

広島大学短期交換留学プログラム 派遣留学報告書
HUSA (Hiroshima University Study Abroad) Program Report

記入日/Date 2020年1月7日(YYYY/MM/DD)	
派遣プログラム Name of Program	<input type="checkbox"/> HUSA <input type="checkbox"/> USAC <input checked="" type="checkbox"/> UMAP
留学先大学 Host University	De La Salle University (国名/Country : Philippines)
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	Department of Liberal Arts, Faculty of Political Science
在籍身分 Status at Host University	Exchange Student (ex. Exchange Student, Special Auditing Student)
留学期間 Period of Program	2019年9月9日～ 2019年12月27日 (YYYY/MM/DD) (YYYY/MM/DD)

1. 留学するまで / Preparation for the Program

留学への志望動機・ 派遣先大学を希望した理由 Purpose of Study / Reason of Host Choice	応募した当時、私はフィリピンの文化や言語教育、貧困に興味があり、留学を通して自分の興味のある分野の知識を深めたいと思ったため。また、UMAP で応募できるデ・ラサール大学の方がHUSA で応募できるUP よりも倍率が低く、フィリピンに留学できる可能性が高いのではないかと思ったため。
留学準備を始めた時期（応募する 何か月前ですか？） Commencement of Preparation for Application	応募する約6カ月前
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) Preparation Completed Prior to Study Abroad	応募をする6カ月前頃から、広島大学で開催される留学説明会や報告会等に参加したり、IGSの留学を担当して下さる方と相談したりして、留学したい大学の情報を得ました。また、英語の勉強も行き、TOEICやTOEFLを受験しました。準備については、もう少し大学の雰囲気等の情報を集めたり、英語の語彙を増やしたり、タガログ語の勉強をしておけばよかったと思います。

2. 渡航について / Visa and Flight Information

ビザについて Visa	ビザの種類 / Visa Type : Tourist Visa	
	ビザ申請先 / Location of Visa Application : Bureau of Immigration (in the Philippines)	
	提出書類 / Required Documents :	
	手続きに要した日数 / Duration of Visa Application Process :	
その他必要な事前手続き Other Required Procedures	Visa は出発前に日本で取得しておく必要はありませんが、現地に着いてから、移民局に行き、tourist visa を延長する手続きが必要になります。	
出国年月日 / Date of Departure	2019年9月9日 (YYYY/MM/DD)	
経路（往路） / Route (Outward)	関西国際空港から、ニノイ・アキノ国際空港	
現地での出迎え Pick-up Service	<input checked="" type="checkbox"/> 有/Yes (大学関係者/Univ. Staff ・ <input checked="" type="checkbox"/> その他/Others) <input type="checkbox"/> 無/No	
到着後オリエンテーションの有 無・期間・内容 Orientation, Period, Contents	<input checked="" type="checkbox"/> 有/Yes	有の場合 期間/Period : 9月13日 9:00 - 12:00 (If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation
	<input type="checkbox"/> 無/No	Visa の延長手続きや履修登録の方法、大学の歴史や規則の紹介、フィリピンの文化紹介等
帰国年月日 / Date of Return	2019年12月27日 (YYYY/MM/DD)	
経路（復路） / Route (Return)	ニノイ・アキノ国際空港から、関西国際空港	

3. 留学費用について / Expenses

文 字 額 / Expenses	総額		401,000	円/yen
	Total Amount			
内 訳 Details	渡航費（往復） / Flight Ticket (Round Trip)		50,000	円/yen
	ビザ申請手数料 / Visa Application Charge		35,000	円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge		40,000	円/yen
	保険料 / Travel Insurance		45,000	円/yen
	教材費（授業料以外の学費） / Learning Material (Extra Tuition Fee)		0	円/yen
	宿舍費（住居費） / Accommodation Fee		130,000	円/yen
	光熱費 / Utility Cost		16,000	円/yen
	食費 / Meal Cost		25,000	円/yen
	通信費（インターネット・携帯） / Internet, Phone		15,000	円/yen
	交通費（宿舍～大学間） / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)		0	円/yen
	交際費 / Social Expenses		40,000	円/yen
	その他 / Others（交通費） （ 費） （ 費）		5,000	円/yen 円/yen 円/yen

4. 授業・修学について / Courses and Study

授業の概要について（カリキュラム、プログラム、履修した科目、時間数、履修形態等） / Brief Description of Courses (Curriculum, Program, Registered Courses, Study Hours, Course Style)	フィリピンの政治、比較政治学、開発経済学、グローバリゼーションと開発の計4つの授業を履修しました。私の場合は、1コマ90分で、各授業が週2コマありました。授業の形態としては、授業前に配布されたテキストを読み、授業中はプレゼンテーションやディスカッションを行い、授業態度とレポートやテストの点数で成績が決められました。
単位互換希望の有無 / Credit Transfer from Host to Home University	<input checked="" type="checkbox"/> 有/Yes <input type="checkbox"/> 無/No
授業・勉強についてのアドバイス（留学前の履修、留学中、単位取得等） / Advice for Class and Study (Before and During Study Abroad)	ラサールの場合はオリエンテーションの日まで自分が何の授業を取るようになるのかわかりませんが、留学前に自分の学びたい分野の英語の語彙を増やしておくことをお勧めします。また、リーディング課題がとても多いので、skimmingの方法を学んでおくことも大事だと思います。
日本と異なる授業形態などにおける困難や挑戦（ティーチングスタイル・先生と学生との関係性など） / Difficulties and Challenges Faced in Classes Different from Japan (Teaching Style, Relationship with Professors/Lecturers)	先生が生徒の発言を求める授業が多かったのですが、生徒たちがみな積極的に質問をされるとすぐに答えるので、授業中に発言をして授業のテンポについていくことが大変でした。また、先生と生徒は友達のようにとても仲が良く、各レポートの前には必ず生徒が個人のレポートの内容を先生に相談して助言を求めているのですが、日本ではあまりそのような機会がなかったので、何をどのくらい聞けばよいのか程度がわかりませんでした。

5. 生活等について / Lifestyle			
(1) 留学先の住居について / Accommodation			
住居の種類 Type of Accommodation	<input type="checkbox"/> 大学の寮 / University Dormitory <input checked="" type="checkbox"/> アパート / Apartment <input type="checkbox"/> その他 / Others ()		
住居の広さ Size of the Room	約/approximately 18 m ²	同居人の有無 Roommate(s)?	<input type="checkbox"/> 有 / Yes (人/People) <input checked="" type="checkbox"/> 無 / No
住居に附属する設備 Facilities in Accommodation	<input checked="" type="checkbox"/> 電気/ Electricity <input type="checkbox"/> ガス/ Gas <input checked="" type="checkbox"/> 水道/ Water <input checked="" type="checkbox"/> 給湯/ Hot Water <input checked="" type="checkbox"/> シャワー/ Shower <input type="checkbox"/> 風呂/ Bathtub <input checked="" type="checkbox"/> 水洗便所/ Flushable Toilet <input type="checkbox"/> 暖房/ Heating <input checked="" type="checkbox"/> 冷房/ Cooling <input checked="" type="checkbox"/> 台所/ Kitchen <input type="checkbox"/> 食堂/ Dining Room <input type="checkbox"/> 固定電話/ Land-Line Phone <input type="checkbox"/> インターネット/ Internet <input type="checkbox"/> その他/ Others ()		
住居費 Accommodation Fee	1ヶ月当たり/ per month php11000 (現地通貨/ local currency)		約/ approximately 22000 円/yen
留学先での住居全般に関するアドバイス Accommodation Advice	アパートによってはキッチンや冷蔵庫がない所もあるので、事前にきちんと調べておくことをおすすめします。また、HP には Wi-Fi ありと書いてあっても、実際には弱くて使えない場所もあるので、実際に留学した人に話を聞くこともおすすめします。		
(2) 医療について / Medical Care			
保険の加入先 Insurance (Who Designated)	<input checked="" type="checkbox"/> 本学指定の保険 / Hiroshima University <input type="checkbox"/> 留学先大学指定の保険 / Host University <input type="checkbox"/> その他 / Others ()		
保険の補償内容 Insurance Coverage	補償額 / Coverage 死亡 / Death 1 千万円 / yen, 入院 1 日 / per day of Hospitalization 円 / yen その他 / Others (損害後遺障害、疾病志望 各 1 千万円など)		
留学前後での予防接種の必要の有無 Immunization Requirement	<input checked="" type="checkbox"/> 有 / Yes (種類 / Acquired Immunizations : A 型肝炎, 狂犬病 医療機関名 / Location of Immunization : ときわクリニック) ※留学先大学から言われたわけではありません。自分で判断して接種しました。 <input type="checkbox"/> 無 / No		
留学先国の医療事情 (日本と比較して) Difference in Medical Service (Compared to Japan)	日本に比べると、病院の衛生面がそこまで良くなく、公立の病院は常にととも混雑しているので、医療面はあまりよくないと思います。私が知り合った日本人の友達はみな、日本人が経営している病院行っており、フィリピン人が経営している病院の利用は避けていました。		
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 Healthcare and Hygiene	水道水は絶対に飲んではいけなく、煮沸していない水を使っている可能性があるため、レストランのお冷や水にも気を付けた方がいいです。また、メトロマニラは空気が非常に悪いのでマスクを着用したり、日本人はマイコプラズマにかかりやすいので風邪薬や解熱剤なども持参するといいかと思います。		
(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 / Dangerous Situations and Locations Encountered, Possible Advice for Risk Management			
大学周辺にもスラムがあり、ホームレスや物乞いをしている子どもが多いので常にお金の管理には気をつけ、ラサールの学生だとわかる格好はしないようにしていました。また、安全かどうかわからない場所には絶対に行きませんでした。特にクリスマス前には治安が悪く、誘拐事件も多発していたので、夜 18 時以降は一人で外を出歩かないようにしていました。			
(4) 食生活についてのアドバイス / Food – Related Advice			
日本と違ってファストフードが多く野菜が少ないので、意識して野菜や果物を食べるようにしたらいいかなと思います。日本食レストランは比較的多いので日本食が恋しくなることは少なかったです。			
(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing			
年中温暖な気候ですが、教室の中やショッピングモールの中は冷房が効いておりとても寒いので、上着を何着か持っていくことをおすすめします。			

(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) / Available Resources (Library, Cafeteria, Campus Wi-Fi, etc.)
学内の施設は良く、困ることはなかったです。ただ、アパートのWi-Fiと電波がとても弱く、動画もちろん調べもの等も全くできない状態でした。
(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?) / Communication with Local Students and People (Available Opportunities?)
私が交流していた現地の学生とは、主に授業やオリエンテーションで知り合った学部生や、buddyとして留学生の担当をしてくださっていた院生の方が多かったです。サークルを通して知り合うこともありました。
(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 / Care and Attention regarding Customs and Manners
日本のように時間を厳守する人は少なく、マナー等も比較的緩い国なので、許容する気持ちを持って気楽に構えていた方が気疲れが少なく済むと思います。会話の時には、思ったことをきちんと伝えることと、そしてフィリピンには日本のように年上を敬う文化があるので、目上の方には敬語を使うことが大事だと思います。
(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 / What Should You Bring? What Should You NOT Bring?
持っていくべきもの・薬、日本の食べ物やお菓子
(10) その他生活等に関して参考となる情報・アドバイス / Other Useful Information and Advice about Life Abroad
<ul style="list-style-type: none"> ・電圧が200Vなので電化製品を持っていく際には注意する。 ・トイレトペーパーがないお手洗いか多いのでポケットティッシュ等を持参する。 ・郵便体制が整っていないので、日本からフィリピンへの贈り物はしない方が無難です。

6. 帰国後の進路について / Your Career After Study Abroad

卒業予定年月 Expected Graduation Month and Year	2022年 / year 3月 / month (当初の卒業予定年月 / Expected Month and Year before Studying Abroad 2022年 / year 3月 / month)
卒業が遅れる見込みの場合、その理由 Reason for Extension of Graduation Month and Year?	<input type="checkbox"/> 4年次に留学したため / Participation in HUSA during 4th Year <input type="checkbox"/> 単位不足のため / Amount of Credits <input type="checkbox"/> 新卒で卒業するため / In order to graduate as a "new" graduate <input type="checkbox"/> その他 / Others (具体的に / Specific reason:)
現在の状況および今後の 予定・進路等 Current Situation, Plan and Career	留学で自分の知識不足を痛感し、自分が将来やりたいことがわからなくなったので、帰国後はまずボランティアやインターンシップを通して自分の知識と経験を増やしていきたいと思っています。
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	留学がカリキュラムに組み込まれているIGSからの留学で、かつ2年での留学だったので、そこまで工夫したことはありませんでした。1年で教養全ての単位を取り、2年前期の必修科目の単位を全て取ることを頑張りました。

7. 後輩へのメッセージ / Message for Outgoing Students who Desire to Study Abroad

フィリピンは東南アジア諸国の中でも比較的危険な国です。しかし、安全かどうかわからない場所には行かない、安全かどうかわからない物には手を出さない等、自分でしっかり気を付ければ、授業や日常生活で学べることも多く、人々もとてもフレンドリーなので、有意義な留学ができると思います。フィリピンに留学したい人がいれば、安全面には心配しすぎと言っていいくらい気を付けて留学を頑張ってください。

9. 自由記述（日本語・1,200字程度） / Feedback (English about 600 words)

今回の留学を終えて、真っ先に感じたことは、1セメスター間の授業をやり切り単位を全て取った達成感と、やりたいことを全部やり切った満足感でした。特に今回の留学で一番印象に残っているのは授業の大変さです。私は、自分の専門ではない授業も取っていたので、授業前に出されるリーディングをきちんと読まないといけないのですが、課題の量が日本とは比にならないほど多く、留学当初はそれをこなすことがとても大変で、遊ぶ時間もあまり確保することが出来ませんでした。しかし、1カ月くらいそれを続けていると、だんだんどう読めば時間をかけずに文章の内容を的確に得られるかがわかるようになり、自分の英語力の向上を感じました。また、たくさんの英文を読んだことが学期末レポートを書く際の手助けになり、1セメスターの間逃げずに授業を頑張って本当によかったと思いました。また、時間に余裕が出てきてからは、他の大学に留学している日本人との交流や、ボランティア活動、貧困を改善した地域の見学などにも行くことができ、とても充実した留学にすることができました。中でも私が一番印象に残っているのは、自らコネクションを広げて、今回の目標の一つにしていた「日本語教室の見学に行く」ことを達成できたことです。授業を見学するだけでなく、自分が先生としてフィリピンの学生たちに日本の文化についてプレゼンテーションをしたり、日本語を教えたりすることができたのは、今後自分の進路を考える上でとても貴重な経験となったり、行動力に自身のなかった私が自ら行動しそのような機会を得られたのは、自分にとっての自信となりました。

これらの経験を踏まえると、私は今回の留学を通して、まず自分の英語力を向上させること、そして言語を学ぶ上ですぐに諦めない忍耐力を身につけることができたのではないかと思います。そして、頼れる人が少ない状況で生活することは、わからないことがあれば人に聞くという積極性や、自分から行動をしてみようという行動力の向上にも繋がったのではないかと思います。また、今回の留学を総合して考えると、以前よりも人に頼らずに自立して行動することができるようになりました。

今回の留学は4カ月という短い期間しかなかったのですが、私はやりたいことを全てやって帰るということを一つの目標にしていました。具体的には、私は貧困家庭の支援活動に興味があるので、実際にそのような支援活動をしている社会企業の見学に参加したり、フィリピンよりも給料のいい日本で働きたいという人のために日本語の授業見学にも参加させて頂きました。様々なことをやりすぎたせいか、今は自分が本当になりたい職業がわかりませんが、現地で身につけた行動力を生かし、ボランティア活動等を通して日本でも自分の興味のある分野に関する知識を深め、これからあるインターンシップや就職活動に生かしたいと考えています。





注1) 報告書およびその内容は、留学希望者への情報提供のため、HUSA ホームページおよび広島大学ホームページへの掲載、事務室での閲覧や大学の留学情報案内の作成のために利用させていただきます（氏名及び学生番号については、非公開とします）。ただし、公開にあたり不適切と判断された内容については、国際交流グループにて削除等させていただきますので予めご了承ください。 / This report and its contents will be uploaded on website of the HUSA and Hiroshima University, browsed at the office and used for information regarding study abroad at Hiroshima University in order to provide information to students who desire to study abroad. (Student name and student number are not published). If the report and its contents are included inadequate contents to be published, it would be deleted or amended it by International Exchange Group.