

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		2024 年 11 月 18 日 (YYYY/MM/DD)	
ふりがな 氏名 / Name		学生番号 / Student ID	
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	学部/研究科 School/Graduate School	3 年次(Year) (留学開始時点(When Started))
派遣プログラム Name of Program	<input type="checkbox"/> HUSA <input type="checkbox"/> USAC <input type="checkbox"/> UMAP		
留学先大学 Host University	タマサート大学 (国名/Country : タイ )		
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	Liberal Arts / Southeast Asia Studies		
在籍身分 Status at Host University	Exchange Student (ex. Exchange Student, Special Auditing Student)		
留学期間 Period of Program	2023 年 8 月 15 日 ~ 2023 年 12 月 23 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	元々アジア圏に興味があり、自分で留学先を YouTube やウェブサイトを通して探していく中でタイの風土や文化が魅力的に感じたから。また自分自身格闘技が好きであり、タイではムエタイが国技であったのも留学先を決めるにあたって大きな要素であった。
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	2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	下宿先は早めから探し予約を取っておくと、満足のいく物件に滞在できる。また行きたい大学や地域の雰囲気や行ってみたい場所をグーグルマップなどで、先に見ておくと留学に対して積極的になれる。

## 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 : 学生ビザ
	ビザ申請先 / Location of Visa Application : 在福岡タイ領事館
	提出書類 / Required Documents : 所定の様式
	手続きに要した日数 / Duration of Visa Application Process : 一カ月
その他必要な事前手続き Other Required Procedures	特になし
出国年月日 / Date of Departure	2023 年 8 月 7 日 (YYYY/MM/DD)
経路(往路) / Route (Outward)	飛行機 福岡→バンコク
現地での出迎え	<input type="checkbox"/> 有/Yes (大学関係者/Univ. Staff ・ その他/Others)

Pick-up Service	<input checked="" type="checkbox"/> 有/Yes		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 : 8月9日 - 8月14日 (If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation 学校紹介	
帰国年月日 / Date of Return	2024 年 1 月 22 日 (YYYY/MM/DD)		
経路(復路) / Route (Return)	飛行機 マニラ→福岡		

### 3. 留学費用について / Expenses

大項目 / Expenses	総額		
	Total Amount	764,000	円/yen
内訳 Details	渡航費(往復) / Flight Ticket (Round Trip)	70,000	円/yen
	ビザ申請手数料/ Visa Application Charge	15,000	円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge	0	円/yen
	保険料 / Travel Insurance	51,000	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	160,000	円/yen
	光熱費 / Utility Cost	40,000	円/yen
	食費 / Meal Cost	210,000	円/yen
	通信費(インターネット・携帯) / Internet, Phone	8,000	円/yen
	交通費(宿舍-大学間) / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)	10,000	円/yen
	交際費 / Social Expenses	200,000	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)	-Seminar on political issues in SEA: Political and Economic Development of ASEAN -Thai as a Foreign Language 1 -Main cities and urbanization in SEA 一授業3時間で3単位
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)	留学前に ASEAN の概要や現代の課題についてある程度自分でリサーチしておくことと授業の内容が入ってきやすい。留学中の勉強については、特にタイ語の上達を目指すなら自習が必須である。
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・先生と学生の関係性など) / Difficulties and Challenges Faced in Classes Different	セミナー形式のクラスとディスカッション形式のクラスがあるため、英語で他の留学生と議論する機会が多くある。また先生と学生の関係は近く気軽に質問が出来る。

from Japan (Teaching Style, Relationship with Professors/Lecturers)	
--	--

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 28.5 m <sup>2</sup> 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 type="checkbox"/> 台所/ Kitchen <input checked="" type="checkbox"/> 食堂/ Dining Room <input checked="" type="checkbox"/> 固定電話/ Land-Line Phone <input checked="" 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 8500THB(現地通貨/ local currency) 約/ approximately 35,000 円/ yen
留学先での住居全般に関するアドバイス Accommodation Advice	留学生が多く使っている住居を選ぶことで、友達のつながりができるのでお勧めである。
(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 10,000,000 円 / yen, 入院1日 / per day of Hospitalization 円 / yen その他 / Others ( )
留学前後での予防接種の必要の有無 Immunization Requirement	<input type="checkbox"/> 有 / Yes (種類 / Acquired Immunizations : , 医療機関名 / Location of Immunization : ) <input checked="" 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)	留学の最後の時期に足の指をムエタイ中に痛めたので、日本人学生に勧められた日本人が経営する整骨院に通院した。日本の様に清潔であり、丁寧なサービスを受けることが出来た。
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	水道水は飲まないほうが良い。また手洗いうがいを徹底することで、体調を崩すリスクが減るのですべきである。万が一体調を崩した際には、現地の友人やバディなどに連絡しておくこと安心できる。
(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	
町中を一人で歩いていると前から来た中東系の男性が、「ルンピニースタジアムはどこか」と聞かれたので場所を教えた。その後、「お金が分からないので、お金を見せてほしい」といわれ、100 バーツを見せると「もっと見せてほしい」と言われた。自分は怪しいと感じたのでその場を離れたが、似たような手口でお金を盗む犯罪がお横行しているらしい。	



<p>現在の状況および今後の予定・進路等</p> <p>Current Situation, Plan and Career</p>	<p>2024年11月現在は卒論以外の単位はほとんど取得が終わっており、ここからは就活に力を入れる予定である。国際関係職や金融業に興味がある。</p>
<p>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</p> <p>Pre-arrangement by yourself for your future job hunting, acquisition of credits of required courses and practicum, etc.</p>	<p>私は2年時に経済学部から総合科学部に転学したため、卒業がその時点で1年遅れる予定であった。国際関係について学びたかったので転学をし、留学までさせてもらったので将来はそのような分野で活躍したい。</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
女子大生とタイの大	<a href="#">ฉบับไทย/女子大生とタイの大</a>	大学の雰囲気を知れた。

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

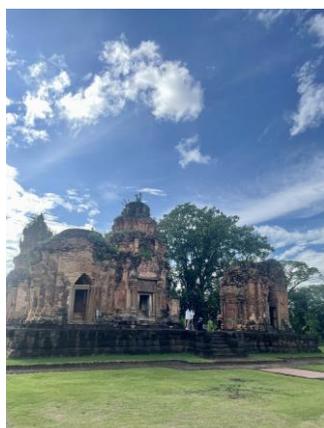
どの国や地域に行ったとしても、人生において楽しい思い出になると思う。辛いことや嫌なことも起きることもあると思うが、時間が経って振り返ればいい経験を出来たなと思えると思う。そこで経験したことは今後の自信や行動を変えるサポートになるので、留学に行った際にはいろいろな事に興味をもって知見を増やしてほしい。

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

留学を通して、自分を魅せるということの大切さを感じた。留学で訪れたタイ、その後一カ月間滞在したフィリピンでは一人一人が自分に自信があり、自己肯定感が強いように感じた。日本では、自分の興味や良さを魅力的に話したりすると傲慢さや自惚れをイメージさせるが、自分が訪れた国にいた人々は、それらを自然に話し、自分の持つ魅力というのを自ら発信していた。そのように自分を魅せることで、周りの人はその人に興味が沸き、つながりが広がっているように感じた。小さなことであるがインスタグラムで自分の生活の一部を投稿したり、自分が今何に興味があるのかを表に出そうとしたりすることは、その手段の一つだと思う。留学期間中に最も印象に残った体験はバディの地元スリン県に2泊三日で訪れたことである。留学開始から2か月後の10月の中旬に、バディが実家へ親戚と一緒に帰省するが、一緒に来ないかと誘ってもらい、車に乗って一緒に夜10時頃スワンナプーム空港を出発し、朝の8時ごろに着いた。タイではその時期が先祖を弔う日本であるところのお盆に当たるようで、道がとても混んでおり、移動はとても堪えるものであった。しかし、着いてみると外国人である私をバディの家族や親戚一同は温かく迎えてくれ、おいしい料理を振舞ってくれたり、有名なお寺や先祖の弔いに私を連れて行ったりしてくれた。私も仏教徒であるが、日本とは違う宗派・行事でありとても貴重な経験ができた。また何よりもバディの実家に泊ってもらい、一つベッドの上男三人で川の字で寝て、タイの家庭料理をたらふく食べて、「受け入れられた」という感覚がうれしかった。タイでは日本人である自分が「外国人」であり、そのような扱いを受けることが今まで無かったので不思議であったが、久しぶりに暖かい雰囲気を感じる事ができた。

留学の成果としては自己肯定感が上がったことである。タイやフィリピンでは日本では経験できないとて多くの楽しい事やきつい事もあったが、そのすべてが今の自分に「大丈夫だ」という自信を与えてくれている。自分ならやれるという感覚が何事にも積極的な態度をとるようにさせてくれ、結果的に自己肯定感が上がっている。引っ込み思案の考え方も少なくなり、胸を張って生きることができている。

今回の留学の経験を自前の課題でいえば就職活動で活かしたい。国際関係は前々から興味があったが、留学を通してその実際の楽しさも知ることができ、どのような形かはまだ決めれていないが、仕事に出来たら頑張れるだろうなと思えている。今の時代には、どの業界に進んだとしても「海外赴任・海外支部」というのは十分に経験する可能性があると思うので、そこに自分の強みを掛け合わせてどう作用するのかを見極めてキャリアパスを考えたい。



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.