派遣留学生帰国報告書

＊帰国（復学）後の情報を入力してください

記入日	2021年　2月　16日
所属学部・研究科・学府	国際教養学部
所属学科・専攻	国際教養学科

1．留学先について

留学先大学名	ノーザンブリア大学												
留学先所属学部等	社会科学部												
留学期間	出発日	2019/9/18	入学日	2019/9/23	修了日	2020/5/29	帰国日	2020/3/25					
住居		大学(紹介)の寮・アパート	✓	民間アパート		その他（　　）							
	通学時間	10分（教室15分）		On campus									
	通学方法	徒歩											
	居室スペース	✓	個室		（　　）人部屋		その他（　　）						
	共有スペース		完全個室	✓	キッチン		トイレ		バス		リビング		その他（　　）
食事	自炊　80 %	学食　10 %	外食　10 %	その他　% （　　）									
保険	海外旅行保険（名称）	学研災付帯海外留学保険											
	派遣先大学指定の保険(名称)	イギリス国民健康保険									☑ 強制加入		
	その他												
渡航ルート	ex.）成田⇔シカゴ（飛行機）⇔ウィスコンシン（電車）												
	成田 ⇔ タイ（バンコク）→ドイツ（飛行機） ⇔ ニューカッスル												
	渡航前にドイツ観光有、帰国時はロンドンから直行便で羽田												

2．留学にかかった費用について

総費用	1,880,000 円							
出どころ								
自費	✓	貯金	100,000 円		アルバイト	円		その他　円
援助	✓	両親	520,000 円		家族・親戚	円		その他　円
奨学金		JASSO	円	✓	その他名称（JEES・学研災グローバル人材育成奨学金）	1,160,000 円		
その他	✓	その他（国際教養学部奨学金）	100,000 円					

２－１. 財政管理の方法

渡航時	✓	現金	50,000 円			その他（　　）　円
留学中	✓	海外送金		キャッシング	✓	その他（　Transgerwiseを通して送金　）

２－２. 各費用の支払い方法

大学に払った費用	オンライン振り込み（追加授業）
住居にかかった費用	
その他	

２－３. 内訳

費目	外貨金額 通貨単位		円貨金額	
渡航費(往復)			230,000	円
海外旅行保険			110,000	円
OSSMA			20,000	円
査証・在留許可証			50,000	円
住居	£	4,753	620,000	円
食費			300,000	円
通学に要する交通費			0	円
教科書、教材費			0	円
その他大学に支払った経費	£	350	50,000	円
光熱費			0	円
その他　（ビザ申請翻訳）			10,000	円
その他　（旅行など娯楽費）			400,000	円
その他　（　　ジム　　）			40,000	円
その他　（（キッチン用具）			50,000	円

３. 学業面

履修科目名	種類ex.正規、聴講	単位数	単位互換認定申請の有無			
1 IR5008 Theories of International Relations	正規	20	○	有		無
2 SO5005 Global Poverty and Development	正規	20	○	有		無
3 EL0429 Colloquium on British Culrure	正規	20	○	有		無
4 SO5009 Sex and Gender in Society	正規	20	○	有		無
5 SO5001 Activism, Resistance and Social Change	正規	20	○	有		無
6				有		無
7				有		無
8				有		無
9				有		無
10				有		無

３－１. 授業科目の選択、登録方法

【履修】
まず、授業のレベルとしては1-3年まで、又は院レベルの授業がナンバリングされています。留学生用のシラバスをネットで確認して、留学前に前期の授業の希望届を出します。ただ、それは千葉大でどのレベルまで学んだのかを証明する必要もあり、それによって取れる授業が決まるのも覚えておくといいと思います。入学の1週間前ぐらいに最終的な履修の決定通知が来ます。最初に後期の履修希望も聞かれますが、また後期の前に希望を変更できるので気にしなくて大丈夫です。

３－２. 授業内容、方法に関して

【授業全般について】
通常の授業は講義と議論が毎週セットになっています。授業によって時間数は変わりますが、自分の場合は一つの授業で毎週3時間、すべての授業で12時間ほどでした。
【学んだ内容】
学部生の授業では、その学問の理論（社会運動、開発学、ジェンダー、国際関係論）をきっちりと学ぶ授業計画になっています。そのため、抽象概念を外国語で学び説明する難しさが出てきますが、それはYoutubeやpodcastを利用して繰り返し勉強していました。また、現地やイギリスの学術界でよく使われるケーススタディを必ず理論ごとに紹介されるので、EU圏の時事問題及びそれに対する生徒の意見も知ることが出来ました。

３－３. 語学力について

先生方の英語は訛りが少なく、テレビを理解できていれば問題ないと思います。

生徒はあらゆる訛りを持っていて、そこに必ずと言っていいほど躓きます。特に、街の訛りであるGeordieに関してはイギリス人にとっても難しく、現地の友達作りと現地を題材にしたメディアで対策する必要がありました。それとYorkshireの訛りもきついです。

３－４. 図書館など学内施設について

図書館は24時間で、千葉大よりもきれい。現地で毎日図書館で論文を朝から夜まで読んでいたので、読む習慣はある程度つきました。

カフェテリアは4つくらいあった。そんなに安いと思わなかった。生協もあったが、それも近くのコンビニの方がおいしいし、安いです。

ジムは、日本のどの施設よりも優秀なんじゃないかと思うほど整っています。それでも、金額は学生だとキャンペーンで月に3500円くらいだったので、絶対加入することを勧めます。

３－５. その他

４. 生活面

４－１. 住居について

【住居】
自分で見つけたプライベートの学生寮に住んでいました。学校から徒歩10分です。男子6人のキッチンシェアタイプでした。フラットメイトがあまり社交的ではなかったので、その場合に備えて途中退去が出来る寮を調べることをお勧めします。大学の寮はボロいですが、EUからの半年間の留学生が多いです。

フラットは内訳としてイギリス人3人、キプロス人1人、アメリカ人一人だった。みんな内向的でパーティを嫌うタイプだったので合わなかったです。その時に、寮から出たかったですが、外国人は契約上一括で払わされていて、払い戻しもなかったのでそこらへんはしっかりしていることがおすすめです。しかし、現地の人の住む寮であれば、1-2年生が多くパーティー好きがほとんどです。ただ、寮は運なので合わなかった場合のFlexibilityが重要だと思います。

４－２. 食生活について

問題なし。
【買い物】
ある程度の都市なので、買い物に困ることはありません。アジアンマーケットや八百屋、魚屋もスーパーと別にあるので、自炊が出来れば困ることはないです。モールも郊外にあります。

【自炊】
どこのスーパーでも米が売っているので、チャーハンとかは作っていました。ただ、パスタ食に変えるとお金が浮きます。朝ごはんは、ギリシャヨーグルトと果物が日本に比べて半額以下だったので、基本それを食べていました。

【外食】
基本的にどこでもおいしいです。特に様々なエスニック料理（インド、韓国、中国）の店があり、そこら辺ははずれがないです。

４－３. インターネット環境、携帯電話について

大学内でのインターネットは、wifiがすべて通っています。携帯に関しては、日本でSIMフリーにしたiPhoneを使ってました。SIMは確か、最初にThreeを日本のアマゾンで買って、向こうでは安かったGiffgaffを使っていました。

４－４. 服装について

とてもラフです。基本的にパーカーが授業期間中は多い、日本にあるブランドもフードの種類が多いです。また、メンズの服に関して言えば、日本で流行っているビッグサイズはあまり流行ってなく、ボディラインのわかるものを着る人が多いイメージでした。冬は厚いジャケット一枚に、下は半そででした。

４－５. 健康管理について

常備薬は日本から持って行っていました。病院は向こうについたら一応ガイダンスがあって、自分の国民保険に割り当てられたクリニックの住所も渡されます。

４－６. 保険、OSSMAの利用について

学研災は健康保険に関して言えば、この都市では、あまり使えないと感じた。理由として、病気になった際に電話したが、イギリスには提携先が少なくてロンドンの病院等を紹介された。また、近くの病院が受け入れてくれないか窓口の人が相談してみると言われたが、一日待ってダメでしたと言われました。その後、「自分でも探していいが、一旦自分の方で立て替えるしかない」と言われた。ただ、ジャケットなどの置き引きにあった時はしっかりと保険適用になり費用が返ってきました。OSSMAは使っている人を見たことがないです。

４－７. 課外活動について

課外活動としては、大学内でサルサクラブ、ハイキングクラブを試した。サルサクラブは一度行ったのちに、やめたが、ハイキングクラブは何度も通った。そのクラブでは、地域の自然を探索するクラブで、留学生も多く、参加している人々もコミュニケーション力が高い気がした。また、月に一回は近くの都市の山を登るなど、観光も兼ねた面白さがあったので、おすすめしたい。一方で、課外活動は一人で行くのも勇気がいるので、ほとんどの留学生が留学生同士で相談したり、誘い合ってグループでの参加が多かったので、それを勧めたい。
もう一つは、後期から隣の大学の日本文化サークルに通っていた。ノーザンブリアには日本語学科がなくそういったクラブが活発でないが、隣のニューカッスル大学は活発で会った。日本人の留学生も多くいたが、現地の学生が多く所属している感じで、共通の話題があるだけで友人になるのは早かったと思う。
社会貢献的な課外活動は、後期の後の2か月の在留期間でNPOなどに行く予定であったが、コロナで途中帰国したことが大変悔やまれる。

４－８．学外のコミュニティとの交流について

学外のコミュニティは前期と後期で様変わりした記憶である。その理由としては友人の多くが半年で帰国するEU圏の生徒だったことが挙げられる。
前期は、「EU圏の留学生コミュニティ(20人くらい)」、「授業の友人2-3人（留学生）」、「学科の友人2-3人（正規留学生）」、「日本人コミュニティ」があった。大きなコミュニティは、基本的に最初に作った友人を通して、ホームパーティなどで広がっていった。授業での友人は、自分から話さないと必ずと言っていいほど見向きもされないです。やはり、向こうとしても話しずらく、既に向こうは友人関係があるので、こちらから積極的になる必要があります。尚、各コミュニティは常に交わることが多く、特に自分の誕生日は様々なコミュニティから友人が来てくれて30人くらいがその場に会する時も多々あった。
後期は、「留学生コミュニティ（前期から残っている子達5-6人」、「日本人コミュニティ」「隣の大学の日本文化サークル」があった。前期が終わった後に、友人が急激に減ったが、その後隣の大学に足を延ばすことで、友人数はさらに大きくなったと感じる。具体的には、隣の大学のサークルでも、「日本人達」「コアの現地学生」「一年生」という小さなグループが存在し、すべてのグループと仲良くなり、様々な体験ができたと思う。

４－９．日本から持参してよかったもの

・日本のコンセントがさせる変換機。これがないと、パソコンの充電など日本で買ったものの充電が非常に難しくなる。
・日本からのお土産。配りやすいもの。友人関係のきっかけになることもある。
・日本食（友人に振舞う用）。自分が食べる分の料理は現地のアジアンマーケットである程度のものが買えるので、満足できる。一方で、向こうの友人に手巻寿司やお好み焼きを振る舞うパーティーなどをするために、日本から粉末のお酢やお好みソースなどを持ってきたことが非常に良かった。
・ヒートテック（現地では薄手のファッションが多いため、寒さに慣れていない私には重要でした）

４－１０．日本から持参したが不要だったもの

シャンプー、ドライヤー
現地で安く買える。また、現地の方が日用的なものは安いことが多い。

４－１１．現地での対人関係について気づいたこと(習慣の違い、マナーなど）

（日本でも全く違う人がたくさんいるのと、同じように現地でも様々な人がいることを前提として）
私の経験では、現地の都市や学生の特徴としては、「パーティー好き」と「様々な英語の訛り」、「Irony」というのが抑えておきたい点です。まず、パーティに関しては留学先の都市の文化が非常に大きく影響しています。ニューカッスルはイギリスでも有名な「学生が最も好きな夜の街」として有名で、低価格の飲める踊れる場所がダウンタウンには多く並んでいます。それもあり、生徒たちは木曜から夜の街に繰り出す人が多く、生徒の住む寮の周りは夜中までうるさいことは多々あります。
様々な英語の訛りの大変さは、授業で最も経験しました。現地の訛りであるGeordieをはじめ、ヨークシャーやマンチェスター地方の訛りなど様々な地域からの学生が来ます。また、留学生も、アメリカ南部、インド、韓国などそれぞれの国の訛りがあり毎日それを格闘していました。これに関しては、日本で日頃から様々な国の人と話す経験を積むことをお勧めします。
実際に現地の学生と話して思ったことは、彼らのツボが「Irony」であるということです。これは、アメリカとイギリスのコメディを見ていると気づくのですが、イギリスでは日本の文脈理解のような言っていることを皮肉として用いる笑いが多い気がしました。これに気づくのは必須ではないですが、このセンスがわかると現地の友達が笑っている理由が理解できてきて楽しいです。

４－１２. 余暇の過ごし方

旅行

旅行は、月に一回ほどその他のイギリスの都市または、ヨーロッパの都市に行っていました。イギリスの都市は基本的に格安バスまたは新幹線のようなもので移動します。格安バスが安すぎるので学生はそちらを使います。一方で、ヨーロッパの主要国へは格安飛行機を使っていました。また、費用としては、移動費の次に、外食が来ます。ヨーロッパの主要国は基本的に外食がすごく高かったです。泊る所はピンキリの値段でした。行った国としては、ドイツ、フランス、オランダです。本来ならば、イースター休暇にスペインとイタリアに行く予定でしたが、コロナで実現できませんでした。

その他　＊気分転換やストレス発散法など。

ストレス発散は、人とのコミュニケーションと食事、運動でした。
　まず、人とのコミュニケーションですが、留学中はどんなに落ち込んでも人に会うことを優先順位の高いところに置いていました。理由としては、一度部屋に引きこもってしまうと、委縮してかえって考えすぎてしまうと思います。とにかく、人をご飯や遊びに誘ったり、コミュニティに参加することが留学を成功させるうえで勉強と同じくらい重要でした。
　食事については、自分へのご褒美として外食や日本食を楽しんでいました。いつもスーパーのもので自炊をしていると、飽きてしまい気持ちも落ち込んできます。そのため、たまに日本でいう成城石井のようなスーパーで総菜を買ったり、友人を誘って中華料理やブリトーを食べに行っていました。おいしいものを食べると、その分頑張れる気がしていました。
　運動については、他の項でも述べたジムを使っていました。素晴らしい設備なので使ってみてください。また、土日には友人とハイキングやボルダリングをしていました。平日は一人で街を散策するなども、ストレス発散だったと思います。

５. その他

５－１. 留学先大学について

イギリス・イングランド北部に位置する大学で、コンピューター系の学部が強いと言われていました。大学の施設はとても新しく、図書館も24時間空いていて、そこに日頃から学生が多くいます。留学生へのサポート体制としては、最初の週にFreshers weekという新入生歓迎会で多くの友達を作ることが出来ました。留学生数もイギリスなのでかなり多く、どのクラスにも20人中3人以上は留学生がいたと実感しています。ただ、向こうの留学生支援課との連絡が滞ることが多く、返信等が遅い場合は催促は必須で、それでも連絡が来なければ千葉大のネイティブの先生と相談するのがおすすめです。

５－２. 留学希望者へのアドバイス

最初のFreshers　Weekで積極的に人に話しかけること、その後の誘われたパーティーに顔を出すことを最初の一ヶ月意識することで、よいスタートが切れると思います。最初はみんなが知り合いを作りたがっているので、それを利用して知り合いを増やし、そこから気が合う子を探す方がいいと思います。また、その他のコミュニティが欲しくなったら、自分に連絡してもらえれば誰かに繋ぐこともできます。特に、隣の大学の日本文化サークルは、あまり自分からコミュニケーションが得意でない人におすすめです。しかし、とにかく誰とでも積極的にコミュニケーションを取る姿勢がないと、日本人の知り合いと無意識のうちに固まってきてしまう可能性があると思います。逆に、日本人と話さない姿勢も、せっかく活かせるコミュニティを放棄することになるので、助け合ってコミュニティを広げていくことを意識した方がいいともいます。

５－３. 留学を終えて

【学んだことについて】
派遣プログラムを終えて、自分自身が留学で求めていたものがしっかりと確認できました。
まず環境面では、日本の同調圧力や誰も手を挙げない授業の学び方にモヤモヤを抱き、自分に合った環境を探すために留学しました。実際に、留学先で自らの意見を自信をもって話しやすい空気に触れて、自分自身により自信が持てるようになったと思います。
次に研究面では、しっかりと現地の学生と現地の社会課題を議論する経験というものが価値になったと考えます。自分の場合は、移民について現地の人々がどのように考えているのか知りたくて留学しました。その中で、積極的にクラスの生徒とそれについて話す機会があったり、EU離脱について考える機会がありました。

【その後について】
そこから今後の進路につながる部分は多くあったと思います。
まずは、今行っている研究の中で、しっかりとした理論を用いること。そして、そうした研究を積極性と自信をもって行うことが出来るようになりました。
次に進路の面では、やはり自分自身が様々な国籍のいる環境で働きやすく、働きたいということを自覚することが出来ました。また、実践の経験をしていくことで、そういった環境で、自分自身の力も発揮できる自信もつきました。今後は、外国人が多く働くITコンサルに就職し、社会課題について考えるためのスキルをつけていく予定です。