

# 短期研修報告書

記入 | 2019年 10月

所属&学年 | 教育学部 2年生

留学先大学 (国名)	モナシュ大学 (オーストラリア)
短期研修のプログラム名	モナシュ大学英語研修
留学した期間	8.20-9.22

## 1. 留学前の準備 (応募のきっかけや動機、申込手続、語学対策など)

中学生の頃から留学に行きたいと思っていたが、なかなか予定が合わず参加できなかった。学年が上がるにつれて留学に行くのはさらに難しくなると考え、2年生の夏に参加することに決めた。小学生の時にオーストラリアの学校と交流する機会があり、その頃からオーストラリアにいつか行ってみたいと思っていた。初めての海外で不安だったので、大学の留学プログラムで行こうと考え、調べてみるとちょうどこのプログラムがあり、参加を決めた。出発までは、実際に去年このプログラムに参加した友人や先輩からやっておくべきことは何かを教えてもらった。日本について英語で説明できるように色々調べたり、毎日日記を英語で書くようにした (留学期間中も毎日書いた)。また英単語の勉強や普段の学校での英語の授業も語学対策になると考え、真剣に取り組んだ。

## 2. 研修内容や学校 (内容と時間数・形態、授業の感想、学生同士の交流など)

クラス分けテストの結果、私は午後 (13:00~17:15) の授業を受けることになった。クラスは、日本人が私を含めて6人、中国人が8人、カンボジア人が1人、インドネシア人が1人で構成されていた。授業は reading ,listening ,speaking ,writing の4技能を使ったワークをたくさんした。グループワークやペアワークなどを通じて、ほかの国の人とも話すようになった。授業の休憩時間には、お互いの言語 (挨拶、数字など) を教えあったり、お菓子を一緒に食べたりしていた。また帰りの電車が同じだった中国人には、メルボルンのこと、中国のことなど色々教えてもらったり、一緒にご飯に行ったりとすごく親切にもらった。先生方もとても優しくかった。授業の課題 (予習) は想像していたより多くて、最初の頃はとてもしんどいと感じていたが、しっかりと英語の勉強ができたのでよかったと思う。

## 3. 生活 (住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど)

中国人の家庭でホームステイをした。朝は主に食パン、時々肉まんや小籠包などの手作りの料理を用意してくれた。お昼は、ホストファミリーのおばあちゃんが毎日お弁当を作ってくれた。夜は美味しい中華料理などを作ってくれ、家で食べた。毎日どんな料理が出てくるのか楽しみだったので、できるだけ家でご飯を食べるようにしていた。中国では、お月見の日にムーンケーキというお月見に見立てたケーキを食べるらしく、自分たちで作ったケーキを出してくれた。ご飯を食べるときには、中国と日本の違いについて話したり、ホストファミリーが日本に何度かきたことがあったのでその時の話などをして盛り上がった。お部屋の設備もとても整っていて、1ヶ月間快適に過ごせた。

メルボルンは夏の日本とは真逆の冬だったので、風邪の心配などがあったが、徐々に気候にも慣れて、風邪を一回もひかずに留学生活を終えることができた。

私は現金 10 万円分を持っていったが、全部は使わなかった。カードも乗り継ぎのシンガポール空港での食事に使っただけだった。

メルボルンはすごく寒いだろうと思い、カイロをたくさん持っていったが、正解だった。また防寒グッズ（マフラー、手袋）も活躍した。服装もダウンを持って行ってよかったと思う。

#### 4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

電車やバスの中では、荷物の管理を普段以上にしっかりすることを心がけていた。リュックと小さな鞆を常に持ち歩いていた。小さな鞆には、財布や携帯など重要な物を入れ、常に首からかけるようにしていた。

#### 5. 留学を終えて感じること&留学を考えている学生へのメッセージ

初めての海外で一ヶ月間過ごすということだったので、楽しい気持ちもありつつ、不安でいっぱいでした。しかし実際に行ってみると、毎日新しい発見や経験ができ、充実した日々を過ごすことができました。同じ大学から行った仲間、そしてホストファミリーやメルボルンでできたたくさんの友人との出会いは私にとってかけがえのないものになりました。私のように初めて海外に行くという人でも、学生支援課や CIEE の方々が手厚くサポートしてくださるので安心です！夏休みの良い思い出になりました。

#### 6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	円	
海外旅行保険	円	
授業料（教材費含）	円	
滞在費（寮費など）	円	
食費	円	
交通費	円	
その他（小遣い、通信費など）	円	
計	円	

自由記述欄 \*現地のおすすめ情報や留学エピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

メルボルンにはおしゃれなカフェがたくさんあった。ちょっと町をぶらぶらするだけでもとても楽しいと思います！

様々なツアーがあった。私はグレートオーシャンのツアーに参加した。参加した日はすごく良い天気で最高の天気でした！オススメです。

# 短期研修報告書

記入 | 2019年 9月  
所属 & 学年 | 経済学部 2年生

留学先大学 (国名)	モナシュ大学 (オーストラリア)
短期研修のプログラム名	モナシュ英語 ME
留学した期間	1か月

## 1. 留学前の準備 (応募のきっかけや動機、申込手続、語学対策など)

応募の動機は英会話能力を身につけたかったからです。語学対策は英会話の参考書を中心に行いました。

## 2. 研修内容や学校 (内容と時間数・形態、授業の感想、学生同士の交流など)

研修は、クラスごとに午前組と午後組に分かれて授業を行いました。授業は一日4時間の授業で曜日ごとに Reading 中心、Listening 中心、Speaking 及び Presentation 中心の授業と決められており、集中的にその分野を学んでいく方針でした。1クラス15人程度と少人数であったため、日本の大学のような受け身中心の授業ではなく積極的な発言が求められ、はじめは戸惑いましたが徐々に慣れることができました。学生同士の交流は、自分次第であると考えていたため学校内外問わず積極的に海外の人と会うようにしました。オーストラリアではそのようなツールが発達していたので交流は盛んに行えたと思います。

## 3. 生活 (住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど)

ホームステイ先ではハウスルールが細かく設定されていたので少し苦労しましたが、それ以外は快適に過ごすことができました。

クレジットカードは便利で大抵のお店では使えましたが、一人毎に会計ができない店もあったので現金もある程度持って行ってよかったと思いました。

## 4. 危機管理 (身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど)

ウエストポーチに貴重品を入れ肌身離さずには持っていました。また現金は必要以上に持ち歩かず、持ち歩くにしても財布を複数持ち分散させていました。

## 5. 留学を終えて感じること & 留学を考えている学生へのメッセージ

留学を終えた今、私は渡航前より明らかに英語の有用性を実感し英語を使える人になりたいと思いました。確かに日本にいても英語は勉強できますが海外に一定期間行き海外での生活を体験することはとても有意義なことだと思います。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	円	
海外旅行保険	円	
授業料（教材費含）	円	
滞在費（寮費など）	円	
食費	?円	外食の頻度によって変わります
交通費	12175円	定期券のようなものを買いました
その他（小遣い、通信費など）	円	通信は現地のSIMカードを用いるのがおすすめです。
計	円	

# 短期研修報告書

記入 | 2019年 10月  
所属 & 学年 | 医学部 3年生

留学先大学 (国名)	オーストラリア
短期研修のプログラム名	モナシュ大学英語研修
留学した期間	2019年8月20日~2019年9月22日

## 1. 留学前の準備 (応募のきっかけや動機、申込手続、語学対策など)

昨年、タイに留学した際に、自分の英語のできなさを実感し、もっと英語を勉強したいと思い、この研修に参加した。現地で友達を作ることと自分のスピーキングの能力を伸ばすことを目的とし、参加した。

語学対策として、留学する前の3ヶ月間、週2回英会話教室に通った。ある程度、英語での受け答えができるくらいにして、留学に臨んだ。

## 2. 研修内容や学校 (内容と時間数・形態、授業の感想、学生同士の交流など)

私のクラスは Intermediate で、午後にあった。授業内容は General English と Academic の比率が 7 対 3 くらいで、主にクラスメイト 3~4 人のグループを作って発音練習やスピーキング練習のアクティビティをした。とても楽しかった。

クラスメイトは、日本人が 9 人、中国人が 8 人、サウジアラビア人が 1 人で構成されていた。1ヶ月経つ頃には、クラスメイトととても仲良くなった。

## 3. 生活 (住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど)

ホームステイは、ホストマザーとの 2 人暮らしだった。留学生用に一部屋用意されており、机、スタンド、椅子、棚、ベッド、ヒーター、カーペットが備え付けられていた。学校まで約 1 時間のところにあった。家の鍵を渡された。

ホストマザーは今までに 10 人以上の留学生を受け入れているため、対応が慣れていた。料理がとても上手だった。

ビオフェルミンや下痢止め、酔い止めなど色々な種類の薬を持って行った。お腹が痛い時は食後にビオフェルミンを飲むことがあった。

現地のお金を 10 万円分日本で換金し、現地ではそれを 3 つに分けていた。また、クレジットカードはもともと複数持っていたので、4 種類のカードを持って行き、よく使うものと念のためのもので財布を分けて保管した。

パスポートはとても薄いウエストポーチに入れて、服の下に常に身につけていた。このウエストポーチは、パスポートを入れるようなもので嵩張らないため、持って行ってよかった。

#### 4. 危機管理 (身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど)

小さな肩掛けカバンに財布など大事なものを入れて、常に自分の体の前側に来るようにしていた。学校でも、自分の鞆から目を離さないようにして、信用できる友達が周りにいないときは必ず自分の鞆を持ち歩いた。

夜遅くに出歩かないようにした。夜ご飯を友達と食べに行ったときや、夜に開催されるイベントに参加したときでも、遅くても10時に家に着くようにしていた。

#### 5. 留学を終えて感じること&留学を考えている学生へのメッセージ

1ヶ月の留学では、リスニングやスピーキングなどの英語のスキルは劇的に上達しなかった。しかし、リスニングスキルの上達のために用いるべきサイトなど、ネイティブの先生がおすすめるものを知ることができたので、これからの英語の勉強に役立つ材料を手に入れることができた。また、たどたどしい英語でも現地の人や国が違う人と会話をすることができ、楽しさを実感することができ、もっと英語を勉強し、滑らかに英語を話せるようになりたいと強く思い、これからのモチベーションになった。

メルボルンを観光したり、現地での暮らしをすることで、オーストラリアの文化を知りながら、英語の勉強もできた充実した留学だった。楽しく英語を勉強したい人や初めて留学する人に適した研修だと思う。

#### 6. 研修費用 (さしつかえなければおおよその金額を教えてください)

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	約 600,000 円	
海外旅行保険		
授業料 (教材費含)		
滞在費 (寮費など)		
食費	50,000 円	
交通費	10,000 円	30 日間使える定期のようなものを購入
その他 (小遣い、通信費など)	150,000 円	主にお土産代
計	約 800,000 円	

自由記述欄 \* 現地のおすすめ情報や留学エピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

毎週末にメルボルンの観光地を周り、たくさんのお土産を買った。一番お勧めしたいのは、グレートオーシャンロードのツアーで、ネットで予約し参加した。日本語のツアーは少し高かったが、ガイドさんのお話はとても面白く、また安心してツアーに参加することができた。素晴らしい景色を見ることができ、コアラを触ることができた。

メルボルンにはたくさんのカフェやおしゃれなお店があり、友達と色々なお店を回ることができてとてもよかった。また、たくさんのタピオカジュース屋さんがあり、並ばずに購入できるため、たくさんタピオカジュースを飲んだ。

## 短期研修報告書

記入 | 2019年 9月  
所属 & 学年 | 文学部 1年生

留学先大学 (国名)	モナシュ大学
短期研修のプログラム名	モナシュ大学英語研修
留学した期間	8月20日~9月22日

### 1. 留学前の準備 (応募のきっかけや動機、申込手続、語学対策など)

もともと海外に深い関心があっただけでなく、英語をもっと日常的に使えるようになりたいと思ったので成績の基準もなく、気軽に参加できそうなこの研修に参加した。研修前の語学対策としては、英語教室に週1で通ったり、英語の日記を書いたりした。

### 2. 研修内容や学校 (内容と時間数・形態、授業の感想、学生同士の交流など)

午前と午後のクラスに分かれ1日4時間授業を受けた。わたしのクラスには日本人よりもほかの言語を話す人が多かったため、彼らとたくさんペア活動し英語を話したり聞いたりする練習をたくさんできた。

### 3. 生活 (住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど)

ホストファミリーは人によってさまざまだが、私のホストファミリーはとても親切で毎日昼食と夕食を用意してくれ、Wi-Fiも無料で使わせてもらった。部屋もきれいで最高の環境だった。思っていたよりも寒いのでコートは必須だと思う。わたしはヒートテックも持参したがこれは必要なものだったと思う。

### 4. 危機管理 (身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど)

ホームレスの人が街にたくさんいて、時にはお金をくださいと話しかけてくる。これは日本ではない経験なのでびっくりすると思うけれど落ち着いて対処することが大切。あとは現金をたくさん持ち歩きすぎないほうが良いと思う。

### 5. 留学を終えて感じる事 & 留学を考えている学生へのメッセージ

感じ方は人それぞれだと思うが、1か月という期間はとてもあっという間。暮らしや英語に少しずつ慣れてきたころに帰国しなければいけなくなるので1日1日を本当に大切にしていかなければならない。また、英語は伝えようという意味を持ち自信をもって話せば、多少文法が間違っても通じることが分かったのは1つの成果だと思う。わたしはこの研修に参加してたくさんの人と出会いたくさんの経験ができたので本当にこの研修に参加してよかったと感じている。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	円	
海外旅行保険	円	
授業料（教材費含）	円	
滞在費（寮費など）	円	
食費	円	
交通費	円	
その他（小遣い、通信費など）	円	
計	円	

# 短期研修報告書

記入 | 2019年 10月

所属&学年 | 経済学部 2年生

留学先大学 (国名)	オーストラリア
短期研修のプログラム名	モナシュ大学英語研修
留学した期間	1ヶ月

## 1. 留学前の準備 (応募のきっかけや動機、申込手続、語学対策など)

長い夏休みを利用して短期留学に行き現地の人々や英語を聞いてみたいと思ったから。申し込み手続きはしっかりと名大の海外留学支援サイトを見れば分かると思います。留学前にはオンライン英会話で外国人と話すことへの抵抗を無くしたり、日常英会話に焦点を当てて勉強していました。

## 2. 研修内容や学校 (内容と時間数・形態、授業の感想、学生同士の交流など)

授業は午前の人と午後の人に分かれていて、どちらも4時間1コマでした。2時間授業をして15分休憩してまた2時間という感じでした。授業内容は4技能(リスニング、ライティング、リーディング、スピーキング)をまんべんなく触れますが、スピーキング、リスニングの割合が多かったです。英語しか授業では使えないので言いたいことが出てこないと言ってしまうのですが、なんとか違う表現ができないか考えることが大切だと思いました。授業は少し簡単~普通くらいのレベルでした。私のクラスは日本人が多かったので日本人の友達が増えましたが、学校外で外国人の友達を作っていました。

## 3. 生活 (住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど)

私のホームステイ先は結構綺麗で広くてとても良かったです。食生活に関してですが、私にはあまり合わず、ちょっと辛かったです。外食によく行っていました。大学がcity内のとても栄えているところにあるので、日本料理からその他アジア料理、オーストラリア料理までいっぱいあるので色々な国に行けたような気になれます。また、現地は寒く、とても乾燥していたので化粧水などを持って行くとよいかもかもしれません。お金は600オーストラリアドル(約5万円分)とクレジットカードを持って行きましたが、メルボルンではほぼクレジットカードで支払うことができるのでよかったです。現金はすべて使い切ってクレジットカード4万円分くらい使いました。持参して良かったものはティッシュです。寒くて鼻水が止まらなかったのが重宝しました。あと小さいボディバッグです。体から離れないので盗まれないし遊びにも便利でした。

## 4. 危機管理 (身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど)

小さいボディバッグをコートの下に隠しながら移動していました。そこに財布など大事なモノを入れていました。メルボルンの治安は良いのですが友達がバッグごと盗まれて、カードを停止したりしていたので油断はできません。また女の子は男性に気がつけたほうが良いです。僕の友達も現地で仲良くなった人にストー

カーされていたのでそういった危険はあるかもしれません。

#### 5. 留学を終えて感じること&留学を考えている学生へのメッセージ

短期留学なんてただの旅行だと自分も思っていたのですが、実際多くのことを学び、自分自身成長したと思います。ペラペラに話せるようにはなれませんが、少し話せるようになり、リスニング力は付いたと思います。“Meet up”というアプリがあって、色んなコミュニティから自分の参加したいものを選び、集まるというものなのですが、僕は“Let’s talk in English”という英語を話したい人たちが集まる会や日本語を学んでいる外国人に英語と日本語を教え合う会などに積極的に参加していたので授業外でもなるべく英語を話す機会を増やしていました。そこで色んな人と仲良くなり、特にあるマレーシア人と仲良くなり、2021年に彼が帰ってきたらマレーシアに行くという約束もしました！彼は英語も中国語も話せるので色んな事を教えてもらいました。今もたまに連絡をとっています！  
今留学に行こうか迷っている人は絶対行くべきです！本当に最高の1ヶ月間でした。

#### 6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	円	研修費用 56 万円
海外旅行保険	円	
授業料（教材費含）	円	
滞在費（寮費など）	円	
食費	円	
交通費	17,000 円	現地の定期代
その他（小遣い、通信費など）	10 万円	5~15 万円あれば足りる。食費込み、上記の定期代込み
計	66 万円	

# 短期研修報告書

記入 | 2019年 11月

所属&学年 | 経済学部 2年生

留学先大学 (国名)	モナシュ大学 (オーストラリア)
短期研修のプログラム名	モナシュ大学英語研修
留学した期間	2019年8月20日~2019年9月22日

## 1. 留学前の準備 (応募のきっかけや動機、申込手続、語学対策など)

海外に一度も行ったことがなかったので、行ってみたいかった。その中でも特に治安が良く、魅力的であったオーストラリアに行きたかった。語学対策は特に行わなかった。

## 2. 研修内容や学校 (内容と時間数・形態、授業の感想、学生同士の交流など)

モナシュ大学のプログラムは午前か午後のどちらかの授業に分かれており、私は午前授業だった。私のクラスは比較的日本人が多めだったので、少し残念だったが先生の英語は聞き取りやすく英語能力を高めることができた。学生同士は国籍関係なく、仲がよく授業外でも一緒に遊ぶなどした。

## 3. 生活 (住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど)

私が行った期間は冬で、気温も10℃付近だったのでとても過ごしやすかった。食生活はどうしても偏ってしまったが、体調を崩すことはなかった。金銭管理は貴重品から離れることがないようにするなど徹底していた。家は土足だったので、スリッパを持って行ったのが非常に良かった。

## 4. 危機管理 (身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど)

日本人は舐められると聞いてきたので、とにかく堂々としていた。

## 5. 留学を終えて感じること&留学を考えている学生へのメッセージ

私自身、海外が初でしかも1ヶ月も滞在することができてとても良い経験になった。親からの金銭的な援助は受けていたものの、どこに行っても生きていけるという自信がついた。英語は極めていくのも良いと思うが、あえてあまり勉強せずに身振り手振りで頑張るのも良い経験になると感じた。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	20万円	
海外旅行保険	10万円	
授業料（教材費含）	20万円	
滞在費（寮費など）	5万円	
食費	8万円	
交通費	1万円	
その他（小遣い、通信費など）	5千円	
計	円	

自由記述欄 \*現地のおすすめ情報や留学エピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

シドニーのダーリンハーバーはとてもロマンチックな場所なので、デートにおすすめです。

# 短期研修報告書

記入 | 2019年 11月  
所属 & 学年 | 理学部 1年生

留学先大学 (国名)	モナシュ大学
短期研修のプログラム名	モナシュ大学英語研修
留学した期間	32日間

## 1. 留学前の準備 (応募のきっかけや動機、申込手続、語学対策など)

インターネットでみて応募  
メルボルンのカフェなどを旅行本で調査

## 2. 研修内容や学校 (内容と時間数・形態、授業の感想、学生同士の交流など)

昼から夕方までの授業で内容は英語の全ての技能を向上させるものだった  
一番上の Advanced に配属されたせいかな生徒のレベルがとても高くて楽しかった

## 3. 生活 (住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど)

日本のご飯とか味噌汁とかは本当にいないし現地にダイソーあるから買える  
電圧が違うから変圧器付きのプラグか高圧も対応してくれる製品

## 4. 危機管理 (身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど)

財布を後ろのポケットに入れる癖があるのでチェーンつけてた  
危険なところは危険な雰囲気があるので周りに常に気を配るようにしてた。

## 5. 留学を終えて感じること & 留学を考えている学生へのメッセージ

行くか迷ってるなら絶対に行くべき。見えてくる世界が変わる。  
内気な人ほど行って欲しい。日本じゃできないこともノリでできるし自分を変えられる。

## 6. 研修費用 (さしつかえなければおおよその金額を教えてください)

内訳	おおよその額	備考
航空運賃 & ビザ申請料	円	
海外旅行保険	円	
授業料 (教材費含)	円	
滞在費 (寮費など)	円	
食費	円	
交通費	円	
その他 (小遣い、通信費など)	円	
計	約 200000 円	持って行った現金とカードの請求額の合計

自由記述欄 \* 現地のおすすめ情報や留学エピソードなど自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

参加して本当によかった。全く違う国籍の人とも英語でコミュニケーション取れるし、流暢に会話をするのがどれだけ難しいかを理解できた。友達も増えたとし何より性格がおおらかになって大胆に行動できるようになった。

お勧めしたいことはカフェにできるだけ多く行って欲しいことです。メルボルンはカフェの街って言われるくらいそこらじゅうにカフェがあってその店独自の味とかメニューがあるし美味しい。カフェにいる人の雑談とか聞いているのも意外と楽しいし英語も勉強できて一石二鳥。