

交換留学帰国報告書

記入 | 2023 年 10 月
所属 & 学年 | 情報学研究科 M1
卒業予定 | 2025 年 3 月

留学先大学	リーズ大学
留学先国	イギリス
留学期間	約 9 ヶ月 (M1 年次に留学)
留学開始 - 終了	2022 年 9 月 20 日 - 2023 年 6 月 31 日

A. 留学に至った経緯や留学準備について

①留学する大学や国、プログラムを決めた理由を教えてください。

英語圏であること、研究(宗教)を進めることができること、現地学生との交流機会がたくさん設けられていることの3点から決定しました。

②留学を志したきっかけや経緯、動機などについて教えてください。

大学2年時にモナシュ大学の英語研修(1ヵ月間)に参加し、海外でより長い間生活したいと思っていたからです。また、現地のキリスト教会にて賛美歌の録音・分析を行い、修士研究を進めようと考えていました。

③留学前の海外渡航経験があれば教えてください。

渡航先	渡航時の学年	目的&期間など
オーストラリア	大学2年	英語の短期研修

④実際に留学準備を始めたのは応募した時期からどのぐらい前でしたか？

大学4年時の5月頃から海外留学室に相談をしていました。

⑤海外留学室での相談内容、参考になったことなどを教えてください。

留学時期・留学先大学の相談、志望動機の添削でお世話になりました。

B. 留学前の語学対策や単位などについて

①留学前の語学対策、TOEFLなどの受験回数などについて教えてください。

IELTS 3 回受験、DMM 英会話 2 年半ほど毎日 25 分、夏休みの IELTS 講座

②単位取得、単位互換、教職履修などに関するアドバイスをお願いします。

1年卒業を伸ばしたため特に困ってないです。

C. 授業や勉強について

①留学先で履修した科目と科目コード（例：MKG 2022 Introduction to Marketing）、時間数、形態、授業の内容、履修方法、などについて教えて下さい。

Semester1

・ EAST3355 Death and Religion in Japan

日本の死生観に関する授業

講義(1h/w)&ディスカッション(1h/w)

・ THEO1122 Introduction to the Study of Religions

新宗教、移民の宗教など様々な宗教論を学ぶ時授業

講義(1h/w)&ディスカッション(1h/w)

・ PSYC1601 Introduction to Psychology

人の認知に関する心理学の基礎を学ぶ授業

講義(1h/w)

・ ELU2004 English through Interpersonal Communication

非ネイティブの学生が受講できるもので、グループワークを中心にワークを行う授業。プレゼンやネイティブにインタビューの課題が課されました。

講義&ワーク(2h/w)

Semester2

・ MODL1090 Intercultural Competence: Theory and Application

世界中の文化を体系的に学ぶ授業

講義(1h/w)&ディスカッション(1h/w)

・ PSYC1619 Psychology for Healthy Minds

メンタルヘルスの理論や治療アプローチを学ぶ授業

講義(1h/w)

・ PSYC1608 Perception

味覚、嗅覚、触覚、視覚、聴覚をつかさどる人間の器官の構造を体系的に学ぶ授業

講義(1h/w)

・ HPSC1015 Magic, Science and Religion

魔法(超常現象)、科学、宗教の歴史的成り立ちや相互の関係性を学ぶ授業

講義(1h/w)&ディスカッション(1h/w)

②授業を受けるにあたって心掛けていたこと、努力や工夫を教えてください。

予習で講義内容の全体感を掴んでおき、授業内ではメモを取ることで、先生の言っていることを集中して聞くことを意識しました。

③学習面で困ったことはありましたか。どのように解決しましたか。

セミナー（ディスカッション）が大変でした。というのも事前の課題である論文量が膨大

であることに加え、専門的な内容をグループでディスカッションしなければならず常に自分の意見を持つ必要があったからです。予習で自分の意見を事前に考えておくこと、講義内で友人を作ることで解決しました。

D. 大学生活について教えてください。

①現地の雰囲気や大学の校風について教えてください。

リーズは都会部分(city centre)も田舎部分(hyde park)も、大学から非常に近いためとても住みやすい街です。大学自体も留学生数が30%を超えており、様々な国籍の人たちと交流することができます。また、大学内にpubがあり、サッカーを見ながらお酒が飲めるため、活気に溢れています。

②ネット環境、施設、周辺環境などハード面について教えてください。

どれも困ることはなかったです。寮から歩いてすぐのところに器具が充実したジム(Edge)がありとても充実していました。Cityセンターも歩いてすぐなのでとても住みやすいです。

③留学先でどのようにして現地の学生と交流を深めましたか。

パデル(テニスとスカッシュの間のスポーツ)のサークル、大学のLanguage Exchange サービス、Global Café、Fenton(大学の近くのpub)で現地の学生と交流を深めました。

④余暇の過ごし方(授業後や長期休暇など)について教えてください。

ヨーロッパ各地(スペイン、イタリア、フランス、アイルランド)、イギリス国内(ロンドン、ヨーク、リヴァプール、マンチェスター、ケンブリッジ、オックスフォード)に旅行しました。

E. 健康管理、保険、予防接種など

①健康管理あるいは衛生面について注意していたことはありますか。

水道水は飲まず、スーパーでペットボトル水を購入していました。

②留学中に病院へ通った経験の有無、医療費などについて教えてください。

病院は通院していません。風邪を引いた際は、現地の風邪薬を使用しました。

③留学するにあたって、予防接種は必要でしたか。

はい(種類:)

いいえ

F. 住居、食事、マナーなどについて

①留学中の滞在先について教えてください。

形態	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> 下宿 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> その他 ()
何人部屋	(6) 人

- ②生活（住居、食生活、服装など）や習慣の違い（マナー、対人関係）、安全面などについて、困ったこと、気をつけていたことがあれば教えてください。

生活や習慣の違いで困ったことは特になかったです。

- ③日本から持参するとよいもの、または持参しなくてもよかったと思うものは何でしょうか。

持参してよかったもの：ほんだし、インスタント味噌汁、ヒートテック

- ④参考となる留学先国の情報（出版物、web サイト）を教えてください。

イギリス英語：English Like A Naitive(YouTube)・ネイティブが使うイギリス英語(web サイト)

G. 留学費用について

- ①留学費用や支出の管理などに関してアドバイスがあれば教えてください。

銀行口座はソニー銀行を使っており、オンライン上で円をポンドに変換できるため、レートは逐一確認していました。

- ②奨学金は受給していましたか。

はい (奨学金名： Jasso 支給額： 8 円)

いいえ

- ③差し支えない範囲で留学費用を教えてください。*内容の費目は自由に変わってください。

内容	金額	備考
渡航費	30 万円	
保険代	20 万	東京海上日動と IHS
予防接種・ビザ代	6 万	
住居費	120 万	学生寮(Central Village)
食費	10 万	
交際費	7 万	旅行など

H. 今後の進路や目標、就職活動について

- ①卒業後の進路（進学、就職、その他）について教えてください。

進学

就職

その他 ()

- ②今後の進路や目標があれば教えてください。また留学の前後で、進路や目標に対する考え方や気持ちの変化があれば教えてください。

国際的な仕事に就きたいと考えています。

- ③留学中に就職活動を行った方は、具体的なエントリー、一時帰国の時期、感想などを教えてください。海外留学生用の就職活動を受けた場合はそれに関する情報もお願いします。

ロンドンキャリアフォーラムのインターン選考を受けました。また3月からオンラインで就職活動を行っていました。

I. 留学を終えて感じること

- ①留学を終えて今の率直な気持ちや感想、印象に残っていることなど教えてください。

リーズでの10ヵ月間は、あっという間でとても充実したものでした。今の率直な気持ちとしては、イギリスの生活に戻りたいと思うと同時に、やり切ったという達成感を感じています。人の優しさをたくさん感じ、新しい文化や素敵な人々に出会い、大きく成長できました。留学を経験できたことにとても感謝しています。

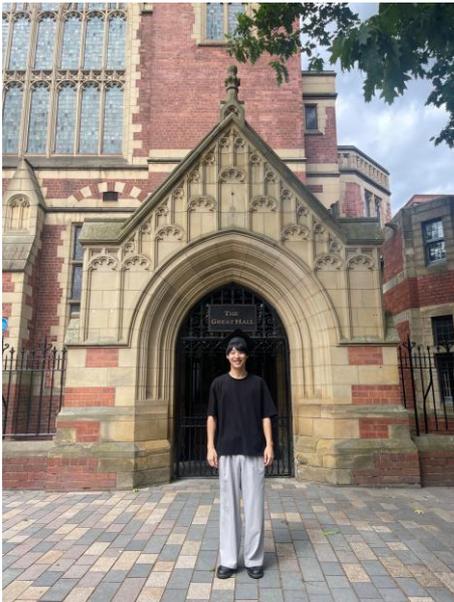
- ②留学したことで、何がどのように変わったと思いますか。

大きく変わったこととしては「失敗をより恐れなくなったこと」です。留学当初、セミナー（授業のディスカッション）で、自分の意見を思うように英語で伝えられず、ネガティブになっていました。この悩みをフラットメイトに相談した時、かけてくれた「No one judge you, only you judge you.」という言葉がとても記憶に残っています。この言葉をもって以降、間違えることを恐れず、積極的に発言したり行動したりする習慣が身につきました。

- ③現在、留学を考えている学生へのメッセージをお願いします。

1年間の交換留学は人生において、とても大きい決断になると思います。卒業が1年遅れること・部活サークルの大会や行事に参加できないことなど諦めなければならないことがいくつかあります。僕自身も1年間の留学をするかたくさん考えました。留学を終えて思うことは、本当に行ってよかったと思い、決断した自分、サポートしてくれた家族、先生方にとっても感謝しています。社会人になる前に長期間の海外生活を体験できただけでなく、日本では経験できなかったとても充実した日々を過ごすことができました。不安なことや悩むことはたくさんあると思いますが、少しでも海外に目を向けている人であれば後悔はしないと思います。応援しています。

◆自由記述欄◆



左：帰国 1 週間前に学内で取った写真 右：賛美歌の録音をした地元の協会



左：多様な国籍の人が所属するパデルサークル 右：パブで仲良くなったイギリス人



左：授業風景 右：リーズマーケット(街並みが本当に綺麗です)



左：サグラダファミリア(スペイン) 右：トレビの泉(イタリア)



左：舞台ハリーポッター(ロンドン) 右：エドシーランのライブ(マンチェスター)