

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 2025 年 4 月 25 日(YYYY /MM/ DD)	
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 3 年次(Year) (留学開始時点(When Started))
派遣プログラム Name of Program	☒ HUSA ☐ USAC
留学先大学 Host University	カーディフ大学 (国名/Country : ウェールズ)
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	Modern Languages and Translations, Modern Languages
在籍身分 Status at Host University	Exchange Student (ex. Exchange Student, Special Auditing Student)
留学期間 Period of Program	2024 年 9 月 20 日 2024 年 9 月 26 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	異文化理解と語学力を実践的に伸ばしたいと考え、英語圏の中でも多文化社会であり、教育水準の高いイギリスを選びました。中でもカーディフ大学は Modern Languages 分野が充実し、英語と他言語を横断して学べる環境に魅力を感じました。加えて、現地学生と共同でディスカッションやプレゼンを行う授業スタイルが、自らの発言力を鍛える最良の場だと判断しました。
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	おおよそ応募の6ヶ月前から始めました。学内募集要項の確認、必要書類の準備、語学スコア取得計画を立て、指導教員とも相談を重ねました。
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	オンライン講義や関連書籍を通じて英国文化・社会に関する基礎知識を学び、到着後すぐ授業に参加できるようにしました。現地生活に必要な契約や銀行口座開設なども調べておき、実際の渡航では大きなトラブルなく生活を開始できました。一方で、現地での課外活動やボランティア情報をもっと早く収集しておけば、より幅広い人脈づくりに役立ったと感じます。

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 : 不要 ビザ申請先 / Location of Visa Application : なし 提出書類 / Required Documents : パスポート ・大学から発行される CAS (Confirmation of Acceptance for Studies) ・授業料および生活費を賄える資金証明 ・英語能力証明 (IELTS 等) ・必要に応じて結核検査証明 など 手続きに要した日数 / Duration of Visa Application Process : 三週間ほど
その他必要な事前手続き Other Required Procedures	出発前に住所登録、保険手続き、銀行口座の準備、現地生活情報の収集

出国年月日/ Date of Departure	2024 年 9 月 20 日 (YYYY /MM/ DD)	
経路（往路）/ Route (Outward)	広島空港から国内線で成田、成田から直行便でロンドン、鉄道でカーディフ	
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 : _____ - _____ (If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation
帰国年月日 / Date of Return	2024 年 12 月 26 日 (YYYY /MM/ DD)	
経路（復路） / Route (Return)	カーディフ中央駅 → 英国鉄道（GWR） → ロンドン・ヒースロー空港 ロンドン・ヒースロー空港 → 英国航空直行便 → 東京（羽田） 東京（羽田） → 全日空国内線 → 広島空港	

3. 留学費用について / Expenses

支出額 / Expenses	総額 Total Amount	1180000	円/yen
	内訳 Details		
	渡航費（往復）/ Flight Ticket (Round Trip)	200000	円/yen
	ビザ申請手数料/ Visa Application Charge	0	円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge	0	円/yen
	保険料 / Travel Insurance	40000	円/yen
	教材費（授業料以外の学費） / Learning Material (Extra Tuition Fee)	20000	円/yen
	宿舍費（住居費）/ Accommodation Fee	450000	円/yen
	光熱費 / Utility Cost	0	円/yen
	食費 / Meal Cost	180000	円/yen
	通信費（インターネット・携帯）/ Internet, Phone	15000	円/yen
	交通費（宿舍～大学間） / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)	20000	円/yen
	交際費 / Social Expenses	150000	円/yen
	その他 / Others	85000	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)	Modern Languages の集中プログラムに参加し、週 10～12 時間程度の授業を履修しました。主に Academic English、英語でのプレゼンテーション、英国文化理解、語学学習法に関する科目を取り、講義・ディスカッション・グループワーク・プレゼンを組み合わせた授業スタイルでした。評価は出席や課題提出、最終プレゼンテーションによって行われました。Business のコースも二つ受講した。
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)	出発前に英語でのレポート作成やプレゼン練習をしておくスムーズに授業に入れます。授業中は発言の機会が多いため、積極的に質問や意見交換を行う姿勢が大切です。課題や資料は早めに読み込み、現地での時間を有効活用することが学びを深める鍵だと感じました。
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 from Japan (Teaching Style, Relationship with Professors/Lecturers)	日本よりも学生主体のディスカッションや即興発表が多く、最初はテンポに慣れるまで苦労しました。教授と学生の距離が近く、授業中も意見を求められるため、準備不足だとすぐに気づかれます。授業後にはフィードバックが丁寧に行われるので、指摘を次回に生かすことで徐々に自信を持って発言できるようになりました。

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	☐ 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 (3 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 ()		
住居費 Accommodation Fee	1 ヶ月当たり/ per month	800£(現地通貨/ local currency)	約/ approximately 160000 円/yen
留学先での住居全般に関するアドバイス Accommodation Advice	Spareroom のようなシェアハウス検索サイトは短期滞在に便利で、大家や同居人と直接連絡できるため柔軟な契約が可能です。契約前に家賃に光熱費やWi-Fiが含まれるか確認すると安心です。冬季は暖房の稼働状況、キッチンやバスルームの共有ルールも事前に確認すると快適に過ごせます。		

（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 1000 万円 / yen, 入院 1 日 / per day of Hospitalization 1 万 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)	英国では GP（General Practitioner）への事前登録が必要で、初診まで数日～1 週間かかる場合があります。診察は基本的に無料ですが、処方薬は有料です。
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	水道水は飲用可能ですが、硬水のためミネラルバランスに注意。気温差が大きく乾燥しやすいので、保湿や防寒対策が必要です。風邪や感染症予防のため手洗い・うがいを習慣化すると安心です。また日光が少ないので、鬱になりやすいため、ビタミンDの摂取も検討してもよい。
(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	
中心部の一部エリアでは夜遅くなると酔客が増え、治安がやや不安に感じることがありました。夜間の単独行動を避け、外出時は明るい通りを選び、タクシーや配車アプリを活用することで安全を確保しました。	
(4) 食生活についてのアドバイス / Food – Related Advice	
自炊を基本とし、スーパーマーケット（Tesco、Sainsbury's など）を活用すると食費を抑えられます。外食は日本より高めなので、事前に簡単なレシピや調味料（出汁や味噌など）を持参すると、栄養と味のバランスを取りやすくなります。	
(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing	
秋から冬にかけては朝晩の冷え込みが強く、雨も多いので防水ジャケットや重ね着できる服装が便利です。室内はセントラルヒーティングが効いているため、調節しやすい薄手の長袖も役立ちます。	
(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.)	
大学の図書館は夜遅くまで開館し、自習スペースも充実していました。学内 Wi-Fi は高速かつ安定しており、オンライン授業や動画視聴も問題ありません。市内のカフェや駅など公共施設でもフリーWi-Fi が利用可能です。	
(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?)	
授業のグループワークや大学の国際交流イベントを通じて現地学生と自然に交流できました。また、週末のマーケットやボランティア活動に参加することで地域の人々とも会話の機会を持つことができました。	
(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	
授業や会話では率直に意見を述べる姿勢が重視されます。遠慮せず発言することが歓迎される一方、プライバシーに関する質問は控えめにするなど相手への配慮も必要です。時間厳守と挨拶は基本です。	
(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?	
持っていくと便利なもの：常備薬、変換プラグ、折り畳み傘、和風調味料。 持っていなくてよいもの：大型の調理器具や大量の衣類（現地で購入可能）。	
(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	

英国はキャッシュレス化が進んでいるため、クレジットカードやデビットカードを複数準備すると安心です。交通系アプリやGoogle Mapを活用すると移動がスムーズです。余裕があれば近隣都市への小旅行も学びを深める機会になります。

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	2027 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	広島大学総合科学部国際共創学科で学びながら、就職活動に向けて企業研究やインターンシップに参加しています。留学を通じて培った語学力と異文化理解力を活かし、航空業界やグローバルに展開する企業で国際的に活躍できる職を目指しています。卒業までに専門科目の履修と卒業研究を計画的に進め、国内外を舞台に挑戦できるキャリアを築くことを目標としています。
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 Pre-arrangement by yourself for your future job hunting, acquisition of credits of required courses and practicum, etc.	留学前に必修科目と卒業に必要な単位を整理し、履修計画を前倒しして取得しました。これにより、帰国後の就職活動や卒業研究に集中できる時間を確保しました。また、インターンシップ参加や企業説明会へのオンライン参加など、帰国後もスムーズに活動を継続できる体制を整えました。しかし、学部指定のインターンが必須なのが本当に都合が悪かったです。大学院進学を考えている学生と留年をする人のことしか考えていないようなインターンの時間を強要されるので、就職を考えている文系の人には本当に厄介な制度だと思う。興味のある企業のインターンに参加できる夏休みに期間に広島大学の提携している企業に強制で行かされる制度は迅速に変更するべきだと考える。

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
Spareroom		物件探しに役立った。

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

留学は語学力だけでなく、自分の考えを言葉にして伝える力を大きく伸ばしてくれます。授業や生活の中では、日本とは異なる価値観に触れ、柔軟に対応する場面も多くありますが、その一つひとつが成長の機会です。出発前に基礎的な語学力や自炊スキルを身につけておくことで現地で時間をより充実させられます。挑戦を恐れず、積極的に人と関わることで、必ず得るものは大きいはずです。

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

今回の英国カーディフ大学への留学は、語学力を伸ばすだけでなく、自分自身の成長や将来の方向性を深める大きな契機となった。授業はディスカッションとプレゼンテーションを中心に進められ、事前に資料を読み込み、自分の意見を整理した上で臨む必要があった。特に現地学生との共同発表では、異なる文化的背景や考え方を持つメンバーと、限られた時間で結論を導く力が試された。最初は即座に英語で意見を述べることに苦労したが、毎回のフィードバックを活かして挑戦を重ねるうちに、論理的に説明する力や瞬発的な英語運用力が着実に向上した。教授やクラスメートからの直接的な質問に即座に答える経験は、日本の大学では得難い学びであり、自らの語学力と主体性を大きく引き上げた実感している。

生活面では、Spareroom を通じて現地のシェアハウスに居住し、家賃や光熱費を自ら管理した。約 12 m²の個室に暮らしながら、同じ家に 4 人のルームメイトがいたことで、家事の分担やキッチンの利用時間などを話し合いながら決める必要があり、異なる価値観を持つ人々と協力して暮らす力が磨かれた。自炊を基本とし、現地スーパーを活用しながら日本の調味料を持参することで、栄養面と味のバランスを保つ工夫もできた。英国はキャッシュレス化が進んでおり、日常の買い物や交通ではカード決済が主流であることを肌で感じ、経済的な計画力も養われた。気候面では、9 月下旬から冬に向けて雨が多く朝晩の冷え込みも厳しかったが、防水ジャケットや重ね着しやすい服を準備していたため大きな支障はなかった。

最も印象に残った体験は、英国文化をテーマにしたグループプレゼンテーションだ。メンバー間で意見が対立する場面もあったが、互いの背景を尊重しながら論点を整理し、最終的に全員が納得する形にまとめ上げる過程は、異文化コミュニケーションの醍醐味を実感する貴重な機会だった。プレゼン本番では、聴衆からの質問に即興で答える場面も多く、英語での柔軟な対応力が鍛えられた。

この留学で得た最大の成果は、主体的に学び、周囲と協働しながら課題を解決する力を養えたことだと考えている。出発前には卒業に必要な必修科目や単位を整理し、計画的に履修を進めたことで、現地では学びに専念でき、帰国後も就職活動や卒業研究にスムーズにつながる見通しが立った。特に、航空業界や国際的に事業展開する企業で働くうえで求められる「チームで課題を解決する力」や「即応的なコミュニケーション力」が、日々の授業や生活の中で自然と鍛えられたと感じる。

将来は、今回培った語学力と異文化理解、そして主体的に課題を発見・解決する力を活かし、人と地域をつなぐ役割を担う仕事に挑戦したい。航空業界を志望する理由も、世界中の人々の移動や交流を支え、国や文化を越えたつながりを生み出す点にある。今回の留学は、その志を一層確かなものにすると同時に、どのような環境でも自ら学び取り行動する姿勢を育んでくれた。

三か月という短期間ではあったが、学習面・生活面の双方で得た知識と人脈、そして積極的に挑戦する力は、これからの大学生活や将来のキャリアの大きな礎となる。異文化の中で自分の価値観を見直し、多様な人々と協働して新たな価値を創造する経験を通して、世界を舞台に活躍するための自信と覚悟を持つことができた。今後もこの学びを糧に、国際的な舞台で成長を続けていきたい。

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、留学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 Global Exchange Group.