のネット環境は、大学や寮などは問題ないが、外出先で地図などの確認のためには、ネット環境が必要だと思い、現地で使える Three 社の SIM をモバイルルーターに事前設定して使ったが、冬休みにイギリス以外の国で使おうとした時になかなか通じず困った。それで、実家からスカイペリーという日本でも海外でも簡単な設定で使えるモバイルルーターを送ってもらった。</p> <p>現地の移動は、Uber が大変便利だ。料金も割に安い。スマホの番号認証が必須なので、日本で事前にしておくことを強く勧める。イギリスで、国際ローミングをオフにすると、電話番号が使えないので、いろいろなサービスを利用するとき認証ができず困るので、この点には、気をつけた方がよいと思う。</p>		

### 3. 留学先の大学について

<p>授業（カリキュラム）の概要について</p>	<p>私は、5 つ（ドイツ語、心理学、コンピューティング、音楽、哲学）の異なるモジュールを受講していた。授業は第 1、2 タームと分かれており、ドイツ語、音楽、心理学は通年で、その他は後期から新たに受講した。授業形態としては、講義とディスカッション形式のセミナー/プラクティスであり、基本として 1 日に 3 コマ授業があり、セミナー形式の授業は週に 2, 3 回程度あった。</p>
<p>履修登録の時期 登録方法</p>	<p> <input type="checkbox"/> 渡航前                      <input type="checkbox"/> 渡航後                      ⇒    (           月頃)  <input type="checkbox"/> オンラインで登録        <input type="checkbox"/> 志願書類の提出  <input checked="" type="checkbox"/> その他（渡航前にオンライン登録を行い、現地でも修正変更登録を行った。） </p>
<p>留学生特例措置 （履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等）</p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 有り（具体的には以下のとおり）  <ul style="list-style-type: none"> <li>・ International Student Office の留学生相談窓口</li> <li>・ チューター制度</li> <li>・ 履修制限（シラバスで確認できる。）</li> <li>・</li> </ul> <input type="checkbox"/> 無し </p>
<p>留学先大学でのサポート体制について （語学面／学校生活／住居・日常生活等）</p>	<p>毎週月曜には、グローバルカフェ、水曜には ISC という留学生向けのイベントが開催されており、様々な国の人と友達になる機会があり、とても助かった。 自分と相手の学びたい言語をマッチングすることでランゲージパートナーを探すシステムもあり、これもとても役立った。 また、図書館では academic writing, grammar, presentation などの分野ごとの講座が無料で開講されており、予約すれば誰でも参加可能であった。他にも図書館や Language zone では、エッセイを校正し、正しい書き方などをマンツーマンで指導してくださる指導員がいたため、語学力の向上には最適な環境が提供されていたと考える。</p>
<p>留学開始後に行った留学先大学の手続き （学生証、履修登録、大学 ID の設定等）</p>	<p>日本で貰うビザは、仮のビザで有効期間が限られているため、現地到着後 10 日ぐらいで、指定した郵便局に行き、BRP(有効期間の長い本当のビザ)と差し替える必要がある。その他、在留カードや学生証の手続き、大学のネットワークの接続、履修登録の変更などを行った。</p>
<p>授業外活動について （サークル、部活、インターン、フィールドワーク等） ※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>私は、Japanese Society に参加していた。セメスターが始まるとすぐに様々なソサエティが新入生向けのイベントを開催していたため、興味がありそうなもの全てに参加した。その中で、日本文化に興味がある学生が多くいて、共通の話題ができ、共に語学力を向上させるのに最適だと感じたため、このソサエティを選んだ。毎週月曜には、近くのパブでお酒を飲みながら皆と交流するパブソーシャル、木曜には紅茶とお菓子を楽しみながら皆と話し合う Macha&amp;Kocha イベントがあった。 他には、精力的に音楽活動をしており、週に 2, 3 回程度寮でバンド活動や街に繰り出しバスクを行っていた。その他には、毎週一度開催される Open Mic というものに参加し、パブで何曲か曲を演奏しに行っていた。</p>

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

\*S=セメスター

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
8:00							
9:00	起床	起床	起床	起床	起床	起床	起床
10:00	授業 (S1)		授 業 (S1, 2)	授 業 (S1, 2)			
11:00			授 業 (S1, 2)		授業 (S2)	ランチ	ランチ
12:00	昼食	授 業 (S1) 授 業 (S2)	昼食	昼食	昼食		
13:00	休憩	昼食	Language Partner	Japanese Society 授 業 (S2)		休憩	休憩
14:00	予習			Japanese Society 授 業 (S2)	授 業 (S2)	予習	
15:00	授 業 (S2)	授 業 (S1) 授 業 (S2)	ピアノ 練習		授 業 (S1)	予習	
16:00		授 業 (S1) 授 業 (S2)	ピアノ 練習		授 業 (S1) 授 業 (S2)		
17:00							
18:00	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
19:00	休憩	バンド 練習	休憩		バンド 練習	友人と 遊ぶ	
20:00	勉強	バンド 練習	休憩		バンド 練習	友人と 遊ぶ	夕食
21:00	勉強						バンド 練習
22:00	Japanese Society	予習・課 題	予習・課 題	予習・課 題	Fruity	休憩	
23:00	Japanese Society	予習・課 題	予習・課 題	予習・課 題	Fruity	予習	予習・課 題
24:00	Japanese Society	予習・課 題	予習・課 題	予習・課 題	Fruity		予習・課 題

## 5. 留学成果とアドバイス

### 留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

主に行動力とコミュニケーション能力が身に付いたと考える。まず、今回の留学中においては、3つ目標を掲げていて、その1つが語学力の向上だった。そして、中でもスピーキングとリスニング能力の向上を重点的に努めてきた。この目標を達成するために、日頃からソサエティや授業で一緒になった人に自ら積極的に話すようにし、ネイティブスピーカーと多く関わるようにした。また、ランゲージパートナーと日常的な会話から環境問題・Brexit等の政治問題・日本が抱える高齢者やオリンピックの準備に伴う社会整備等の社会問題についてディスカッションを重ねた。他にも、通学の時間にはPodcastでBBC Newsを毎日聞くようにし、隙間時間に見ていたYouTubeの国仕様もイギリスに変更し、常に英語に触れる環境を自ら作っていた。

2つめは音楽活動への尽力である。私は、日本にいた頃から精力的に音楽活動をしており、サークル等でもステージ演奏をよくしていた。ビートルズやエド・シーラン等多くのミュージシャンを生み出したイギリスの地で、音楽理論について学びたいというのも留学目的の1つだった。無事Musicの学部配属され、作曲方法や音楽理論について学んだ。また、音楽機材が恵まれており、放課後や時間のあるときには、ピアノ演奏をしたり、作曲したりしていた。また、寮の中には、Music roomがあり、バンド仲間と週に2、3回2時間程度練習に励んでいた。さらに、シティセンターへ赴き路上パフォーマンスを行い、少ない額だが累計で10ポンド以上の金額を稼いでいる。

最後は、積極的に友人や周りの人たちと関わることである。ソサエティ、パブ、様々なコミュニティのイベントに積極的に参加し、多くの友人を作った。こちらでは、お酒を飲んだり、クラブに行ったりすることが頻繁にあり、自らイギリス文化に溶け込んでいき、ソーシャライズを楽しんだ。多くの出会いがある中で、文化やコミュニケーションの取り方等の差異を実際に感じる事ができ、異文化に対する理解が深まり、コミュニケーション能力も以前より向上したと考える。

### 同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関する事、生活全般に関する事など自由に記載してください）

しっかりと計画を立てて時間を無駄に使うことがないように行動することが重要だ。初め1年と聞いた時は、とても長く時間が有り余っているように感じていたが、授業が始まり、課題やイベント・友人と遊ぶ等していると、あっという間に時間が過ぎてしまった。また、冬休みとイースター休みがそれぞれ一か月近くあるのだが、その後には、授業とテストがやって来る。ただ休みを満喫するのではなく、コツコツと授業の復習や課題等にも取り組んでおくべきだと考える。反省点だが、その期間、全く勉強に手を付けていなかったため、休み明けに課題やテスト勉強に追われ、寝ることができない日々を過ごす結果となってしまった。私と同じような学生も多数いた。余裕をもったスケジュール管理と日々の勉強の積み重ねが大変重要であると感じた。

他には、現地の学生となかなかなじめずに、日本人の学生とのかたまってしまいう時期が多くあったため、せっかく語学を学べる機会が無数にあるので、より積極的に現地学生と仲良くできるようイベントやソーシャルに参加すべきだったなと感じた。

今回私の留学先であるリーズ大学は、各国から多くの学生が集っている為、留学生に対する支援やイベントが沢山あった。しかし、そうした情報は能動的に自分から得ようとしなければ、逃してしまう。

現地で生活を始めた頃は、文化や人々等様々なことに慣れることが必要で、すぐに適応するのは困難だと思うが、早めに情報を集めて動き出すことがとても重要だと考える。

### 留学を通しての感想

今まで生きてきた21年間の中で一番充実した1年間だった。決して国内にいただけでは経験できないであろうことを数多く体験することができ、恵まれた機会を与えられたことに本当に感謝している。特に達成できたと感じたことは大きく分けて3つある。

まず、1つ目に勉学である。本学では勉強することが出来なかった音楽（作曲や音楽理論）やWeb Designの授業を履修することができ、より勉学に対する探究心が湧いた。

2つ目は、イベント等の機会に参加できたことである。日本文化発信を目的とした桜フェスティバルにおいて、ステージ班として音響調節や、客にビラ配りなどをし、司会をする機会も与えられた。

最後は、様々な人々と巡り会えたことである。リーズには日本に興味を持つ学生が多くいた為、多くの友人に恵まれた。そして、バンド活動やバーや街中で演奏をするなどの音楽活動に専念する中で、多くの人々と交流をし、かけがえのない時間を過ごすことができた。

しかし、それと同時に、限られた期間の中で、目標の実現や、やるべきこととしたいことを両立するためには、予め計画を立てて過ごすという、日々の積み重ねがとても重要だと痛感した。この経験を活かし、今後の日常生活においても、自分の目標達成のために日々の積み重ねを怠らないように努めていきたい。



## 熊本大学海外派遣留学生 報告書

氏名	G さん		
所属	文学部・大学院コミュニケーション情報 学科・専攻		
留学先機関名	University of Leeds (国名：イギリス )		
留学先所属	<input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修		
留学期間	2018年 9月 - 2019年 6月	留学開始時 学年	<u>3</u> 年次
奨学金	<input type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度		



## 1. 出発前の準備について

ビザの種類	<input type="checkbox"/> 有 種類 (Tier 4 Student Visa)	ビザ申請先	<input type="checkbox"/> 国内																												
必要書類、手続き 手続きに要した期間	<p>イギリス大使館の Web ページ上に、取得できるビザに必要な書類や、条件によっては必要でない書類などの詳細が PDF 様式で掲載してあるので、それを参考にするのが一番有効です。私の場合は受入大学から発行される CAS とパスポート、申請用紙を持参し東京のビザセンターに行きました。期間は約 2 ヶ月前から用意し始めました。</p>																														
ビザ申請以外で 必要な事前手続き	<p>リーズ大学の場合は事前に自分で留学申請をしなければいけません。インターネット上で留学申請、受けたい授業や寮を登録する必要があります。</p>																														
留学に向けて 取り組んだ語学	<input type="checkbox"/> 英語																														
勉強方法	<p>リーズ大学の場合は IELTS が 6.0 以上でないといけないうのでまず、それに達するように IELTS の対策を中心に勉強しました。留学を希望する友人と週 1 回集まり、学科の先生の力を借りながら、勉強会をしていました。</p>																														
留学先の手続き (必要書類、大変だったこと、どのように 取り組んだか等)	<p>私の場合はビザの取得に一番心労がかかったような気がします。ビザがないと留学はおろか、滞在もできなくなるので、絶対に一度で取得できるように何度も確認していました。次に悩んだのは受入大学の寮を決めることでした。私が留学したリーズ大学は多くの寮があり、値段や場所も様々なので決めるのに悩みました。交換留学は基本一人で手続きを進めなければならず、様々な手続きがあるので後回しにして自分の首を絞めないように早め早めの対応を心がけていました。</p>																														
事前の必要経費 (留学前に必要な 支払い費用) ※概算費用	<table border="0"> <tr> <td><input type="checkbox"/> 授業料</td> <td>50 万 (熊本大学に払う分) 円</td> <td><input type="checkbox"/> 寮費</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>約 75 万円</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 語学研修費</td> <td>0 円</td> <td><input type="checkbox"/> 教材費</td> <td>0 円</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> ビザ申請</td> <td>約 8 万円</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>渡航費 ( <input type="checkbox"/> 往復 )</td> <td>往路 : 約 10 万円</td> <td>復路 :</td> <td>約 8 万円</td> </tr> <tr> <td>海外旅行保険料</td> <td></td> <td></td> <td>円</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> その他 ( )</td> <td></td> <td></td> <td>円</td> </tr> </table>			<input type="checkbox"/> 授業料	50 万 (熊本大学に払う分) 円	<input type="checkbox"/> 寮費			約 75 万円			<input type="checkbox"/> 語学研修費	0 円	<input type="checkbox"/> 教材費	0 円	<input type="checkbox"/> ビザ申請	約 8 万円			渡航費 ( <input type="checkbox"/> 往復 )	往路 : 約 10 万円	復路 :	約 8 万円	海外旅行保険料			円	<input type="checkbox"/> その他 ( )			円
<input type="checkbox"/> 授業料	50 万 (熊本大学に払う分) 円	<input type="checkbox"/> 寮費																													
	約 75 万円																														
<input type="checkbox"/> 語学研修費	0 円	<input type="checkbox"/> 教材費	0 円																												
<input type="checkbox"/> ビザ申請	約 8 万円																														
渡航費 ( <input type="checkbox"/> 往復 )	往路 : 約 10 万円	復路 :	約 8 万円																												
海外旅行保険料			円																												
<input type="checkbox"/> その他 ( )			円																												



## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	キャセイパシフィック	手配	スカイスキナー ※利用したサイト、旅行会社等
移動経路 ※往路のみ	福岡ー羽田ーフランクフルトーロンドン	到着時刻	午前 8 時ごろ（現地時間） 【※移動時間（約 26 時間）】
大学（寮）への移動手段	<input type="checkbox"/> その他（ 徒歩 ）		
空港から移動する際の注意点 行き方、料金等	リーズ駅が最寄りの駅で寮によりますが、大学までは車で約十分ほどです。私はタクシーを使ったことないのでわかりませんが、もしウーバーが使えたら、だいたい£4 ほどだと思います。バスは学生証ありで、£1.20、なしで£2.60 でした。		
住居のタイプ	<input type="checkbox"/> 寮	住居手配	<input type="checkbox"/> 自分で
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋	ルームメイト	その他（ ルームメイトはいませんが、イギリス人 3 人とイタリア人 1 人のフラットメイトがいました。）
住居の申込手順	リーズ大学のアカウントをネット上で作り、そこから Accommodation 専用のサイトで自分の希望を記入し、提出します。		
住居でのトラブルおよび解決方法	私は部屋に風呂トイレ付きを希望していましたが、部屋について共用のフラットだったことに気づき、accommodation office に連絡すると、変更は厳しいという風に言われ結局あきらめてそこに落ち着いたということがあったので、絶対に要望を通したいと考えている人は必ず契約書を提出する前に確認することをお勧めします。		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	基本徒歩でしたが、私の寮は大学から 25 分ほどの距離でしたので、時間がないときはバスを利用していました。学生証提示で £1.20 です。アプリで定期券のようなものも販売されているようなので頻繁に使う方はそちらの方がお得になると思います。		
生活費および内訳 (概算を円換算)	<p>生活費計 8 万 円／月 (生活費内訳)</p> <p>住居費： 7 万円／光熱費： 0 円／通学費： 0 円 食費： 3 千円／通信費： 0 円／書籍代： 0 円 その他： ( ) 円</p> <p>※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの： 円 (徴収された費用の名目： )</p>		

<p>その他生活に必要な手続き、アドバイス（口座開設、保険、携帯電話、荷物、支払い方法など）</p>	<p>私は自炊寮だったので基本的に自分で料理していました。必要なものは大学から歩いて十分ほどの大型スーパーでそろいます。アジアスーパーも近くにありますが、少し歩けばもう少し大きいアジアスーパーもあります。なので、食材に困ったりは特にしません。私はなるべく荷物を少なくしたかったので最小限のものしか持って行きませんでした。それでも十分やっていけました。それに初めての地で大きな重い荷物を 1 人で持って歩くのは大変だと思おうのでなるべく少なくするのが得策かと思います。しかし、フラットメイトと初めてあったときや現地の人と交流するときに日本のお菓子やお土産品など持って行っておけば話のきっかけになるので有効だと思います。</p>
--	--

### 3. 留学先の大学について

<p><b>授業（カリキュラム）の概要について</b></p>	<p>私は前期3つ、後期4つ授業を取っていました。1periodはだいたい60分授業です（授業によって異なる）。取れる単位数が決まっているので、どんな人も前後期合わせて7～8つの授業を取ることになると思います。授業数自体少なくとも、モジュールによっては曜日を分けて複数回あるものもあるので被らないように時間割を決めなければなりません。渡航前に大方決めますが、渡航後でも変更できます。</p>
<p><b>履修登録の時期 登録方法</b></p>	<p><input type="checkbox"/> 渡航前 <input type="checkbox"/> オンラインで登録</p>
<p><b>留学生特例措置（履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等）</b></p>	<p><input type="checkbox"/> 有り（具体的には以下のとおり）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 留学生オリエンテーション</li> <li>・ 留学生専用交流会</li> <li>・</li> <li>・</li> </ul> <p><input type="checkbox"/> 無し</p>
<p><b>留学先大学でのサポート体制について（語学面／学校生活／住居・日常生活等）</b></p>	<p>世界各国から留学生が来る大学なのでサポート体制はとても整っているように感じました。留学生だけが受けれる英語の授業や、イベントなども充実しており、また精神面でのサポートもしてくれるようでした。一番最初のオリエンテーションではカルチャーショックや留学生活で抱え込みやすいストレスを寸劇にしてコミカルに表現し、それに対するサポートを強調していたので、留学生に対して気を配っている大学だと思います。</p>
<p><b>留学開始後に行った留学先大学の手続き（学生証、履修登録、大学IDの設定等）</b></p>	<p>まず、自分のBIPを受け取る必要があります。自分の学生登録をネット上で行わなければなりません。その手続きに関する詳細はメールがstudy abroad officeから送られてくるので見逃さないようにしなければなりません。その登録が終わるとBIPとパスポートを持って大学内で学生証を発行しているブースに行き、手続きをして発行してもらいます。</p>
<p><b>授業外活動について（サークル、部活、インターン、フィールドワーク等）</b></p> <p>※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>リーズ大学にはsocietyと呼ばれるいわゆるサークルが数多くあります。授業が始まる10月前の2週間ほどはFresher's weekと呼ばれる時期に、サークルが一同に介し見て回れるイベントがあるのでそこで自分の興味のあるサークルのブースに行き、メールアドレスを登録すればそのサークルの情報が届きます。私は、日本でもたまにやっていたスケートボードのソサエティに一年を通して参加しました。週に一回みんなで集まり、地域にあるスケートボードパークに行きそこで自由に滑っていました。絵を描くことが趣味なので後期はアートソサエティに入り、こちらも週に一回みんなで集まり、モデルを見ながらスケッチしていました。新しい友人を見つけるいい機会です。ジャパニーズソサエティという日本人や日本に興味がある人が集まるサークルもあります。</p>

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
8:00		起床	起床	起床	起床		
9:00	起床						
10:00		授業		授業	授業	起床	起床
11:00			勉強	授業			
12:00		授業	授業	授業			
13:00	図書館で勉強	授業			勉強	買い物	
14:00	勉強	授業	復習		勉強	買い物	友人と会う
15:00	勉強	授業	授業	授業			
16:00	勉強	サークル	授業	授業	サークル		
17:00	帰宅		勉強				
18:00	夕食	帰宅			友人と外食		
19:00		夕食	夕食	夕食		夕食	夕食
20:00							勉強
21:00							勉強
22:00							勉強
23:00							
24:00	就寝	就寝	就寝	就寝			就寝

## 5. 留学成果とアドバイス

### 留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

英語力の面では、確実に進歩したと感じています。最初は聞きなれないイギリス英語で常に聞き直す時が多く、自分の理想とは違うことにとても落ち込みました。しかし、なんとか立ち直り、積極的に聞く機会を探し、必死に聞くことを心がけました。すると、だんだん聞き取れるようになり、そこから話せる言葉も増え、友人も増えました。帰国する1ヶ月前には同じ留学生の人でしたが、イギリスで育ったのかと聞かれるほどになり、とても自分を誇らしく思いました。また、留学をしたことでいろんな国の人と出会いました。キプロス島の人や、クロアチアの人など、普段簡単に会うことができないような国の人と交流する機会が増え、そのおかげで、行く前は全て同じように感じていたヨーロッパの国々一つ一つの違いを感じる事ができました。しかし、留学したことで、自分の発想力の乏しさを痛感しました。授業中発言する機会があり、自分の感じたことを伝えることはできるのですが、もっと根本の問題、つまり、発想力や想像力が他の学生の発表を聞いて劣っていると感じました。それは知識量からくる差だと思ったので、知識を蓄えることに今まで以上に力を注いでいきたいと思いました。

### 同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関する事、生活全般に関する事など自由に記載してください）

最初の方に書きましたが、自分の理想とかけ離れた姿に落ち込むことがあり、そのせいで行動に移せない時期がありました。失敗することをとても恐れていたからだと思います。しかし、同じ留学生や現地人は英語がうまくしゃべれることを重視していません。コミュニケーションを取ろうとする人が会話できているだけなのです。英語を学びに来ているのだからできなくて当然で、恥ずかしがっていたり、恐れていたら、何も前に進みません。自分を高望みしすぎないこと、できなくてもできたことに注目して自分を褒めれば、学ぶことが楽しくなります。私はそうやって自分を鼓舞しました。交換留学をできること自体とても貴重なことで、恵まれています。しかし、10ヶ月は長いようで本当にあっという間です。してよかったと思える留学にできるように、英語話せなくてバカにされたり、エッセイ書くために夜中まで図書館にいるような経験してみるのも良いと思います。今しかできない大切な思い出になるはずです。

### 留学を通しての感想

留学を通して、とても有意義で価値ある経験ができたと思っています。なんどもくじけそうになったり、自信をなくしたこともありましたが、応援してくれている友人や家族に励まされ、何より、留学をできているということに感謝の気持ちを忘れずにいることでその時間を大切にできました。能力的な面での成長もそうですが、精神面も成長できたと思います。言語が不自由であるが故に、いかに今まで自分が日本語という言語ツールに頼っていたかを痛感し、それにより、言葉だけじゃないコミュニケーションの重要さにも気づけました。ネットでなんでもわかる時代に様々な国の人と会い、時には現地へ赴き、それぞれの価値観や文化の違いを直接体験できるのは留学することの大きな醍醐味だと思います。総括して、とても楽しかったです。

熊本大学海外派遣留学生 報告書

氏名	Hさん		
所属	法 学部・大学院 _____ 学科・専攻		
留学先機関名	リーズ大学 (国名: イギリス)		
留学先所属	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科に所属 ( _____ 学部・研究科) <input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修 <input type="checkbox"/> その他:		
留学期間	2018年8月 - 2019年6月	留学開始時学 年	3 年次
奨学金	<input type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度 <input type="checkbox"/> 国際奨学事業 <input type="checkbox"/> トビタテ! 留学 JAPAN 【第 期】 <input checked="" type="checkbox"/> その他 ( みずほ国際奨学財団 )		

## 1. 出発前の準備について

ビザの種類	有種類(Tier4 学生ビザ)	ビザ申請先	<input checked="" type="checkbox"/> 国内 <input type="checkbox"/> 現地場所(東京)
必要書類、手続き手続きに要した期間	約4か月かかった。書類については公式文書を読んだ方がいい。通帳に一定期間、一定の金額が入っていないと注意。		
ビザ申請以外に必要な事前手続き	<ul style="list-style-type: none"> <li>・語学研修</li> <li>・寮</li> <li>・航空券手配</li> </ul>		
留学に向けて取り組んだ語学	<input checked="" type="checkbox"/> 英語 <input type="checkbox"/> 独語 <input type="checkbox"/> 仏語 <input type="checkbox"/> 中国語 <input type="checkbox"/> 韓国語 <input type="checkbox"/> その他( )語		
勉強方法	単語帳とIELTSのテキストを読み込んだ。		
留学先の手続き(必要書類、大変だったこと、どのように取り組んだか等)			
事前の必要経費(留学前に必要な支払い費用) ※概算費用	<input type="checkbox"/> 授業料 540000 円 <input type="checkbox"/> 寮費 684000 円 <input type="checkbox"/> 語学研修費 260000 円 <input type="checkbox"/> 教材費 円 <input type="checkbox"/> ビザ申請 100000 円 渡航費 往復 140000 円 海外旅行保険料 250000 円 <input type="checkbox"/> その他(荷物) 50000 円		

## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	カタール航空	手配	STA travel ※利用したサイト、旅行会社等
移動経路 ※往路のみ	羽田→ドーハ→マンチェスター	到着時刻	13:30 【※移動時間（約 20 時間）】
大学（寮）への移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え <input type="checkbox"/> 知人の出迎え <input type="checkbox"/> タクシー <input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関（ <input type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> 電車） <input type="checkbox"/> その他（ ）		
空港から移動する際の注意点行き方、料金等	バス移動時は事前に払うため注意。あと大きな声で話さないと行き先が伝わらないことがある。		
住居のタイプ	寮	住居手配	大学の斡旋
部屋の種類	一人部屋	ルームメイト	他国からの学生
住居の申込手順	7月頃にホームページを通して申請		
住居でのトラブルおよび解決方法	下の部屋の学生にドタバタするなど批判された。とりあえず謝罪し気を付ける。		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	徒歩		
生活費および内訳 (概算を円換算)	生活費計 115000 円/月 (生活費内訳) 住居費： 70000 円/光熱費： 円/通学費： 円食費： 25000 円/通信費： 円/書籍代： 円その他：( 交際費 等 ) 20000 円  ※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの： 円 (徴収された費用の名目： )		
その他生活に必要な手続き、アドバイス (口座開設、保険、携帯電話、荷物、支払い方法など)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 講座は未開設</li> <li>・ 11か月分の保険加入</li> <li>・ 携帯はSimロックを解除してもらい現地でSimカードを購入</li> <li>・ 基本クレジットカードで支払い</li> </ul>		



### 3. 留学先の大学について

<p>授業（カリキュラム）の概要について</p>	<p>基本どの授業も履修できる。私は交通と物流分野について学んだ。IELTS のスコア次第で受講可能な講義が変わる。</p>
<p>履修登録の時期登録方法</p>	<p>渡航前に申請するが、渡航後に変更できる。 オンラインで登録。</p>
<p>留学生特例措置 （履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等）</p>	<p>■有り（具体的には以下のとおり）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・履修時に留学生でも取れるものを選択した。</li> <li>・初期はオリエンテーションがあったが、特に役に立たなかった。</li> <li>・留学生のためのパーティーなどはあまりなかったと思う。</li> <li>・基本は正規生と同じ。</li> </ul>
<p>留学先大学でのサポート体制について （語学面／学校生活／住居・日常生活等）</p>	<p>英語を勉強したい人のために、小さな教室で毎週プレゼンテーションや交流会が行われていたようだ。他は特にない。</p>
<p>留学開始後に行った留学先大学の手続き （学生証、履修登録、大学 ID の設定等）</p>	<p>ビザ申請時に大学か郵便局で身分証明書を受領できるように設定でき、受領後学生証を大学のオフィスに取りに行く。</p>
<p>授業外活動について （サークル、部活、インターン、フィールドワーク等） ※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>ソサエティは第一セメスターが始まる前に学内イベントで知ることが出来る。私は環境保全のボランティアのみ参加し、ソサエティとは別にバンドを組んだ。友達から誘われたのでバスケのソサエティも数回行った。日本人のコミュニティもあるようだった。</p>

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日
7:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
8:00	睡眠	起床、登校	睡眠	睡眠	↓	↓	↓
9:00	起床、登校	講義	起床	起床、登校	↓	↓	↓
10:00	図書館	図書館	自由	図書館	起床	起床	起床
11:00	講義	図書館	自由	講義	自由	自由	自由
12:00	講義	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
13:00	昼食	買い物	バスケ	自由	自由	自由	自由
14:00	図書館	↓	バスケ	↓	自由	バスケ	自由
15:00	図書館	↓	自由	↓	講義	バスケ	課題
16:00	帰宅	講義	自由	講義	講義	自由	課題
17:00	夕食	自由	バンド練習	自由	図書館	自由	自由
18:00	自由	図書館	自由	図書館	自由	夕食	夕食
19:00	↓	図書館	夕食	図書館	夕食	課題	自由
20:00	↓	夕食	自由	夕食	パブ	↓	↓
21:00	自由	課題	↓	自由	↓	↓	↓
22:00	カードゲーム	自由	↓	課題	↓	自由	↓
23:00	カードゲーム	自由	↓	課題	↓	↓	↓
24:00	自由	自由	就寝	就寝	帰宅	↓	↓

## 5. 留学成果とアドバイス

留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

物流の概要、イギリスの交通網が抱えるコスト面の問題、環境負荷等持続可能性を含めて学習できました。4つの英語能力全て明らかに向上したと思います。しかしながら、最も大きな成果はイギリスで勉強し、その社会の中で生きたという経験を手に入れたことです。この時代、本気で勉強すれば語学は日本でも身につきます。知識も大学にこもって本を読めば学ぶことが出来ます。だからこそ、その国に行き、社会を見て、人間同士で交流することで机の上では見つからない、社交性や問題解決能力が身につく、自らの知見を広めることにもつながるのだと思います。加えて、個性という言葉では片づけられない価値観の違いを経験した上で、なるほど、この良いことと悪いことの線引きが人間の背景によって異なるということ、その線を理解し許容出来るようにすることが異文化理解に必要なのではと考えました。

同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関すること、生活全般に関する事など自由に記載してください）

リーズは比較的大きな都市で、生活する上ではほとんど困らないと思います。留学する目的は人それぞれなので当初の目的を忘れないようにすると思います。だからだとすると時間ももたないのです。語学は、現地のコミュニティに入っていれば伸びます。

もちろん努力をしたらです。寮であったりボランティアであったり、ソサエティだったりなんでも良いのですが、外国人としてではなく、一人の大学生として扱われるように努力すると思います。私は分からないことは聞き、メモして調べてアクセントも真似しました。それから、せっかく海外に行くので難しいからとか、時間がないからとかで挑戦しないということは出来るだけ減らした方がいいのではとも思います。夜に一人で出歩かないことと丁寧に礼儀正しくすることは大切にしましょう。

### 留学を通しての感想

終わってみればあっという間でした。日記をつけ、写真を撮り、感情を自分の中にとどめようとしても面白いものはすぐ終わってしまいます。留学当初は目新しかった町の外観や乗るたびにわくわくした電車も一年もたつと慣れてしまいました。友人も0から始まり、不安もありましたが、11カ月よくやったと思います。海外で生活して初めて食、安全、交通面の日本の素晴らしさに気づくこともありイギリスにいながら日本のことが好きになりました。

今回の留学の目的の一つは、将来グローバルビジネスを目指し続けるか否か見極めることでした。言い換えれば、私のグローバル人としてのスタートです。これから40年あるいは50年、世界に目を向け続け、チャンスを逃さず生きていきたいと思っています。