

## 熊本大学海外派遣留学生 報告書

<b>氏名</b>	L さん（仮名）		
<b>所属</b>	_____ 文 _____ 学部		
<b>留学先機関名</b>	シドニー工科大学（国名： オーストラリア ）		
<b>留学先所属</b>	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科に所属（ _____ 学部・研究科） <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修 <input checked="" type="checkbox"/> その他： Australian Language and Culture Program		
<b>留学期間</b>	2018 年 2 月 － 2018 年 11 月	留学開始時 学年	_____ 3 _____ 年次
<b>奨学金</b>	<input checked="" type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度 <input type="checkbox"/> 国際奨学事業 <input type="checkbox"/> トビタテ！留学 JAPAN 【第 _____ 期】 <input type="checkbox"/> その他（ _____ ）		



## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	フィリピン航空	手配	skyticket（航空券予約サイト） ※利用したサイト、旅行会社等
移動経路 ※往路のみ	福岡（福岡空港） → マニラ（ニノイ・アキノ空港） → シドニー（シドニー空港）	到着時刻	現地時刻 12:05 【※移動時間（約 17 時間）】
大学（寮）への移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え <input type="checkbox"/> 知人の出迎え <input type="checkbox"/> タクシー <input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関（ <input type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> 電車） <input type="checkbox"/> その他（                      ）		
空港から移動する際の注意点 行き方、料金等	空港近くの駅より電車で移動、片道 \$17.00 弱。 プラットフォーム手前で Opal card が買えるのでそれを使用した。		
住居のタイプ	<input type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート その他（ホームステイ）	住居手配	<input type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input checked="" type="checkbox"/> 自分で その他（                      ）
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> 二人部屋 その他（                      ）	ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input type="checkbox"/> 他国からの学生 <input checked="" type="checkbox"/> その他（ワーキングホリデーの日本人                      ）
住居の申込手順	在豪日本人のためのサイト Jams TV で入居者を募集していた物件を探し、記事を出した人に連絡の後何件かの内見を経て決めた。正式入居の前にレントの前払いをした。		
住居でのトラブル および解決方法	特になし。		
大学への交通手段 （※費用がかかれば費用も）	住居から最寄りの駅までバスで移動 → 電車で Central Station まで行き、そこから徒歩で約 10 分。往復で約 \$10.00。		
生活費および内訳 （概算を円換算）	生活費計 82,500 円／月 （生活費内訳） 住居費： 50,000 円／光熱費：                      円／通学費： 10,000 円 食費： 20,000 円／通信費： 2,500 円／書籍代：                      円 その他：（                      ）                      円 ※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの：                      円 （徴収された費用の名目：                      ）		
その他生活に必要な 手続き、アドバイス （口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など）	私の場合はトラベルプリペイドカードを契約していたこともあって銀行口座の開設はしなかったが、それで不自由はしなかった。携帯電話の通信に関しては SIM カードを使うのが便利だと思う。私の携帯電話は契約して日が浅かったのもあって SIM フリーにできなかったため、空港の携帯ショップの店員さんに相談の上ポケット Wi-Fi を使っていた。でも頻繁に Wi-Fi が切れてしまったり充電が 6 時間しか持たなかったりと不便だった。渡航後半年ほどで手持ちの携帯電話を SIM フリーに設定して現地の SIM カードに切り替えた。私の周りには渡航後に現地で SIM フリーの携帯電話を購入して使っている人が多かった。		



#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日	
7:00								
8:00								
9:00								
10:00				勉強	授業			
11:00							勉強	
12:00								
13:00							サークル	
14:00	授業	サークル	授業					
15:00								
16:00						スピーキング練習講座		
17:00								
18:00		アルバイト				アルバイト	アルバイト	
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								
23:00	勉強		勉強		勉強			
24:00								

(秋学期の一例)

## 5. 留学成果とアドバイス

### 留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

目に見えて英語力が上がったわけではないが、IELTS の各スコアが少しだけ上がった。また、授業でほかの人との議論が多かったおかげなのか、自分の意見を言うことにあまりためらいを感じなくなった。

### 同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関すること、生活全般に関する事など自由に記載してください）

授業が始まる前に課題が出されるので、UTSonline の確認はまめに行うのが良いと思う。課題の提出は学校側から通知が来ないので自分で確認するしかない。また、情報交換の場にもなるのでサークルなどには積極的に参加する。JASS というサークルは日本人学生が多いので先輩などからいろいろ話が聞けると思う。

住居に関して、私は留学を通してオフキャンパスに住んでいた。学生寮に入っていないと、学校のことについて情報が入りづらい、交友関係が広がりにくいなどのデメリットがある。ただ、学校関係以外のコミュニティを持つのもいいと思うので、最初の学期は学生寮に入り、余裕があるなら生活に慣れた後の学期はオフキャンパスに住むことを選択肢に入れておくといいと思う。

### 留学を通しての感想

留学前は、ビザや入学許可証など諸手続きが多くて何から手を付けていいかわからず、期日も迫る中留学を決めたことを後悔したこともあった。至らないところだらけでサポート担当の方々にも迷惑をかけてしまった。渡航してからもわからないことが多く英語にも自信がなかったため落ち込むこともあったが、慣れると楽しいことも多かった。日本では経験できないこともたくさんあり、交友関係も広がったので留学に来てよかったと思う。







### 3. 留学先の大学について

<p><b>授業(カリキュラム)の概要について</b></p>	<p>一コマ3時間、週3コマという時間に余裕のあるカリキュラムだった。所属する Australian Language and Culture コースはオーストラリアの文化(メディア、仕事、歴史など)や、英語(IELTS)に特化した授業から選ぶ形であった。</p>
<p><b>履修登録の時期 登録方法</b></p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 渡航前                      <input type="checkbox"/> 渡航後                      ⇒ (                      月頃)  <input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録        <input type="checkbox"/> 志願書類の提出  <input type="checkbox"/> その他 (                      )</p>
<p><b>留学生特例措置 (履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等)</b></p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 有り(具体的には以下のとおり)  ・オリエンテーション(1回目に出席できなかった人用)もある  ・IELTS のスコアはライティング 6.0 あれば、オーバーオールが 6.5 に届かなくても他学部の授業を取ることができる  ・  ・  <input type="checkbox"/> 無し</p>
<p><b>留学先大学でのサポート体制について (語学面/学校生活/住居・日常生活等)</b></p>	<p>留学生用のサポート課があるので質問や、後期での所属学部変更の質問はしやすかった。  スピーキング、ライティングをサポートしてくれる無料の授業もあった。(UTS HELPS)</p>
<p><b>留学開始後に行った留学先大学の手続き (学生証、履修登録、大学 ID の設定等)</b></p>	<p>学生証はメールで届いた URL からサイトにとんで、写真の設定をして許可が下りた後に、受け取り場所と時間を設定して取りにいった。  履修登録も ID も渡航前にメールが届いて各自行うので渡航後は手続きがなかった。</p>
<p><b>授業外活動について (サークル、部活、インターン、フィールドワーク等)</b>  ※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>JASS という日本人に興味があるローカルの学生と、日本人留学生をつなぐサークルがあってイベントに少しだけ参加した。留学する日本人はみな入っている、と聞いたので流れで入ることになった。登録費用に 10 ドルかかった。(メンバーになると後のイベント費用が半額になったりする)ピクニックに出かけたり、手巻き寿司パーティーがあったりと新しく友達を作るのにいいきっかけではあったが、ちょっと独特な空気の私の苦手なタイプの人も多く最終的には行かなくなった。</p>

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日	
7:00								
8:00								
9:00	起床	起床	起床	起床	起床			
10:00						起床		
11:00		予習・課題		予習・課題	授業		起床	
12:00								
13:00		昼寝						
14:00	授業		授業			復習・課題	フラットメイトと遊ぶ	友人と遊ぶ
15:00								
16:00		ネットフリックスみて ゴロゴロ						
17:00					昼寝			
18:00	アルバイト			アルバイト	昼寝	アルバイト	フラットメイトとご飯	
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								
23:00			就寝		就寝			
24:00								就寝

## 5. 留学成果とアドバイス

### 留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

#### <ものの考え方>

・度胸がついたと思う。一人で海外に行ったことがなかったので自分で手続きをして、家探しもなんとかできて今こうして暮らせていることがとても自信につながった。

・初めて外国人とシェアハウスをしてみて、新しい文化に出会えるポジティブな側面だけでなく、自分の思うようにならないネガティブな側面にも直面することも多々あって（キッチンを汚されたり、夜中うるさくされたり）、ある程度受け入れつつ、我慢できないことは本人と話し合う力がついた。

・人は人、自分は自分と考えられるようになった。前は「●●がこう言ってるから」と振り回されたり、合わせるが多かったが、付き合う友達も自分が苦痛とを感じる友人との交友関係を必要以上に保たないようにできるようになった。関わる友人と一緒にいて楽で、尊敬できる人であるとストレスもなくなって前よりも楽しく過ごせるようになった。当たり前のようにできて意外にできてないことだったので個人的に感じた大きな成長だ。

#### <語学に関して>

英語も前に比べればすらすら出るようになった。授業だけでなく家や友人、SNSでの投稿時、なるべく英語に触れる機会を増やしたからできるようになったんだと思う。

### 同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関すること、生活全般に関することなど自由に記載してください）

都会の中にあるため立地は良く過ごしやすい場所です。また、日本人留学生も多くいることから、最初は折角の留学で日本人と関わるなんて嫌だ、ともやもやした時期が私にはありましたが、よく考えるとその日本人をつてに知り合える外国人もまた沢山いました。この環境をいかにうまく使えるかがシドニー工科大学での生活を楽しめるかどうかの一つのカギになってくるかな、と考えています。ぜひ、サークルなどに顔を出してみてください。私は運動が苦手な運動に関するサークルに入ることはありませんでしたが、スポーツやダンス、音楽は国は違えども仲良くなる大きな手段だと感じる機会が多くありました。私は、友達の数はとても少ない方だと思いますが、フラットメイトや他愛ない話をできる学校の友達を大事にしてよく出かけたり、お互いの国のご飯を作り合いっこして仲良くなっていました。英語ばかりつかうと頭も心も疲れる時期は必ずやってきます。病み病みモードの時は遠慮なく一旦好きなものを食べて好きなことをして、リフレッシュする時間を大切にしてくださいね！慣れない環境だからうまく頑張る時間と気を張らなくていい時間のバランスを自分でとっていくのが大切だと思いました！

あと、シドニーにあるCOCOというタピオカミルクティーのあるティーショップがとってもおいしくておすすめなので疲れたときは立ち寄ってみてください(^o^)

## 留学を通しての感想

「行ってよかった。」そう思えるような留学を志して生活してきました。今ここでの9か月間の生活を振り返ってみて、シドニーにきてよかったなあととても思います。留学する前は、将来海外を飛び回れるようなキャリアウーマンになるんだ、と意気込み、駐在の練習をするためにも自力で海外に出て生活を送るためにこの交換留学を選びました。そうして9か月暮らしてみても「私は将来日本で暮らしたい。」と気付きました。今回の留学で家族や友人、恋人など離れたくない大事な人と離れて暮らし、コミュニケーションを頻繁に以前のように取れないもどかしさを多々感じました。そして、彼らがいかに私の生活を支える大切な存在であるかもよく感じる事ができた9か月間でした。したがって将来は大事な人のそばに、何かあったら駆けつけることができる距離に住むことの方が、海外で暮らすことよりも大切だと自分の中ではっきりと整理がついたので「行ってよかった。」と思えます。もちろん、英語力の向上や新しい友好関係など得られるものも多くあったから感じる達成感もありますが、いかに私が普段家族に頼っていたかもよく分かる留学生活でした。

ここでの経験を通して、今後も学習は続けて、一人で行ったことのない国にどんどん旅に行こう、とまた新しい目標を立てることができたのでよかったです。







### 3. 留学先の大学について

<p><b>授業(カリキュラム)の概要について</b></p>	<p>前期 (ALAC コース) : 週に 3 回 3 時間での授業で、オーストラリアの文化や仕事環境、メディアに関してセミナー形式で勉強した。 後期 (Science 学部) : 3 か 4 教科選択可能。選択した学部に関係なく、いろんな教科を受講する。</p>
<p><b>履修登録の時期 登録方法</b></p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 渡航前                      <input type="checkbox"/> 渡航後                      ⇒ (                      月頃) <input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録        <input type="checkbox"/> 志願書類の提出 <input type="checkbox"/> その他 (                      )</p>
<p><b>留学生特例措置 (履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等)</b></p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 有り (具体的には以下のとおり) ・留学生専用オリエンテーション有 ・後期に ALAC から学部に移行する際はライティング 6.0 点あればオーバーオール 6.5 点なくても、学部に移行できることがある。 ・交換留学生であり、申請しとけば、テストの際 1 時間につき 10 分の延長と、英語辞書を借りることができる。 <input type="checkbox"/> 無し</p>
<p><b>留学先大学でのサポート体制について (語学面/学校生活/住居・日常生活等)</b></p>	<p>ALAC コースでは IELTS の点数を上げるために(特にライティング)特化した授業がある。また HELPS という団体があり、英語を話せる機会が設けられること、IELTS の勉強ができる講座なども開講することがある。</p>
<p><b>留学開始後に行った留学先大学の手続き (学生証、履修登録、大学 ID の設定等)</b></p>	<p>学生証のための写真が必要でした(ネットで登録)。日本にいるときに使えるような写真を撮っていると便利。</p>
<p><b>授業外活動について (サークル、部活、インターン、フィールドワーク等)</b> ※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>オリエンテーション数日後に Clubs Day があり、そこでいろんなサークルや部活がブースを出しているの、そこで興味があるものに入った。新しい友達をつくるいい機会なので少しでも興味があれば、入っておくのがおすすめ。(参加費に 5 ドルかかることもある)</p>

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
8:00							
9:00	Environmental Chemistry- lecture						シドニー観 光
10:00					研究室で実 験		
11:00				Introduction to Materials -tutorial			
12:00		Introduction to Materials -U:PASS	Introduction to Materials -practical				
13:00							
14:00	授業の予習 (pre-lab 等)	研究室で実験		Introduction to Materials -lecture	Netball		
15:00							
16:00				研究室で実験			
17:00							
18:00	Environmental Chemistry - practical			Badminton			
19:00							
20:00						Badminton	
21:00							
22:00							
23:00							
24:00							

## 5. 留学成果とアドバイス

### 留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

まず語学に関しては、授業ではもちろん、ローカルの子や、サークルで仲良くなったと話す時も英語であるため、シドニーに来て半年たったあたりでローカルの子に英語上手になったといわれたときは自分でも英語の上達を実感していたときで客観的にもそのように評価してもらえて、英語の上達をより強く実感できた。またシドニーで IELTS を受講し、6.5 点をとれたことも大きな成果であり、自信にもつながった。

物事に取り組んでいく姿勢に関しては、シドニーでいろんなことに自分から一人で飛び込んでいける力をつけることができた。私は、シドニーに来た時、大学に友達がいなかったのので、友達をつくるためにたくさんのサークルに参加したり、イベントに飛び込んでいたりした。それによって、いろんなところで友達が増え、交友関係を広げることができた。これによって、コミュニケーション能力や積極性が大いに上達した。

### 同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関する事、生活全般に関する事など自由に記載してください）

大学で留学したいと思っている人、興味が少しでもある人は、まず留学した人に話を聞いてみたり、大学の国際課に行き情報をもったり、何かしらの行動を起こしてみてください！ 思っているだけでは留学できないし、ほんのちょっとのきっかけで私みたいに留学を決めるかもしれません。留学すれば、環境はもちろん、友達、1日の過ごし方など何もかもが変わります。だからこそひとまわりもふたまわりも成長するいい機会であり、新しい世界を自分の目で見て体験するのはすごく面白いです。人生が今まで以上に豊かになった気持ちになります。社会人になればなかなかできない経験なので、大学生のうちにぜひ挑戦してみてください！

### 留学を通しての感想

留学は自分がその 1 年間でどのように使うかで全く違ったものになると強く実感した。留学することを目的に来た人と、留学して何をしたいのかを考えている人では、その一年間で得るものが全く違った。留学している自分にどこまですれば満足するかは人それぞれで、そのハードルをどこに決めるかで左右されると思った。私にとってこの留学は「走り続けた」留学であった。留学期間中、自分の中で小さなゴールを目指し、達成すればまた新しいゴールに向かって走っていたそんな留学だった気がする。そのモチベーションとなったのは同じように留学している友達の頑張っている話を聞くこと、また共有することだった。あの子があれだけ頑張っているんだから自分も負けてられないといった気持ちでいろんなことに自分から挑戦していき、乗り越えていけたと思う。この留学で 1 年前より、精神的にも強くなれたし、たくましくなれたと確信している。この留学を武器に就活も乗り切っていきたい。