

海外派遣留学プログラム 帰国報告書

記入日	2023/7/5
所属学部・研究科・学府	法政経学部
所属学科・専攻	法政経学科 政治学・政策学コース

1. 留学先について

留学先大学名	Keele University											
留学先所属学部等	なし											
留学期間	出発日	2023/1/17	入学日	2023/1/18	修了日	2023/6/9	帰国日	2023/6/6				
住居	<input checked="" type="checkbox"/>	大学(紹介) の寮・アパート		<input type="checkbox"/>	民間アパート		<input type="checkbox"/> その他 ()					
	通学時間							<input checked="" type="checkbox"/>	On campus			
	通学方法	徒歩										
	居室スペース <small>✓を入れてください</small>	<input checked="" type="checkbox"/>	個室	<input type="checkbox"/>	() 人部屋		<input type="checkbox"/> その他 ()					
	共有スペース <small>✓を入れてください</small>	<input type="checkbox"/>	完全個室	<input checked="" type="checkbox"/>	キッチン	<input checked="" type="checkbox"/>	トイレ	<input checked="" type="checkbox"/>	バス	<input type="checkbox"/>	リビング	<input type="checkbox"/>
食事	自炊	80 %	学食	15 %	外食	5 %	その他 % ()					
保険	海外旅行保険 (名称・加入プラン名)	JTBトータルサポートプログラム										
	留学先国・大学指定保険 (名称・加入内容)	なし							<input type="checkbox"/>	加入必須		
	その他加入保険	なし										
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 ⇄ マンチェスター(飛行機) ⇄ Stoke-on-Trent(電車)											

2. 留学資金の内訳

自費	<input checked="" type="checkbox"/>	貯金	380,000 円	<input type="checkbox"/>	アルバイト	円	<input type="checkbox"/>	その他	円
援助	<input checked="" type="checkbox"/>	親	300,000 円	<input type="checkbox"/>	家族・親戚	円	<input type="checkbox"/>	その他	円
奨学金	<input checked="" type="checkbox"/>	JASSO	320,000 円	<input type="checkbox"/>	その他名称 ()				円
その他	<input type="checkbox"/>	()							円

3. 留学にかかった費用

総費用	約	1,000,000	円
-----	---	-----------	---

3-1. 留学にかかった費用：内訳

費目	外貨金額		円貨金額	
	通貨単位			
渡航費(往復)			200,000	円
JTBトータルサポートプログラム (海外旅行保険・危機管理サービス)			80,000	円
その他の保険料			0	円
査証・在留許可証			0	円
住居	£	1,234	210,000	円
光熱費			(住居費に含む)	円
食費			120,000	円
通学に要する交通費			0	円
教科書, 教材費	£	18	3,000	円
その他大学に支払った経費			0	円
その他 (ソサイエティ加入費 (合計))	£	13	2,300	円
その他 (ダンス関連費)	£	128	22,000	円
その他 (旅行・交際費)	£	1,700	300,000	円
その他 (通信費)	£	40	7,000	円
その他 (雑費 (洗濯、生活必需品など))			50,000	円

3-2. 各費用の支払い方法

大学に払った費用	クレジットカード (全額)
住居にかかった費用	クレジットカード (全額)
その他	クレジットカード (全額)

3-3. お金の管理方法

渡航時	✓	現金	20,000 円	✓	その他 (クレジットカード)	円
留学中	✓	海外送金		✓	キャッシング	円
				✓	その他 (クレジットカード)	円

4. 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			
			✓	有		無
1 British Cultural Studies	正規	15	✓	有		無
2 Modern Democracies	正規	15	✓	有		無
3 Israel/Palestine: Key Debates and Issues	正規	15	✓	有		無
4 Race, Politics and Education	正規	15	✓	有		無
5				有		無

4-1. 授業科目の選択, 登録方法

予め希望する授業のリストを提出し、現地に到着してしばらくすると確定します。希望を出すタイミングではそれぞれの開講時刻を知ることは難しいため、複数の授業のコマが被って時間割がクラッシュすることもあります。その場合、どちらかをキャンセルし、希望する場合は新しく授業を探して登録しなければなりません。現地の学生は千葉大学と同じように自分でシステムに登録しているようですが、交換留学生は担当の方にメールかチャットで依頼する形になります。登録期間は学期が始まってから2週間ほどでした。

4-2. 授業内容, 方法に関して

ほとんどの授業が、「講義」と「チュートリアル/セミナー」の合計2時間からなっています。大抵の講義では、千葉大学での授業と同じように、教授がスライドを用いて説明します。チュートリアルやセミナーでは、講義の内容を基に、学生が議論することで、内容を深めていきます。そこで講義に関する質問などにも応じてもらえます。

4-3. 語学力について

私はIELTS6.0というギリギリのスコアで留学しましたが、少し心許なかったように思います。毎回スライドを用いて予習をしていたため講義の内容は理解できましたが、チュートリアルやセミナーの議論の内容をすべて理解できていたかという点では定かではありません。もちろん、ギリギリの語学力でもわかるところで積極的に発言したり、授業外で交友関係を深めたりすることはできますが、折角現地の学生と意見交換できる場があるのにも関わらずそれを活かさきれないのは勿体ないため、今後留学に行く方は、日本でできるだけ英語力を高めていくことを強くお勧めします。

4-4. 図書館など学内施設について

大学自体が街から少し離れた僻地にあるためか、学内施設は充実していました。図書館は学期期間なら毎日24時間空いており、勉強するための席数も豊富です。また、音のゾーニングがされた自習室に加え、予約制のグループ学習室や個人の学習室もあるため、勉強に集中できると感じました。図書館以外にも、ジムや各種スポーツのコートが併設された体育館や、学食や大学オリジナルグッズを買うことのできるSU (Student Union)、カフェ、コープ、薬局、バー、お散歩コース、ランドリーなどもあり、生活できる環境が整っていました。これらの施設を用いて、学内イベントも多く開催されていました。

4-5. その他

設問4-4に関連しますが、キールホール周辺のお散歩コースは私のお気に入りでした。キールホールは、歴史ある建造物で、現在もドレスコードのあるパーティーや結婚式の会場として使用されています。その周りは広大な草原と湖が広がっており、暖かくなるとそこでひなたぼっこをしたり湖の周りを散歩する学生が多くいます。私はテスト期間中、そこをのんびりと歩くことを気分転換にしていました。

5. 生活面

5-1. 住居について

キャンパス内の寮の一つに住んでいました。部屋は個室で、キッチン・バス・トイレが共用（共有人数は恐らく9人）でしたが、物を盗まれるなどのトラブルは一回もなく、また共有スペースの使用時間が被ることもあまりなかったため、快適に過ごすことができました。個室の設備については、私はClassicという階級の部屋を選んだため、洗面台があり、満足していました。これらについては寮のホームページである程度確認できます。セントラルヒーティングについては、寒すぎて凍えるということはありませんでしたが、逆に薄着で過ごせるほど暖かいということはありませんでした。

5-2. 食生活について

外食に頼りすぎると食費が高くなるため、基本的には自炊をしていました。材料は、キャンパス内のコープでもある程度は買え、近くの街のスーパー（バスで片道20分）まで行けば安く買えます。よく料理をしましたが、フラットメイトと料理するタイミングが重なることはあまりなく、あったとしても最大で3人ほどだったので不便は感じませんでした。また、昼食などは、SUで買って食べることもありました。毎週、特定のメニューを2.5£で売るキャンペーンがあったため、それをよく利用していました。

5-3. インターネット環境、携帯電話について

キャンパス内ではEduroam（フリーWi-Fi）が使えるので、不便はしません。自室にいと稀に電波が届きにくくなることありましたが、Zoomでの通話などは問題なく行えました。携帯電話は、それまで使っていたスマートフォンを持っていき、現地でSIMを差し替えました。入学後すぐのオリエンテーションでGiffGaffという会社のSIMを配ってもらえたため、それまでは日本で契約していたキャリアの海外データローミングを使い、後日それを差して契約しました。1か月単位の契約で、8ポンドで5ギガと国内5分以内の通話が可能なパックを使っていました。

5-4. 服装について

基本的には、日本にいたころと同じような服装をしていました。現地の学生も、各自が思い思いの服装をしていたように思います。ただ、イギリスではいきなり雨が降ることが多いので、折り畳み傘や、撥水・防水加工のした上着や靴を持っていくことをお勧めします。日本のような大雨ではなく通り雨のようなことも多いので、現地の人は傘をさしていないことがよくありました。

5-5. 健康管理について

薬は日本からたくさん持っていきました。実際、一度風邪をひいてしまったため、風邪薬やトローチはとても役に立ちました。また、乾燥対策として、寝るときは布マスクをしていました。あとは、手洗いうがいをし、よく眠り、健康的な食生活を心がけて生活していました。

5-6. 保険、危機管理サービスの利用について *利用実績等をご記入ください。

利用実績はありません。

5-7. 課外活動について

日本の大学でいうサークルのようなコミュニティで、ソサイエティというものがあります。私はこれを現地の学生と交流する機会としてとらえ、合計3つのソサイエティに加入していました。具体的にはダンス、Japanese Culture、政治学・国際関係学のコミュニティでしたが、活動頻度に違いはあったものの、それぞれで友達を作ることができ、ソサイエティの内外で楽しく活動することができました。キール大学にはたくさんのソサイエティがあるため、これから行く方にも何か1つ以上のソサイエティに加入して活動に参加することをお勧めします。

5-8. 学外のコミュニティとの交流について

ビザの関係上、有給・無給の労働ができなかったため、学外のコミュニティとはあまり交流できませんでした。ただ、大学の近くのNewcastle-under-Lymeという町で、たまに青空市が開かれており、そこで地元の人と話すことができました。彼らの地元愛を知ることができ、近くのおすすめスポットも教えてくれました。

5-9. 日本から持参してよかったもの

出汁、ホッカイロ、2~3日分持ちこたえられそうな量の食糧（餅、おしるこ、おさかなソーセージ、インスタントの味噌汁など）、フリーズドライ・レトルトのおかゆ、100均の一合炊き、菜箸、各種薬、洗濯ネット、折りたたみ傘、パソコン（留学先大学の図書館にもパソコンはありますが、日本語が入力できない（変換キーがない）ため、日本で買ったものを持参することを強くお勧めします）、モバイルバッテリー、スーツケースの重量計測器、ユニクロのウルトラライトダウン、折り畳み式のポストンバッグ

5-10. 日本から持参したが不要だったもの

洗濯用洗剤（現地ですぐに買えたため）、大量の風呂敷や折り紙（お土産にしようと思っていたがそんなに量は必要なかった。限度がある。）

5-11. 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)

時間の感覚とコミュニケーションマナーについては、日本との違いを感じました。まず、時間の感覚については、多少の遅れには寛容な人が多いです。到着後すぐのオリエンテーションも、プレゼンターの遅刻により20分ほど開始が遅くなりました。もちろん、時間の感覚は人それぞれなので、「いつも遅刻しても大丈夫」だというわけではないですが、多少の遅刻であればそれぞれの事情を考慮する文化があるように見えました。次に、コミュニケーションマナーについては、日本語よりペースが早くてフランクであるように感じました。How's it going?やHow are you?などの会話は毎日していました。また、挨拶をしながらハグをする機会も日本よりは遥かに多かったです。

5-12. 余暇の過ごし方

旅行

※全て英国内の観光旅行

- ・マンチェスター 期間：2023年2月18日～19日（一泊二日） 費用：約120ポンド（日本円で約2万円）
- ・ストラトフォード・アポン・エイボン（シェイクスピアの生地） 期間：2023年2月26日～27日（一泊二日） 費用：約160ポンド（約2万7千円）
- ・ウェールズ北部 期間：2023年4月1日～2日（一泊二日） 費用：約240ポンド（約4万円）
- ・ロンドン 期間：2023年4月7日～12日（五泊六日） 費用：約510ポンド（約8万4千円） ※内二日間、ロンドンキャリアフォーラムに参加
- ・オクスフォード&ロンドン 期間：2023年5月5日～6日（一泊二日） 費用：約220ポンド（約3万8千円）
- ・ダラム&ヨーク 期間：2023年5月30日～6月1日（二泊三日） 費用：約230ポンド（約4万円）

その他 *気分転換やストレス発散法など。

到着後すぐは言語の壁とホームシックに悩まされましたが、ダンスソサイエティを見つけてその練習に参加できたことは大きな救いになりました。趣味であるダンスで体を動かせること、またダンスにおいては言語の壁（重要性）が低かったことがその理由だったと思います。ダンスに関しては、他にもショーに参加したり、友達と動画を作ったりしました。テスト期間中は、毎日のようにキールホール周辺を散歩していました。また、友達と話すことがよい気分転換になりました。

6. その他

6-1. 留学先大学について

キール大学は、僻地にありますが、その分穏やかで治安の良い大学です。規模も大きく、専攻に関わらず様々な背景を持つ学生とかかわりを持つことができます。また、当時（2023年1月時点）で、学生満足度が英国内1位となっているだけあり、学内施設や学内イベントが充実し、のびのび生活し勉強できる環境が整っています。静かな環境で自然に囲まれながらのんびりと学生生活を送りたい方には向いていると思います。

6-2. 留学希望者へのアドバイス

語学力は、リスニングを中心として渡航前にできる限り高めておくことをお勧めします。慣れ親しんだ料理をいくつか作れるようになっておくのも、留学先での心身の安定のためには大切です。また、留学中は、学業に集中するだけでなく、学内のイベントやコミュニティに積極的に参加することで、知り合いや友達も増え、楽しく生活できると思います。留学に行っても自分から動かなければ変わらない、というのはよく言われることで、実際そうではありますが、反対に、自分から動けばいくらでも楽しく充実した生活が送れますし、そのように自分から動き日々を大切に生きる機会を得られるのが、留学の醍醐味だと思います。もし迷っている方がいたら、ぜひ前向きに検討してみてください！！

6-3. 留学を終えて

私は今回、派遣留学を経験して本当に良かったと思っています。自分の英語が海外でも本当に通じるのだということがわかり、また、日本ではやろうとも思わなかったようなことをやってみるきっかけになりました。慣れない環境への適応力も上がったように感じます。うまくいかないことや失敗したと思ったこともありましたが、それら全部の経験が学びになりました。結果として、英語力や行動力、目標達成力に自信がつき、今後「やってみたいこと」もかなり幅広く描けるようになりました。当面の目標としては、語学力や留学先で見つめなおした趣味についてさらに磨くこと、また、世界の他の国へも行ってみることを目指しています。このような機会をいただき、本当にありがとうございました。

お疲れさまでした。