

交換留学帰国報告書

記入 | 2023 年 8 月
所属 & 学年 | 教育学部 3 年
卒業予定 | 2025 年 3 月

留学先大学	ダラム大学
留学先国	イギリス
留学期間	約 9 ヶ月 (3 年次に留学)
留学開始 - 終了	2022 年 9 月 23 日 - 2023 年 6 月 25 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。

英語を公用語とする国に行きたかったため、イギリスを選びました。また、ダラム大学はイギリス伝統のカレッジ制度を採用している数少ない大学であり、その制度を体感したかったからです。

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。

コロナによるオンライン中心の生活を一変させたいと思ったからです。もともと海外に興味があり、偶然留学説明会に参加したをきっかけに、留学をしようと決意しました。

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
中国	幼少期(年少から小1)	父の赴任
インド	中学校 3 年間	父の赴任

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？

応募締め切りの 2 ヶ月程前に始めました。かなり遅めだと思います。早く留学を決意していたら、もっと早く始めていたと思います。

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。

2 つの受け入れ先大学で迷っていた際に、相談させてもらいました。それぞれの大学の特徴など、丁寧に教えてくださり、最後まで一緒に考えてくださいました。

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 を一回受験しました。
受験直前の一ヶ月、ひたすら IELTS の勉強をしていました。

- 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。

無理のない程度に、留学先の交換留学生とも相談して決めました。
また、ネット上にある他大学（日本）の交換留学体験記に載っていた過去の履修科目なども参考にしました。

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ください。

EDUC2401 Constructing Childhood and Youth
幼少期の発達に影響する様々なトピックを扱った。（メディア、ジェンダー問題など）
週に一回のレクチャーと隔週のセミナー

EDUC2421 Learning Lives Education
生涯教育や課外活動など、学校教育以外の様々な教育の目的・効果について。
週に一回のレクチャー

EDUC3401 Mental Health and Wellbeing
メンタルヘルスについて。
週に一回のレクチャーと隔週のセミナー

EDUC2361 Culture Identity, Interculturality and Education
各国におけるアイデンティティについて。被植民国におけるアイデンティティ維持について。
週に一回のレクチャーと隔週のセミナー

EDUC2321 Learning & Development in Childhood
子どもの発達について。（主に学習面と言語面）
週に一回のレクチャーと隔週のセミナー

- 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。

予習は必ずするようにしていました。特に、セミナーの前は予習が必須でした。

- 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。

授業中、発言を求められる場面で発言することが難しかったです。
予習段階で、授業の具体的な内容に限らず、大枠となるトピックに対する自分の意見を持つようにしていました。

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。

ダラムは、街と大学が一体化している大学都市です。学部棟が街中に点在しています。
学生が多く、安全な街でした。私が所属していた教育学部は、多数が中国人の正規留学生でした。

- 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。

ネット環境は、非常に整っていました。私の属していたカレッジには、ジムや図書館、ビリヤード施設などもあり、一年間の留学には十分な環境でした。（カレッジによる）

- 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。

カレッジ（寮）のイベントが多くあったので、それに参加して友人を作りました。
また、スポーツソサエティや日本人会にも参加し、カレッジ外の交流もしていました。

- 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。

基本的に授業後は、図書館で予習と復習をしていました。サークルにも行っていました。
長期休暇は、海外旅行に行くことが多かったです。

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。

手洗いうがいは徹底していました。渡航直後は、体調を壊す人が多かったです。体調に異変を感じたら、睡眠時間と早めに薬を飲むことを意識していました。

- 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。

病院には行っていません。

- 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	(1) 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。

洗濯機が一回につき4ポンド（700円）ほどかかり、かなり困りました。私も含め、多くの生徒が手洗いをしていました。乾燥機はただなので、手洗いした洗濯物を乾燥機にかけていました。また、寮では同じフロアに6人住んでおり、夜になると騒音が少し気になりました。

- 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。

基本的には、現地で全て揃えることが出来ます（高い）。
個人差はあると思いますが、風邪薬は現地のものの方が効きました。
インスタントの食材（おかゆ、味噌汁）などは、体調を崩したときに便利でした。

- 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。

ウェブ上で「ダラム 留学」「Durham university」と検索して出てきたものを、隅々まで見ました。

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。

寮によって、食事の有無は異なりますが、私は食事付きの寮だったので、外食や外での飲酒は控えていました。気分転換として、土日の昼は、外食をしたり、自炊したりしていました。カレッジのバーは、たまに利用していました。

②奨学金は受給していましたか。

はい (奨学金名: JASSO 支給額: 80000 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えてください。

内容	金額	備考
渡航費	30 万	名大からの奨学金 20 万
保険代	8 万	
予防接種・ビザ代	8 万	
住居費	15 万	
食費	~1 万	基本的には寮費に含まれています
教科書代	0	オンラインで配布されました

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、進路や目標に対しての考え方や気持ちの変化があれば教えてください。

留学の前後で、就職することへの意志は変わっていません。しかし、留学を通して、海外と関わることでできる職に就きたいという思いが強くなりました。

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。

就活の流れに関する説明会には、時間の都合限り参加していました。ただ、あまり本格的には活動していませんでした。一時帰国もしていません。

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。

大変なこともありましたが、本当に楽しい9ヶ月間でした。多様な人と交流する機会が多く、自分を客観視することで、自己理解にも繋がったと思います。とくにバスケットボールサークルに入ったことは、留学生活の中でも大きなイベントでした。練習や試合を通して、国籍問わず多くの生徒と仲良くなれました。

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。

精神的に強くなったと思います。初めて親元を離れて、一人で暮らしましたが(寮)、周囲にいる友人と協力しながら、少しずつ新しい環境に適応して乗り越えました。困ったことがあったら、近くにいる現地の人に聞いたり自分で調べたりと、自分主体で行動する力も身についたと思います。

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。

なかなか簡単に決断できることではないと思います。だからこそ、行けるチャンスがあるなら、チャンスを逃さないうちに行くことをおすすめします。きっと良い経験が出来ると思います。

◆自由記述欄◆



←月に一回、カレッジ毎に行われる Formal という食事会です。ガウンを着用して、コース料理を食べます。ハリーポッターの雰囲気似ています。味には期待しない方が良いです。



街の中心部にあるダラム大聖堂です。→

学期はじめにはここで式を行います。



←バスケットボール部の写真です。

男女ミックスで行っており、多様な

生徒と交流することが出来ました。

長期休暇に行った海外旅行の写真です。→

(上：モロッコ、下：アイスランド)

貴重な体験がたくさん出来ました！

