

**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		2022 年 12 月 17 日
本学での所属学部・研究科 School/Graduate School at HU	総合科学部国際共創学科 School/Graduate School	2 年次(Year) (留学開始時点(When Started))
派遣プログラム Name of Program	<input checked="" type="checkbox"/> HUSA <input type="checkbox"/> USAC <input type="checkbox"/> UMAP	
留学先大学 Host University	カーディフ大学 (国名/Country: イギリス)	
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	School of Modern Language	
在籍身分 Status at Host University	Erasmus Exchange Student (ex. Exchange Student, Special Auditing Student)	
留学期間 Period of Program	2022 年 1 月 31 日 ~ 2022 年 6 月 17 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	大学入学前から、英語圏に留学してみたいと考えていました。最終的にイギリスに決めたのは、イギリスの様々な文化に憧れがあったからです。学校は IELTS のスコアを基準にして選びました。カーディフについては過去の留学報告を読んで、都会過ぎず田舎過ぎず、治安も良さそうな街という印象がありました。
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	もともと2年生の9月からの留学予定だったため、1年生の夏ごろから IELTS の勉強、パスポートの更新などの準備を行いました。秋に最低限の IELTS のスコアを取得できたため、その年の年末までにスコアを基に留学先の学校を選びました。2年生の冬への延期が決まった後も、確実に留学できるのか判断できない状況が続きましたが、渡航できると信じて必修の単位は全て2年生のうちに取得しました。
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) Preparation Completed Prior to Study Abroad	後悔が残っているのはビザの準備です。今思うとギリギリだったかもしれませんが、公式のウェブサイトには通常2週間で取得できると書いてあったので、出発の1か月前に Visitor Visa の申請を行いました。申請の際には、各種書類とパスポートを預ける必要がありましたが、2週間たってもビザはおろか、パスポートも返却されませんでした。VFS に問い合わせを試みましたが、こちらは電話を受け付けていませんでした。UKVI に電話すると「Visitor Visa は需要の高まりに発行が追いついていない。パスポートとビザがどこにあるのか、あと何日で返却できるのかはスタッフもわからない。」とのことでした。パスポートが無いと身動きが取れないので、予約していた航空便を諦めて渡航を遅らせるしかありませんでした。申請から2~3か月後、何の前触れもなくパスポートとビザが届いたため、慌てて渡航の日程を決めて航空券を取得しました。Visitor Visa を取得したヨーロッパからの留学生も私と同じような境遇に遭遇しましたが、Student Visa を取得した学生は予定通り渡航できていました。ただでさえ短い留学期間が渡航の遅れによって1か月ほど短くなってしまったので、もっと早くから準備、あるいは Student Visa の申請をすればよかったと感じています。

### 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 : Visitor Visa
	ビザ申請先 / Location of Visa Application : 東京のビザセンター
	提出書類 / Required Documents : 派遣大学からの入学許可証、残高証明書(英文)、滞在先の書類(契約書など)、行き帰りの航空券、パスポート

	手続きに要した日数 / Duration of Visa Application Process : 3 か月
その他必要な事前手続き Other Required Procedures	イギリスのビザの種類はコロコロとよく変わります。私の書いた情報も最新ではない可能性が高いため、しっかりと調べることをおすすめします。私はビザに関する不明点について、大学に質問して対応してもらいました。
出国年月日 / Date of Departure	2022 年 2 月 20 日 (YYYY / MM / DD)
経路 (往路) / Route (Outward)	羽田空港からヒースロー空港
現地での出迎え Pick-up Service	<input type="checkbox"/> 有/Yes (大学関係者/Univ. Staff ・ その他/Others) <input checked="" 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 type="checkbox"/> 有/Yes 有の場合 期間/Period : _____ - _____ <input checked="" type="checkbox"/> 無/No (If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation
帰国年月日 / Date of Return	2022 年 7 月 14 日 (YYYY / MM / DD)
経路 (復路) / Route (Return)	ヒースロー空港から羽田空港

### 3. 留学費用について / Expenses

支出額 / Expenses	総額		
	Total Amount	円/yen	
内訳 Details	渡航費 (往復) / Flight Ticket (Round Trip)	200,000	円/yen
	ビザ申請手数料 / Visa Application Charge	20,000	円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge	0	円/yen
	保険料 / Travel Insurance	50,000	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	500,000	円/yen
	光熱費 / Utility Cost	0	円/yen
	食費 / Meal Cost	200,000	円/yen
	通信費 (インターネット・携帯) / Internet, Phone	3,000	円/yen
	交通費 (宿舍～大学間) / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)	0	円/yen
	交際費 / Social Expenses		円/yen
	その他 / Others ( 費)		円/yen
( 費)		円/yen	
( 費)		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)	Teaching English as a Foreign Language Japan in Context Introduction to Translation Methods Introduction to Translation Theory Language and Gender
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



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 : 医療機関名 / Location of Immunization : ) <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)	<p>ワクチン：3回目のコロナワクチンを、大学の管轄のウォークイン式の接種会場で受けました。1、2回目と同様に副作用は現れたものの、腕のいい方が当たってくれたためか、注射の際に痛みは感じませんでした。イギリスでのワクチン接種に不安を感じている方でも安心できると思います。ウォークイン式は気軽に受けに行くことができるのがメリットですが、日本でのこれまでの接種記録との紐づけが難しいです。(かかりつけ医に相談して証明書等を提出すればおそらく可能ではあります。)かかりつけ医の登録がうまくいかなかった私は紐づけを諦めてしまったので、3回受けていることを証明する術がありませんでした。幸い、旅行・帰国の際は、PCRの陰性証明書を提出することでも渡航できたので、困ることはなかったです。ただ、各国の水際対策はいつ変わってもおかしくないし、ワクチンの接種記録は今後も移動の際に重視されると思います。現地でのワクチン接種を考えているのであれば、紐づけをする方法を調べた方が良いでしょう。</p> <p>コロナ：私は帰国直前にコロナに感染しましたが、PCRで陽性が出た後は日本から持ってきていた薬で症状を抑え、病院にはお世話にならずに乗り切りました。回復後は、回復証明書もらうために、ロンドン医療センターという日系の病院にお世話になりました。この病院を選んだのは、帰国のためにカーティフからロンドンへ移動してしまっていたため、加えて、複雑な事情を日本語で説明したかったからです。オンラインでの診断後、すぐに回復証明書もらうことができました。迅速かつ手厚い対応だったと思います。</p>
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	<p>イギリスではほとんどの人がもうマスクをしていないので、最初は怖く感じるかもしれませんが、私はだんだんと慣れていきました。自分がマスクをしていようとしていなかろうと、周りに何か言われるようなことはありませんでした。コロナ対策については人それぞれだと思うので、相手の主義を尊重しつつ、自分の主義を貫けばよいと思います。</p>
(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	
<p>旅行のためイギリスに訪れた母とロンドンを観光していた際、母が財布をすられました。私自身もロンドンでは、スマホをリュックサックのサイドポケットに入れていた時、親切な人に「そこに入れておくと危ないよ」と声をかけられたことがあります。ロンドンのような都会では特に注意が必要だと感じました。</p> <p>カーティフについては、治安は比較的良いと思います。友人は、カフェに置いてきた私物を届けてもらったことがあるようです。一方で、City Centreの方で殺傷事件があったと聞きました。道路には、車を盗むために割られた窓のガラス片がよく落ちています。私はカーティフで怖い思いをしたことは無いものの、日本と比べれば安全ではないので、夜遅くに一人で歩くなどの行為は避けた方が良いでしょう。</p>	
(4) 食生活についてのアドバイス / Food – Related Advice	
<p>ご存知かと思いますが、イギリスの食事に期待してはいけません。もちろん美味しいお店もわずかにありますが、イギリスのカフェ・レストランは基本的に割高で、美味しいお店はさらに高いです。ただ、English breakfast や Afternoon tea は美味しいので、是非試してみたいです。また、City Centre に出ている露店のドーナツは最高でした。</p> <p>私は時々の外食を除いて、基本的に自炊をしていました。大学から数分歩いたところにアジア系の小さなスーパーがあり、味噌や醤油などの調味料等を購入できるため、日本食が恋しい時には自分で作るのが一番です。イギリスでの食事にストレスを感じることもあるかもしれませんが、料理の腕を上げるチャンスだとポジティブに捉えるといいと思います。</p>	
(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing	
<p>私は2月からイギリスにいましたが、この時期はやはり寒く、日も短いです。4月頃からだんだんと暖かくなってきたものの、昼と夜で寒暖差が激しいです。7月でも長袖を着ていることもありました。日中が温かくても、外出時には上着を一枚もって出るようにしていました。</p> <p>冬場は日本から着いったダウンジャケットが大活躍しました。現地でも防寒具は売っているので、夏に渡航する場合は後から買うのもありだと思います。私は冬服に加え、夏服やパジャマなどのほとんどを、古着屋や Primark というチェーン店で安く購入していました。帰国時の荷物のことを考えて、処分しても構わないような服を買うことをおすすめします。</p>	
(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. )	
寮や学校の施設にはWi-Fiが通っており、特にトラブルなく使用することができました。Wi-Fi環境下以外では、ヒースロー空港に到着してすぐにプリペイド式のSIMカードを購入していたため、携帯を使うことができました。大学の図書館はいくつかあり、夜遅くまで開館しています。イギリスらしい綺麗な図書館もあり、そこで勉強するのが好きでした。SU（新しい建物）の中には自習・ディスカッションができるエリアはもちろん、スタバやパブ、クラブなどもあります。大学の中に娯楽施設があるというのは、日本の大学との違いを感じることができる面白いところだと思います。	
(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?)	
カーディフ大学にはJapanese Societyというサークルがあります。毎週決まった曜日にパブでの集会を開いており、日本語を学んでいたり日本文化に興味を持っていたりする現地学生や、日本からの留学生などと、交流することができます。私はパブでの集会やシブリ作品の上映会などに何度か参加しました。日本人留学生とのつながりを作れたことで、イギリスでの生活や海外へ旅行するにあたっての必要な最新情報を交換でき、とても心強かったです。一方で、彼らは日本人のコミュニティ内に閉じこもっていただけではなく、多様な学生と関係を構築することを重視していたため、私も良い刺激を受けました。「現地学生や他国からの留学生との交流を大切にしたいけれど、日本人が一人もいない場所は不安」という方には、カーディフ大学はちょうど良い留学先だと思います。	
(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	
ピザの一件や荷物が届かない等のトラブルを経験して、イギリス人には、良く言えばおおらか、悪く言えば大雑把なところがあるように個人的には感じました。このような愉快的な国民性が原因と思われるトラブルに直面した時は、基本的には文化の違いを受け入れる寛大さを発揮するべきでしょう。しかし、あまりにも自分が不利益を被るような場合はしっかりと主張することもまた大切だと思います。	
(9) 日本から持っていくべきもの、持っていきたくないもの / What Should You Bring? What Should You NOT Bring?	
「イギリスの薬は効かない」と聞いていたので、薬は十分に持っていきました。（本当に効かないかどうかは実際に確かめていないので何とも言えません。）日本から持参したカロナールには、ワクチンの副反応やコロナによる発熱の際に大変助けられました。服装については、下着とおしゃれ着を数着持っていき、あとは現地購入でも良いかと思います。日本から持って行ったインスタント麺やお菓子は留学中の心の支えになりました。しかし、現地のアジア系の店で買えるものもありますし、持っていきすぎると荷物がかさばるので、何をどの程度持っていかは考えた方がいいです。	
(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	
この場を書くことは特に思いつきませんが、もしも相談事や困ったこと等があれば私まで連絡を下されば、力になれるかわからないものの喜んでお答えします。私も留学前に支援室に相談し、過去に留学した先輩と繋いで頂きました。	

<b>6. 帰国後の進路について / Your Career After Study Abroad</b>	
卒業予定年月 Expected Graduation Month and Year	2024年 / year 4月 / month (当初の卒業予定年月 / Expected Month and Year before Studying Abroad 年 / year 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	大学院に進学する予定です。
就職活動や留学前の単位	留学の前までに学科の必修科目をすべて取得しました。そのような科目の授業の多くは

<p>取得, 教育実習等についての工夫 Pre-arrangement by yourself for your future job hunting, acquisition of credits of required courses and practicum, etc.</p>	<p>オンラインで受けられましたが、留学先の授業と期間が重なっていたため、履修する科目数は最小限に留めました。また、留学先で取得した単位は単位互換を申請できました。留学から帰った後は、すぐに学科必修のインターンシップに取り掛からなくてはなりませんでした。</p>
---	---

### 7. 留学準備, 留学中に役立った書籍, ウェブサイト等 / Useful Books and Website for Study and Life Abroad

書籍, サイト名 Name of Book or Website	詳細 (出版社, URL 等) Details (Publisher, URL etc.)	コメント Comments

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

留学前は、本当に国外で生活することができるのか、ホームシックにならないかという心配がありましたが、留学中は、紅茶やスコーン、ビートルズ、ハリー・ポッターなどのずっと大好きだったイギリスの文化が、「イギリスにいる理由」となって私を支えてくれました。もちろんそれだけではなく、少しでもイギリス英語を吸収したり、海外の価値観を理解したりしたいというモチベーションも自分の軸となっていました。これから留学する皆さんは、留学に何を求めるのかはもちろん、自分の好きなものやモチベーションを明確にしてから渡航先を選ぶことで、「こんなところで何してるんだろう...」という虚無感に陥らずに済むし、日本が恋しくなった時でも乗り切れると思います。すでにイギリスを渡航先と決めている方については、きっと素晴らしい経験ができるはず、と背中を押したいです。イギリスは、現地で生活しなければ知ることができないような魅力的な文化をいくつも持っている国です。親切でフレンドリーな人も多く、困った時にはきっと周りの人が手を差し伸べてくれると思います。ひとつひとつの出会いを大切に生活すれば、彩り豊かな毎日になることでしょう。充実した留学になりますように！心から応援しています。

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

- 以下の点を踏まえ、記述して下さい。 / Please give your feedback including the following points:
  - ① 留学を終えての所感 / Please describe and evaluate your study abroad experience briefly.
  - ② 留学期間中、最も印象に残った体験・出来事 / What was the most impressive experience in your study abroad experience?
  - ③ 留学の成果、留学前と比較して成長した点 / What is your achievement through the study abroad experience?
  - 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) / How do you want to make use of your study abroad experience in the future including your career?
- 写真を2~3枚程度、貼り付けてください(写真1枚当たりの容量は、500KB以下に縮小して下さい)。  
Please add 2-3 photos (within 500 KB per a photo).

私は日本に帰国してしばらくしてからこの報告書を書いています。留学中は毎日が刺激の連続で、過ぎていく時間がとても遅く感じられた一方、今振り返ってみると、イギリスでの半年間はまるで夢でも見ていたかのようにあっという間だったと感じています。「喉元過ぎれば熱さを忘れる」という言葉の通り、留学中に自分を悩ませていた様々なことが遠くに感じられ、ハプニングも笑い話にできています。これから留学する皆さんにも色々な心配事があるのではないかと思います。「留学中に直面する課題も自分を成長する糧になるし、辛いこともいつかは笑って思い出せるだろう」と信じて一日一日を大切に過ごしていけば、きっとかけがえのない経験が得られると思います。

留学中に成長した点として英語のスキルを挙げたいところですが、これについては自信をもって言えません。おそらく少しは伸ばすことができたとは思いますが、流ちょうな英語が飛び交うイギリスでは「英語力を身につけつつある」と実感する瞬間よりも「自分の英語力ではまだまだだ」と感じる瞬間の方が多かったのです。渡航前までの私は、イギリスに行けば英語力が伸びていくはずと未来の自分に期待していて、その時にできたはずの英語学習に身が入っていませんでしたが、実際は留学すれば自然と英語力が伸びる訳がありませんでした。私は過去の自分を呪いました。がいつまでも自分との責任の押しつけ合いをしている訳にもいかないで、自分の英語力の無さを恥じず、等身大の自分で人と交流しようと覚悟を決めました。この覚悟をいつでも貫くことができたわけではないですが、人見知りの自分にしてはまあ頑張ったと思います。その結果として、少ないながらも現地で友達を作ることができ、このような出会いが留学中での最も印象的な体験となりました。また、自分の言いたいことが伝えられず自信を無くすことは何度もありましたが、そのおかげか立ち直りも早くなっていきました。これが留学中に成長した点と言えるかもしれません。留学中かそうでないかに関係なく、「今できることを全力でやる」ということがどんな力を伸ばすのにも必要なのだと学びました。

これまで国外で生活する経験が皆無だった私ですが、今回の留学によって「海外」というものを以前よりずっと近く感じるようになりました。自分の将来の具体的なプランについては大学院進学以上のことは決めていないものの、海外の出来事や文化に敏感に反応するアンテナを今後も持ち続けて生活し、可能ならまた何処かへ渡航する機会を掴み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.