

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		2023 年 1 月 5 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	学部/研究科 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	☒ HUSA ☐ USAC ☐ UMAP		
留学先大学 Host University	ニューサウスウェールズ大学 (国名/Country : オーストラリア)		
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	特定の学部には所属していませんでした。学部関係なく好きな授業を履修することが出来ました。		
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 29 日 ~ 2023 年 12 月 14 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	1 点目は大学と大学寮がシドニー近郊の立地にあるということです。シドニーは世界 5 位にランクインする安全な都市であり、多文化都市であるため多様な文化に触れることができることに魅力を感じました。2 点目はオーストラリアが英語圏であることです。3 点目は学部内のプログラムが充実している点です。
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	応募の2か月前に、応募の必要条件であった IELTS を受けました。その為に、IELTS の対策を約4か月前から行いました。
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	英語のスキルを上げておくこと。広島大学の英語で開講されている授業を履修しておくことと現地の英語の授業の助けになるかなと思います。また、奨学金を取ろうと考えている人はその検討もしておくことと後で焦ることもないと思います。大学で提示される奨学金だけでなく、地方の行政が出している奨学金などもあります。そういったものを調べておくことと安心です。

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 : subclass 500 Student Visa
	ビザ申請先 / Location of Visa Application : オーストラリア政府 Department of Home Affairs
	提出書類 / Required Documents : パスポート、入学許可証 (CoE)、保険加入証明書 (OSHC), GTE (留学理由を記載したエッセイ)
	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	無し
出国年月日/ Date of Departure	2023 年 8 月 28 日 (YYYY /MM/ DD)
経路(往路) / Route (Outward)	羽田空港 T3 22:00 → シドニー空港 T1 8:50

現地での出迎え Pick-up Service	☐ 有/Yes (大学関係者/Univ. Staff ・ その他/Others) ☒ 無/No	
到着後オリエンテーションの有 無・期間・内容 Orientation, Period, Contents	☒ 有 /Yes ☐ 無/No	有の場合 期間/Period: 2023/09/04 - 2023/09/10 (If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation 授業形式の説明、大学の施設の説明、サークルの紹介
帰国年月日 / Date of Return	2023 年 12 月 14 日 (YYYY/MM/DD)	
経路(復路) / Route (Return)	シドニー空港 T1 12:10 → 羽田空港 T3 22:00	

3. 留学費用について / Expenses

支出額 / Expenses	総額 Total Amount	894,400	円/yen
	内訳 Details		
	渡航費(往復) / Flight Ticket (Round Trip)	147,800	円/yen
	ビザ申請手数料/ Visa Application Charge	68,000	円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge	0	円/yen
	保険料 / Travel Insurance	20,000 (OSHC) +33,400 (広 大指定の保険)	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	405,200	円/yen
	光熱費 / Utility Cost	(宿舍費に含まれていたの) 0	円/yen
	食費 / Meal Cost	60,000	円/yen
	通信費(インターネット・携帯) / Internet, Phone	(宿舍費に含まれていたの) 0	円/yen
	交通費(宿舍～大学間) / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)	(徒歩で通学) 0	円/yen
	交際費 / Social Expenses	40,000	円/yen
	その他 / Others (旅 費) (費) (費)	120,000 	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)	基本1つの授業が6UoC (Unit of Credit) = 5 単位 (日本の単位に換算)で数えられます。 履修した授業: ARTS1900 Gendered Worlds, SOSS1001 Social Research and Society, ARTS1190 Sydney: History, Landscapes, People. 合計 18UoC = 15 単位
単位互換希望の有無 / Credit Transfer from Host to Home University	☒ 有/Yes ☐ 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)	留学前に履修する授業を決定し、履修登録をする必要がありました。履修登録期間では早いもの順で定員が埋まっていってしまうので、大学のウェブサイト(https://www.handbook.unsw.edu.au/)を見て履修する授業を決めておくのと良いかなと思います。課題や評価方法は初回の授業や moodle でまとめられているので、それを確認して課題に着手するタイミングなどを早いうちに計画しておくことと余裕を持って終わらせることができます。

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)	基本1つの授業は2時間のティーチングと1時間~1時間半のチュートリアルで構成されています。チュートリアルは複数の時間開講しているため、履修登録する際に他の授業と被らないように自分で時間を選ぶことができます。チュートリアルは先生や他の生徒と習ったことを基に意見を交換したり、データなどを活用して習ったことを実践したりする時間です。渡航したばかりのころのディスカッションでは現地の方の英語についていくのに苦労しました。渡航前にディスカッションや意見を述べるときに使える英語の表現も身に付けておくと良いかなと思います。
--	--

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	☒ 大学の寮 / University Dormitory ☐ アパート / Apartment ☐ その他 / Others ()		
住居の広さ Size of the Room	約/approximately 12 m ²	同居人の有無 Roommate(s)?	☒ 有 / Yes (5 人/People) ☐ 無 / No
住居に附属する設備 Facilities in Accommodation	☒ 電気/ Electricity ☒ ガス/ Gas ☒ 水道/ Water ☐ 給湯/ Hot Water ☒ シャワー/ Shower ☐ 風呂/ Bathtub ☒ 水洗便所/ Flushable Toilet ☐ 暖房/ Heating ☐ 冷房/ Cooling ☒ 台所/ Kitchen ☒ 食堂/ Dining Room ☐ 固定電話/ Land-Line Phone ☒ インターネット/ Internet ☐ その他/ Others (洗濯機、乾燥機、ベランダ、冷蔵庫、電子レンジ)		
住居費 Accommodation Fee	1ヶ月当たり/ per month 1045 AU\$(現地通貨/ local currency)		約/ approximately 101,300 円/yen
留学先での住居全般に関するアドバイス Accommodation Advice	安全に管理されていました。個室は自分のものでしたが、キッチンやシャワー、トイレなどは同居している5人で共用でした。同居人の国籍はイタリアやアメリカ、スウェーデン、イギリスなどごちゃまぜにされていました。エアコンや暖房は付属していませんでしたが、気候が穏やかだったのであまり困りませんでした。旅行先で滞在したホテルでもそうでしたが、オーストラリアのシャワーは壁に固定されています。温度はお湯と冷水のタブを捻って自分で調節します。寮に住む人に向けてのイベントが頻繁に開催されているので、積極的に参加すると交友関係が広がります。		
(2) 医療について / Medical Care			
保険の加入先 Insurance (Who Designated)	☒ 本学指定の保険 / Hiroshima University ☒ 留学先大学指定の保険 / Host University ☐ その他 / Others ()		
保険の補償内容 Insurance Coverage	補償額 / Coverage 死亡 / Death 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	☐ 有 / Yes (種類 / Acquired Immunizations : , 医療機関名 / Location of Immunization :) ☒ 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)	私は留学中体調を崩すことはなかったので自分の体験としては持っていないのですが、大学に病院が付随していたり、大学のメンタルサポートが24時間体制だったりと、安心して留学することが出来ました。日本と違い救急車は有料です。
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	水は日本と同じ軟水なので体に合わないという話はあまり聞かず、私も水道水を常飲していました。渡航したばかりの頃は水道水の成分の違いでお腹を壊しましたが、飲むうちに段々慣れていきました。夏に向けて暑くなっていくのでしっかり水分補給をし、栄養を摂ってください。
(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	
シドニーから一歩出て他の街に行くと、なんとなく静かで人通りも少なく怖いなど感じることはありましたが、私自身特に危険な目に遭うことはありませんでした。現地の人も優しい人ばかりで、困っているときに何回も助けられました。オペラハウスの近くや中心地では定期的にデモがあったようですが、在シドニー日本国総領事館の方からデモのたびに注意喚起メールが届いたのでその時間には近づかないようにしました。	
(4) 食生活についてのアドバイス / Food – Related Advice	
外食は日本の2,3倍は高かったので、普段はColesやwoolworth, Aldiなど現地のスーパーを利用して自炊をしていました。節約のために、ウェブで週ごとに公開されているチラシを比較して安いスーパーに行っていました。果物や野菜は2つで3ドルのものや、量り売りのものが多いです。農業国なので、果物や野菜は新鮮で美味しいものがたくさんあります。お米は日本と比べると味が劣っていたり種類が違っていたりしたのであまり食べず、主にパスタやパンを主食にしていました。	
(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing	
渡航したときは冬の終わりでした。冬といっても太陽が出ていて暖かく、穏やかで過ごしやすかったので上着は必要ないほどでした。しかし夜になると冷え込むので、現地でブランケットを購入しました。とても乾燥するので、保湿クリームやリップを持っていくといいと思います。11月頃から初夏で、12月の上旬では40℃の日も出てくるなど真夏日も経験しましたが日本と違ってカラッとしているのであまり暑さを感じず、半袖半ズボンなどで丁度良かったです。普段着の他に、クラブやオフィシャルなイベントのためにフォーマルな服も用意しておくと思います。	
(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.)	
大学では22時まで空いている大きな図書館があり、多くの人が勉強していたので積極的に活用していました。図書館含め大学内、寮ではインターネット環境も不自由なく使うことが出来ました。広大のような学食はなく、ローカルな飲食店やカフェがいくつかありましたが、高価だったので利用することはありませんでした。	
(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?)	
寮に入寮する日に、寮生のための交流イベントが開かれていたので参加しました。そこで出会った留学生のイギリス人の友人は、留学を通して一番親しい友人になりました。オリエンテーション週間も大学内でサークル紹介イベントや交流会など色タイイベントが開催されているので、積極的に参加すると良いと思います。また、物価が高いのでFood Hubというフードバンクを週一回活用したり、ボランティアの方々が食料に困っている人に無料でご飯を提供するレストランに行ったりしていましたが、そこで出来た友人や地域の方々との交流がストレス発散になりました。	
(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	
現地では初対面の人にもフレンドリーに接することが重要視されているように感じました。初めのうちは緊張するかもしれませんが、自分から笑顔で話しかけに行くと受け入れてもらえるので大丈夫です。優しい人ばかりなので、困ったときや分からないことがあるときは積極的に聞くと教えてもらえます。アパレルのお店やドラッグストアなどに入ると、店員さんが話しかけてくれて、探しているものを伝えると案内してくれます。	
(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?	

アジアショップや普通のスーパーでも日本のものは高価ですが売られているので、日本のものを忘れて困るということはありませんでしたが、乾燥しているので保湿用のクリーム、ビーチ文化が発達しているので水着を持っていくと良いと思います。寮に同居する人がいると分かっているなら、日本のお土産を持っていくと会話のきっかけにもなるし、喜ばれます。最初の方は何がどこに売っているのか分からないと思うので、必要なと迷うものはとりあえず持って行った方がいいと思います。

(10) その他生活等に関して参考となる情報・アドバイス / Other Useful Information and Advice about Life Abroad

1. お金の持ち出し方について。私は現金と、海外で利用できる楽天カード、セゾンカードを合計3枚作って持っていました。
2. SIM カードについて。現地の Optus という会社から SIM カードを購入しました。学生は購入時にビザや受け入れ許可証を提示すると一か月 100GB を 39 ドルで利用できます。アフターサービスも充実しているのでお勧めです。

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	2026 年 / year 3 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?	☐ 4 年次に留学したため / Participation in HUSA during 4th Year ☐ 単位不足のため / Amount of Credits ☐ 新卒で卒業するため / In order to graduate as a "new" graduate ☐ 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	現地で利用していたフードバンクや無料のレストランに興味があったので、3 年次から地域活動として取り組んでいこうと考えています。卒業後は地元に戻り、県庁の福祉保健課というところで子供食堂など子供の居場所を作る活動をしたいと考えています。
就職活動や留学前の単位 取得 Pre-arrangement by yourself for your future job hunting, acquisition of credits of required courses, etc.	留学前に、留学後に履修する授業の計画を立ててから留学しました。

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
UNSW Accommodation	https://accommodation.unsw.edu.au/	寮や住居に関する情報が掲載されています。
シドニー留学センター	https://sydney-study.com/column/	現地の生活に関するコラム
Department of Home Affairs	https://www.homeaffairs.gov.au/	ビザ申請の情報

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

留学は毎秒が新しい体験や学びであられ、日本で生活していたら出会えなかった新しい自分の発見のきっかけになります。授業で得られるものもたくさんありましたが、授業外の交友や異国での生活も、一生忘れない大切な体験になりました。一歩踏み出して、自分の身をもって留学することに価値があると思います。半年、長くても一年という限られた期間の留学期間をどう過ごすかは自分次第です。皆さんの留学が実り多き素敵なものになることを願っています。

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

オーストラリアへの留学は、とても実り多い宝物のような経験になりました。留学開始前は旅行ですら海外経験のない私が留学を無事に終わられるのか不安で仕方なかったのですが、終わってみて振り返ってみると全て何とかなったなというのが正直な感想です。何とかなったというよりも、良いこともトラブルも何とか乗り越えて無事留学を終えることが出来たという自信が自分の血肉になったのだと思います。

留学は、自分の知らない自分との出会いの連続でした。留学前の自分を振り返ると、自分の英語力に全く自信がなく行動力も無く、引っ込み思案でした。しかし留学を通して、自分ってこんなこともできたのかという驚きの積み重ねが自信の獲得につながりました。例えば、寮の入居日の夜に寮生向けへのウェルカムパーティーがあり、勇気を出して参加して色々な方に話しかけてみました。そこでは皆が渡航したばかりの私の拙い英語も含めて受け入れてくれて、留学を通して一番親しくした同じく留学生のイギリスの子と友人になりました。また、自分から観光地や行きたいカフェなどを調べて友人たちを誘って行ってみたり、ケアンズやゴールドコーストへの合計2週間の旅行に行ってみたり、留学前の行動力がない私だったら絶対にできないようなこともたくさん挑戦し、どれもとても素敵な思い出となりました。また、4か月にも満たない短い留学期間でしたが、自分の英語力の向上もしっかりと実感することが出来ました。最初は似たような文しか話すことが出来ず、友人や授業のクラスメイトと話するときもパッと言いたいことが出てこないことがあって英語を話すことが怖いと感じることもありましたが、諦めず話しつつ、ネイティブの英語を真似して、次第にスラスラ話せるようになったとはっきり実感できたことが嬉しかったです。これらすべての成果は、現地で出会った全ての人のお陰で出来たことだだと思います。オーストラリアでは、大学で出会った同じ留学生の友人だけでなく、現地の人も優しい方ばかりでした。印象に残っているのが、ケアンズに旅行に行ったときに滞在先のホテルの受付の方が親切に地元で有名なドーナツをくれたり、シドニーの路面電車の行き先が分からなかったときに話しかけてくれた方がいたり、大学で出会ったオーストラリア人の友人と趣味の話になったときに、私より上手な人はたくさんいるから自信がないと言いながら自分の描いた絵を見せたらすごいと褒めてくれて、私は他の人ではなくて貴方の絵に興味があるのと言われたり、人の優しさにもたくさん触れた留学でした。また、友人から最後にもらった何枚もの手紙は私の宝物です。それぞれの手紙で、お互いの国でまた会おうねというメッセージが書いてあって、出会いって素敵だなと実感しました。

今回の留学で、新しい自分の発見、様々な人との出会い、英語力も含めて人としての成長を達成することが出来ました。今後も、現地で英語のフレーズが出てこなかったことが悔しかったので、英語の勉強を続けていきたいと思っています。また、物価が高い現地でよく利用していたフードバンクや食料に困っている人向けの無料のレストランなどに興味があったので、3年次からはフードバンクやこども食堂などの地域活動に携わる予定です。その後の就職活動では、留学がきっかけで気づけた自分の行動力や勇気をアピールしていきたいと思っています。報告書を読むだけでは絶対に体感できなかったことを自分の身をもって体感できたので、勇気を出して留学して本当に良かったと思います。



UNSW のキャンパス。屋外の芝生は勉強している人やご飯を食べている人や寝ている人がいて開放的な空間。



観光地の Sydney harbour bridge



旅行先の Gold Coast 綺麗なビーチのすぐ横には高層ビルが並ぶ。