

広島大学短期交換留学プログラム 派遣留学報告書

	記入日	2019年6月30日
派遣プログラム	■HUSA □USAC □UMAP	
留学先大学	マンチェスター大学（国名：イギリス）	
所属学部・学科等名		
在籍身分	Student Exchange programme (Full year)	
留学期間	2018年9月12日～	2019年6月7日

1. 留学するまで

留学への志望動機・派遣先大学を希望した理由	小学生の頃からイギリス留学に憧れていたため、イギリスを選んだ。マンチェスター大学を選んだ理由は、イギリスの協定校の中でいちばん規模が大きく、都市部で、多様性のある場所だと聞いたから。
留学準備を始めた時期（応募する何か月前ですか?）	2年次で留学したかったので、1年次の5月くらいからHUSAの情報は集めていた。
事前準備について（どのような準備をしたか、しておけばよかったか）	IELTSは派遣最低ライン（overall 6.0）を取ったものの、スコアが低いと履修できる授業が制限されるので気を付けておいた方が良い。

2. 渡航について

ビザについて	ビザの種類：Tier4 Visa
	ビザ申請先：VFS GLOBAL ビザ申請センター(大阪)
	提出書類（持参書類）：パスポート、派遣先から送られてきた書類及びCASナンバー、Online Visa Application をプリントしたもの、英語力証明書類、銀行残高証明書、証明写真、広島大学からの留学許可書
	手続きに要した日数：オンライン申請の1ヶ月後にビザセンターへ行き、ビザセンターでの手続き後、2週間でVisaが届く。
その他必要な事前手続き	クレジットカードが必要な手続きが多いので、持っていない人は早めに作っておく。
出国年月日	2019年9月11日
経路（往路）	福岡→シンガポール→マンチェスター
現地での出迎え	□有（大学関係者・その他） ■無
到着後オリエンテーションの有無・期間・内容	■有（期間：1週間 内容：留学生向けの大学の説明など） □無
帰国年月日	2019年6月8日
経路（復路）	ロンドン・ヒースロー→パリ・シャルルドゴール→関西国際空港

3. 留学費用について

留学先での住居全般に関するアドバイス	住居探しの時に、大学提携の寮だけでなく、Privateの寮や、一人暮らしのアパート、ホームステイも視野に入れて探すとよいと思う。
(2) 医療について	
保険の加入先	<input checked="" type="checkbox"/> 本学指定の保険 <input type="checkbox"/> 留学先大学指定の保険 <input type="checkbox"/> その他 ()
保険の補償内容	補償額 死亡 1000万 円、 入院1日 円 その他 ()
留学前後での予防接種の必要の有無	<input type="checkbox"/> 有 (種類: 回数: 医療機関名:) <input checked="" type="checkbox"/> 無
留学先国の医療事情 (日本と比較して)	病院に行っていないのでわからないが、行った友人の話によると、予約が必要だったり待ち時間が長かったりすること。私はしなかったがGPというかかりつけ医の登録を大学からすすめられた。
留学先での健康管理、衛生面について特に注意すべきこと	水道水が飲めないことはないが個人差がある。 メンタル面の健康も大事。心身になにかあった時に相談できる人がいると安心。
(3) 危険を感じた地域、状況、安全管理において注意したこと	
持ち物には十分気を付けた。(ポケットにスマホや財布を入れないなど) よく知らない場所を夜間ひとりで歩かないようにした。	
(4) 食生活についてのアドバイス	
食事つきの寮だったので食事には困らなかったが、野菜などはあまり出なかったので自分で買っていた。野菜や果物は日本より安いので、積極的に食べていた。外食は高いが値段相応の量はあると思う。	
(5) 気候・服装についてのアドバイス	
突然雨が降ってくる、風がよく吹いている。傘はあまりあてにならない。 気候に合わせて現地で服を調達するのが良いと思うが、留学初期、自分に合う服や気に入った服を見つけられずストレスだったので、最初は自分の愛用している服を何枚か持っていたほうが良いと思う。パーティーやフォーマルなイベントがあったりするので、そうした場所に相応しい服が1着あるとよい。	
(6) 学内外の施設・設備環境について (インターネット環境含む)	
日本以上にwi-fiは整っている。大学でも寮でもバスでもレストランでもある。 大学の自習設備が充実している。	
(7) 現地学生や地域との交流について (どのような、機会・きっかけがありましたか?)	
私の寮はみんなとの食事時間に加え、毎日みんなと交流する時間が設けられていて、おしゃべりしたり、自国のプレゼンをしたり、映画を一緒に見たりした。気軽に参加できる Society (サークル) やイベント、ボランティア活動など多いので、それを通じて交流も出来る。	
(8) 習慣やマナーの違いによる対人関係等、注意すべきこと	
距離感の違いや考え方の違いに遭うと、自分の考え方や振る舞い方に自信が持てなくなるときもあると思いますが、自分の意見を下げ、無理して合わせる事が最善とは限りません。生まれた国による違いもありますが、〇〇人としてではなく、みんな1人ひとりの個人として向き合うことを大事にしてください。	
(9) 日本から持っていくべきもの、持っていくべきでないもの	

オシャレが好き人や、スキンケアなどにこだわりがある人は、自分が愛用しているものを持って行った方が良い。特にイヤリングがない（ピアスばかり）なので気を付けてください。自分の娯楽（好きな本やDVDなど）は心の支えになります。

(10) その他生活等に関して参考となる情報・アドバイス

6. 帰国後の進路について

卒業予定年月	2022年3月（当初の卒業予定年月 2021年3月）
卒業が遅れる見込みの場合、その理由	<input type="checkbox"/> 4年次に留学したため <input checked="" type="checkbox"/> 単位不足のため <input type="checkbox"/> 新卒で卒業するため <input type="checkbox"/> その他（具体的に)
現在の状況および今後の予定・進路等	進級するために必要な実験実習の履修があるので1年次下がって履修する。学部卒業後は大学院に進学を希望している。
就職活動や留学前の単位取得、教育実習等についての工夫	1年留年することについてきちんと親と話し合っていた方が良い。

7. 留学準備、留学中に役立つ書籍、ウェブサイト等

書籍、サイト名	詳細（出版社、URL等）	コメント
	https://ryukatu.com/preparations/at_visacentre/	ビザ所得当日の流れ
	Tier4 (General) Student Visa 申請の提出必要書類	リンク長いので割愛。
	広島大学の留学報告書	学生プラザにある

8. 後輩へのメッセージ

留学は準備も大変で、行ってからも大変です。とにかく健康！！身体もですが、心もです。なにか悩みや聞いてほしいこと、質問があればぜひお声掛けください。あなたはひとりじゃない！

「留学は行ってみなくちゃわからない！」言語や文化の違いに自分がどう感じるか、どんな人に出会えるか、つらいか、楽しいか……留学前には予想できないものです。留学前から不安になっても意味ないなって思うくらい、行ってから考えることがたくさんありました。だからいろいろ考えすぎる前にとりあえず動いてみるのも大事……ってこの報告書を読んでいる時点でもう動いていますね！ その意気で！！

9. 自由記述 (1,200 字程度)

①留学を終えての所感

私の長年の夢であったイギリスへの長期留学を全う出来たことを誇りに思いますし、それを支えてくれた家族、学校関係者様、友人、すべての人に心から感謝しています。

使う言葉、授業の時間、会う人々、衣食住が違うことで、自分の考え方や生き方が、日本にいたときのものではうまくいかないときも多々あって、自分が今まで「これでいい」「これがいい」と思っていたものが崩れてショックを受け、でもそこから新しい見方を取り入れて再構築していく、そうした過程の繰り返しだったように思います。そうした意味では留学を通して自分は変わったと思いますし、その変化に敏感だったように思います。

②留学期間中、最も印象に残った体験・出来事

2月に自分の寮で、同じ寮のメンバーとスタッフ約40人の前で日本文化と広島についてのプレゼンテーションをし、その後全員で、広島の平和祈念公園に奉納する折り鶴を折るというプロジェクトを企画、実行しました。留学前から絶対にやろうと思っていたことだったので、実現できて本当に嬉しかったです。広島原爆や平和についての話を真剣に聴いて反応してくれているのを見て、「自分の話すことがしっかりと伝わって、事実を共有し、一緒に考えることができている」と感じて、とても感動しました。いろんなバックグラウンドを持つ人たちが皆でわいわいしながら鶴を折ったり、日本から持ってきた食べ物や雑貨を楽しんだりしたあの空間は、間違いなく小さな平和であったと思いますし、こうした個人の小さな活動からでも平和をつなげていけたらいいなと思いました。

③留学の成果、留学前と比較して成長した点

海外へのハードルが下がった：留学前は「海外旅行・海外研修とか大変そう、怖い」と思っていたのですが、今は全然思いません。今度は別の国に行きたいと思うようになりました。

語学学習に対する姿勢が変わった：ネイティブレベルには到底なれないな、といい意味で現実を知りましたが、イギリスで生活できるくらいには英語が使えることに満足しました。また、他の言語を英語を介して学ぶようにもなりました。

新しい観点を得た：自分と専門分野や考え方が違う日本人と話したことで、今まで知らなかった（見ようとしてこなかった）社会問題などについても考えるようになりました。

自分の好きな分野の勉強がもっと好きになった：好きな心理学を英語でも楽しく学んでいる自分を見て、「自分は本当に心理学がやりたいのだな」とこれから専門を決めていくにあたって自信が持てましたし、大学院でも勉強しようと強く思うようになりました。

④今回の留学での経験や成果を今後どのように活かしたいか（将来のキャリアパスも含めて）

自分が広島大学の留学アドバイザーさんに大変感謝していることもあり、在学中は私も留学希望者や外国人留学生のサポートが何か出来たらいいなと思います。また英語をはじめとする外国語をこれからも使っていきたいので、関連するサークルや活動にも新しく取り組めたらと思っています。将来は日本で資格を取り日本で働きたいと思っていますが、海外で勉強・就業するのも選択肢のひとつとしてあります。



