

2024-2025 岩手大学 海外留学 体験報告



目 次

○交換留学

4p	勢いで行った交換留学	台湾・高雄師範大学
6p	忘れられない10か月間	韓国・群山大学校
8p	テキサス留学	アメリカ・テキサス大大学
10p	谢谢大家! ~たくさんの出会いに感謝~	中国・西北大学
12p	自己成長ができた中国留学	中国・西北大学
14p	Allez à Bordeaux !!	フランス・ボルドーモンテーニュ大学大学
16p	フランス・ボルドー交換留学	フランス・ボルドーモンテーニュ大学大学
18p	アメリカ留学を振り返って…	アメリカ・アールム大学

○短期留学

20p	1日が30時間に感じる濃い毎日	タイ・プアンプログラム
22p	プアン・プログラム	タイ・プアンプログラム
24p	Puean Programでの体験	タイ・プアンプログラム
26p	Puean Programを経て	タイ・プアンプログラム
28p	はじめての海外：タイ	タイ・プアンプログラム
30p	プアンプログラムin タイ	タイ・プアンプログラム
32p	はじめての海外～挑戦と学びの旅～	タイ・プアンプログラム
34p	将来の視野が広がった1週間	タイ・プアンプログラム
36p	短期海外派遣プログラムの参加を通して	タイ・プアンプログラム
38p	海外数学教育実習	タイ・プアンプログラム
40p	発展途上国から考えるSDGs	SCIPフィリピン
42p	イロイロ学んだ短期留学	SCIPフィリピン
44p	フィリピンでの成長と大切な思い出	SCIPフィリピン
46p	私の人生の起点	SCIPフィリピン
48p	SDGsと文化を考えたフィリピン研修	SCIPフィリピン
50p	フィリピン、イロイロ市での10日間	SCIPフィリピン

54p	どたばた韓国研修	韓国・群山大学校
56p	韓国の良いところ発見隊！	韓国・群山大学校
58p	韓国研修	韓国・群山大学校
60p	海外研修での経験	韓国・群山大学校
62p	韓国伝統音楽を学ぶ	韓国・群山大学校
64p	全てが初めて！ 最高の2週間	韓国・群山大学校
66p	現地の方とも岩大の参加者とも 仲良くなれる短期留学	韓国・群山大学校
68p	学びが多かった韓国研修	韓国・群山大学校
70p	ドイツでの課題解決型短期研修2024	ドイツ・ドレスデン工科大学
72p	ドイツ課題研修	ドイツ・ドレスデン工科大学
74p	ドイツ研修による視野の変化	ドイツ・ドレスデン工科大学
76p	ドイツの街並みと人の関わり	ドイツ・ドレスデン工科大学
78p	人が好きになる二週間	中国・寧波大学
80p	15日間の中国の研修に参加してみて	中国・寧波大学
82p	視野が広がった海外研修	中国・寧波大学
84p	新しい発見がいっぱい	中国・寧波大学
86p	初めての海外	マレーシア・マラヤ大学
88p	2025 大学生訪中団	中国・日本中国友好協会
90p	言葉の壁を越えて見つけた、新しい自分	韓国・全南大学校
92p	Auburn大学獣医学部研修	アメリカ・オーバン大学

留学のタイトル：「勢いで行った交換留学」



留学先：台湾 高雄師範大学

留学期間：2024年2月～2025年2月（1年）

氏名：平栗詩子

留学した時の学年：3～4年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：地域政策課程

●留学の内容

私は台湾の高雄市にある高雄師範大学に交換留学に行きました。現地では主に中国語（台湾華語）を学んでいました。平日の午前中は大学に併設されている語学学校で世界中から集まったクラスメイトと語学を学び、午後は台湾人の学生さんに交じって大学の陶芸、料理、書道といった実技系の科目に参加していました。

●留学の動機

外国語を使う仕事に就きたいと考えていたにもかかわらず、この留学の前に参加した海外研修で海外の方とうまくコミュニケーションが取れなかったことから外国語を本気で学びたいと思いました。また、高校時代から留学に対して強い憧れがあったことも理由です。

●留学の成果

語学力が大幅に向上しました。留学前はほとんど話せなかったのですが（TOCFLA1ほど）、帰国前に受けたTOCFLではB2レベルにまで上がっていました。また、海外での生活は日本では感じる事のないストレスに常にさらされるので精神力も鍛えられました。

●スペシャルエピソード

大学で履修した実技系科目の単位振替自体はなかなか難しいですが、留学先として所属している学部に関係なく履修することができます。特に料理の授業では食品や調理道具名、調理過程の名前を予習しないといけなかったため大変でしたが、日本では経験できない台湾の芸術や食文化に触れることができ楽しかったです！

●これから留学したい人へアドバイス

留学に関心のある方はぜひ少しの勇気を持って行ってみてください！語学力、費用、時期的な問題等様々あって決断しにくい方もいらっしゃると思いますが、海外で積んだ沢山の経験は今後の人生に大きな変化を与えてくれます。タイトルにもあるように、私は上述した海外研修から帰国して1ヶ月で、大学3年生の10月下旬という周りが就活に本腰を入れ始めた時期に留学を決意しました。ギリギリの決断でしたが行って本当によかったです。迷っている方はぜひ後悔のないように前向きに検討してみてください。

●留学費用について

①総費用：約200万円

（内訳 渡航費往復10万円、学費50万円、宿舍費1ヶ月約1万円、光熱水費0円（宿舍費に含まれていました）、食費1ヶ月4万円、ビザ・保険料約11万円、健康診断費1万円、その他教科書・教材費、交遊費、日用品の購入、在留カード発行費など）

②費用負担 自己負担0円、親からの支援80万円、留学奨学金120万円

③使ったお金の割合：ほとんど現金です。クレジットカード等はほぼ使いませんでした。

●留学先宿舍について

・形態：寮、4人部屋

・家賃額：月約1万円（光熱水費含む・エアコン代のみ含まない）

・参考情報：エアコンは各部屋にあるプリペイドカードをその都度チャージして使っていました。

●語学力について

・現地で使用した言語：中国語（台湾華語） 英語はほとんど使用しません

・語学レベルUP：TOCFLA1ほどからTOCFLB2レベルにまで上がりました。

・適正レベル：留学前までにTOCFLB1レベルほどあればさほど苦労しないかと思います。（このレベルにまで引き上げてくる方はあまり多くない印象です…）

●ビザについて（取得した方）

台北駐日経済文化代表処で居留ビザを取得しました。オンラインで申請ができないため直接東京まで行く必要がありました。

●ネット環境及びその他の参考情報

携帯：大学の近くの中華電信というお店で数か月に一度データチャージをしに行っていました。

PC：寮の各部屋、大学構内に自由に使えるWi-Fiがあります。

●留学中の主なスケジュール（2024. 8～12）

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	語学学校	言語交換・予習・課題・試験勉強・遊ぶ
火曜/2日目	語学学校	授業1コマ・予習・課題・試験勉強・遊ぶ
水曜/3日目	語学学校	授業2コマ・予習・課題・試験勉強・遊ぶ
木曜/4日目	語学学校	授業1コマ・予習・課題・試験勉強・遊ぶ
金曜/5日目	語学学校	言語交換・予習・課題・試験勉強・遊ぶ
土曜/6日目	フリー（予習・課題・試験勉強・遊ぶ）	フリー（予習・課題・試験勉強・遊ぶ）
日曜/7日目	フリー（予習・課題・試験勉強・遊ぶ）	フリー（予習・課題・試験勉強・遊ぶ）



台北の有名な九份です



おいしい火鍋を食べに行きました！



大学の近くのビーチです

留学のタイトル：「忘れられない10か月間」



留学先：韓国／群山／都市／
群山大学

留学期間：2024年 3月～ 12月
(10ヶ月間)

氏名：鎌田 萌香

留学した時の学年：3年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程/

異文化間コミュニティ専修プログラム

●留学の内容

群山大学の日本語日文学科で10ヶ月間の交換留学を行いました。前期は主に大学に付属する語学堂に通いました。語学堂は月曜～金曜日の9時～13時までで、4技能をまんべんなく学習しました。後期は韓国人の学生と一緒に授業を受けました。日本語日文学科の授業の他に、メディアなどにも興味があったためメディア学科と英語学科の授業も履修しました。

●留学の動機

大学入学前から留学に行きたいと考えており、韓国ドラマやK-POPが好きだったため韓国を選びました。

大学1年生の時に担当の先生に留学の相談をしたところ、実際に韓国に来てみたいかというお話を頂き、その年の春休みに初めて韓国を訪れ、明知大学と群山大学を個人的に見学しに行きました。また大学2年生の時に参加した日韓協働研修で各大学の学生と交流しました。このような経験を通してより韓国に交換留学に行きたいという気持ちが強くなりました。ソウルの明知大学と群山大学のどちらに行こうかとても悩みましたが、日韓協働研修で群山大学の学生と交流した日々が忘れられなかったため、群山大学に行くことに決めました。

●留学の成果

1年で語学力がとても上がりました。友達との会話はもちろん、お店の人との会話も楽しめるようになりました。韓国ドラマや映画は字幕なしでも見られるようになり、また、韓国の文化に対する理解が深まったため内容をより楽しめるようになりました。

加えて、文化の違いに慣れる事は大変だということを知りました。留学に行く前は、韓国の文化は日本と似ているからそんなに困らないだろうと思っていましたが、実際に生活してみると思ったよりも文化に慣れるのが大変で、不便に感じる事も多かったです。異文化として理解していても、それを受け入れる事は難しいのだと実感しました。

韓国で過ごした10か月間だけでなく申請書作成など準備期間も含めて、留学に挑戦しなければできなかった経験がたくさんあり、人として一回り成長できたように感じています。

●スペシャルエピソード

後期に履修した英語学科の授業の内容がとても難しく、また専門用語が多いために韓国語を聞き取るのも大変でした。違う学科の授業だったので初めはわからないところを聞ける友人もおらず、履修を辞めたいと何度も思いました…。辛すぎて1人で泣いたこともあったくらいです。笑

でも授業で出会ったたくさんの韓国人学生や中国から来た留学生が何度も私を助けてくれました。グループ活動の時間になるとそれまでの内容を、知っている日本語を使いながらゆっくり教えてくれたり、期末レポートの添削をしてくれたりしました。彼らのお陰で大変な授業をやりきることができましたし、中国やブラジルなど韓国以外の学生とも交流できた貴重な時間となりました！授業を通して仲良くなった韓国人と中国人の学生とは今でも連絡を取り合っています！

●これから留学したい人へアドバイス

韓国に留学に行こうか悩んでいる方はまず短期研修に行くことをお勧めします！韓国語能力を伸ばしたい方は1年留学する事をお勧めします。私は後期に入ったあたりから友人と韓国語で会話できるようになりました。

留学でしかできない経験があると思います。国際課の方はとても優しいので悩んでいる方は一度国際課に相談してみてください！

●留学費用について

①総費用：約90万円～

（内訳 渡航費 往復約6万円、学費 0円、宿舍費 約30万円（光熱水費込）、食費 約15万円、ビザ・保険料 約10万円、自由（国内旅行費など） 約20万円・・・）

②費用負担 自己負担 10万円、親からの支援 60万円、留学奨学金 20万円

③使ったお金の割合：現金30%、クレジットカード（JCB） 10%、その他（現地の銀行のキャッシュカード） 60%

●留学先宿舎について

・形態：大学寮

・家賃額：1学期（約3か月）約15万円（光熱費・食費・保証金約2万円含む）

・参考情報：2人1部屋。ベッド、机、いす、物干し、クローゼット（小さめ）あり。布団は各自用意（大学から6千円で購入可）電子レンジ、洗濯機、冷蔵庫は共用。食事は平日3食、土日祝日2食付き

●語学力について

・現地で使用した言語：韓国語

・語学レベルUP：TOPIKⅡ3級から前期終了時点でTOPIKⅡ6級を取得できる程度まで上がり、
留学終了後には店員さんとのやりとりや友人との会話で困ることがほぼ無くなりました。

・適正レベル：日本語日文学科の学生が日本語上手なので読み書きができれば生活できると思います。
ですが語学力があるとより楽しめます。

●ビザについて（取得した方）

盛岡の民団で申請したので手数料が2千円程かかりました。申請に必要な書類が多く、またビザが届くまでに3週間ほどかかるので早めに申請する事をお勧めします。

●単位互換について（該当ある方）

単位については群山大学のシラバスを見ながらその都度担当の先生と話し合いました。主に複合エスニシティ論等の担当先生の授業で振り替えました。

●ネット環境及びその他の参考情報

iPadを持っていきましたがとても便利でした。個人的にPCよりおすすめです。

寮を含む大学内はWi-Fiが完備されています。simについてはE-simを3か月ごとにネットで購入していましたが高いのでお勧めしません....。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	授業（英語学科）	授業（日本語日文学科）
火曜/2日目	授業（日本語日文学科）	授業（メディア学科）
水曜/3日目	授業（日本語日文学科）	授業（英語学科）
木曜/4日目	授業（日本語日文学科）	授業（メディア学科）、友人と遊びに行く
金曜/5日目	友人と遊ぶ/カフェでのんびり	友人と遊ぶ/カフェでのんびり
土曜/6日目	部屋でまったり	部屋でまったり
日曜/7日目	カフェでのんびり	課題



友達とソウルに遊びに行って、
漢江でラーメン！



友達と何度も楽しんだ推理系
ボードゲーム 7



趣味のカフェ巡り！韓国はカフェが多
くて天国でした(^^)

留学のタイトル：「 テキサス留学 」



留学先： アメリカ／テキサス／オースティン／
University of Texas at Austin

留学期間： 2024年 8月～ 2025年5月

氏名： 那須野祥大

留学した時の学年： 3年

学部・研究科名： 人文社会学部

学科・課程名・コース名： 人間文化

●留学の内容

私はアメリカのテキサス大学オースティン校で、国際関係、異文化関係を中心に学びました。授業は週に同じ内容を繰り返すスタイルが多く、一つの分野をじっくりと深く学ぶことができました。中でもグループワークが多く、特に英語でのディスカッションや意見交換は当初大きな挑戦でしたが、貴重な学びの機会にもなりました。生活面では、現地学生とのルームシェアを経験しました。文化や生活習慣の違いから、最初は戸惑うこともありましたが、お互いに理解を深めながら生活する中で異文化理解が深まりました。友人関係にも恵まれ、多様なバックグラウンドを持つ学生たちと交流することで視野が広がりました。授業以外にも様々なイベントや活動に参加し、現地の学生生活を積極的に楽しみました。

●留学の動機

もともと英語の音楽が好きで、歌詞の意味を理解したい、もっと自然に英語を話せるようになりたいという思いから、英語への関心が高まりました。その延長で「実際に英語圏で生活してみたい」「現地で生きた英語を学びたい」と考えるようになり、自然と留学に興味を持つようになりました。特にアメリカは多様な文化や価値観が交わる国であり、その環境の中で自分の視野を広げ、国際的な感覚を身につけたいと思い、交換留学を志望しました。

●留学の成果

今回の留学を通して、語学力はもちろん、自分で考えて行動する力や異文化の中で柔軟に対応する力が身につきました。特に、全ての授業や手続きを英語でこなさなければならない環境はとても大変でしたが、そのぶん実践的な英語力と自信が得られました。また、現地の学生とのグループワークや日常生活を通して、異なる意見や価値観を受け入れる姿勢が自然と身につきました。自分の考えを伝える力や、相手の立場に立って物事を考える力も向上したと感じています。語学だけでなく、人間関係や学びの姿勢においても、大きな成長を実感することができた貴重な経験となりました。

●スペシャルエピソード

現地で驚いたことのひとつは、毎週末に行われるパーティです。日本ではあまり馴染みがないような規模や雰囲気のパティが毎週のように開催されていて、最初はその盛り上がりや頻度にとても驚きました。参加する中で、アメリカの学生たちがどのように人とのつながりを築いているのか、どんなふうにリラックスして楽しんでいるのかを知ることができ、文化の違いを実感すると同時に、それを受け入れて自分なりに楽しむことの大切さも学びました。異文化を体験することの面白さを強く感じた出来事です。

●これから留学したい人へアドバイス

留学を考えている方にぜひおすすめしたいのは、実践的な英語の勉強をしておくことです。現地では、授業はもちろん、日常生活のあらゆる場面で英語が必要になります。特に、授業中のディスカッションや手続き関係のやり取りなど、教科書には載っていないような生きた英語を使う場面が多くあります。そのため、リスニングやスピーキングの練習を通して、実際に使える英語力を身につけておくと、現地での生活がよりスムーズになると思います。留学は大きな挑戦ですが、それ以上に得られるものも大きいです。ぜひ思い切って飛び込んでみてください！

●留学費用について

①総費用：約250万円

（内訳 渡航費20万円、学費0円、宿舍費180万円、食費30万円、ビザ・保険料5万円、お土産代他15万円、・・・）

②費用負担 親からの支援

③使ったお金の割合：現金0%、クレジットカード（visa） 100%

●留学先宿舎について

- ・形態：寮とアパートの間
- ・家賃額：月額 約19万円（光熱費、水道代含む）
- ・参考情報：

●語学力について

- ・現地で使用した言語：英語
- ・語学レベルUP：スムーズな日常会話
- ・適正レベル：簡単なゆっくりの日常会話

●ビザについて（取得した方）

アメリカへの交換留学のため、F-1ビザを取得しました。申請には大学から発行されるI-20の書類が必要で、オンラインでの申請フォーム記入やビザ面接など、準備には時間と手間がかかりました。英語での対応が必要な場面も多かったですが、早めに準備を進めることでスムーズに取得することができました。

●単位互換について（該当ある方）

●ネット環境及びその他の参考情報

大学内及びキャンパス付近では大学のwifiが使えました！他ではe-simを買って対応しました。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	授業	授業、課題など
火曜/2日目	授業	授業、バイト
水曜/3日目	授業	授業、課題など
木曜/4日目	授業	授業、バイト
金曜/5日目	休み、課題など	休み、課題など
土曜/6日目	課題など	友達と遊ぶ
日曜/7日目	課題など	友達と遊ぶ



写真①コメント



写真②コメント



写真③コメント

留学のタイトル：「谢谢大家！～たくさんの出会いに感謝～」



留学先： 中華人民共和国／陝西省／西安市／西北大学
留学期間： 2024年 8月～ 2025年 7月
(1年)

氏名： 渡部 真菜
留学した時の学年： 3年
学部・研究科名： 教育学部
学科・課程名・コース名： 学校教育教員養成課程
小学校教育コース国語サブコース

●留学の内容

西安にある西北大学で授業を受けました。授業の科目は、総合・听力・阅读・写作・口语などがあり、中国語を使って中国語を学ぶ形でした。また、西安は唐代の都だったため、歴史的な建造物や有名な博物館があります。休みの日などを利用して、そういったところに行き、実物を見たり、歴史を学んだりしました。日常生活では、中国人との交流もありますが、他国から来た留学生と関わることも多く、違う国の文化や言葉も学ぶことができました。

●留学の動機

中国語を以前から学んでいましたが、もっと話せるようになりたいと思ったからです。また、姉がコロナ禍で留学に行きたくても行けずに大学を卒業する姿を見て、私が行こう！と思いました。

●留学の成果

最初は、中国語で話しかけられても全然聞き取れず、自分が話しても相手に伝わらなくて困りました。ですが、生活しているうちに徐々に聞き取れるようになり、私自身も言いたいことをだんだんと言えるようになりました。1年の留学を終える頃には、コミュニケーションには困らない程度になりました。

●スペシャルエピソード

朝、太極拳をやりたいと思い、公園でたまたま見つけたグループに入れてもらっていました。次第にグループの中の1人のおばさんと仲良くなり、山登りや郊外の遺跡に連れて行ってもらったり、美味しいご飯をごちそうしてもらったりしました。とても良くしてもらい、今でも本当に感謝しています。

●これから留学したい人へアドバイス

留学に興味はあるけれど迷っている人がいたら、思い切って行くことをおすすめします！私も行くか迷ったけれど、行って良かったと思うからです。西安で中国語を学ぶ過程で、いろんなものを見て、食べて、文化も言葉も違う国々の人たちとも接して、予想以上にたくさんの収穫がありました。みなさんにとってもきっと良い経験になると思います。

●留学費用について

①総費用：約150.9万円

（内訳 渡航費約16万円、学費（岩手大学へ）53万円、宿舍費38万4000円、光熱水費2万円弱、食費約20万円、ビザ・保険料11万5000円、お土産代他約10万円、・・・）

②費用負担 自己負担・親からの支援57.9万円、留学奨学金93万円

③使ったお金の割合：現金5%、微信・支付宝のQRコード決済95%（VISAカード・中国交通銀行の口座と紐づけ）

●留学先宿舍について

- ・形態：大学の中にある寮（2人部屋に1人）
- ・家賃額：1年 384000円（光熱費を含まない）
- ・参考情報：4号楼に住んでいました。4号楼は各部屋にシャワーとトイレがついています。他には総合楼や8号楼、ホテルがあります。

●語学力について

- ・現地で使用した言語：中国語
- ・語学レベルUP：HSK6級合格
- ・適正レベル：交換留学に語学レベルの条件はありませんでしたが、HSK4級程度をもっていると授業についていきやすいと思います。

●ビザについて（取得した方）

札幌の中国総領事館に行って申請しました。

●ネット環境及びその他の参考情報

大学や寮にWi-Fiがありますが、接続が良くなかったので使いませんでした。ですが、携帯のギガが毎月かなりあったため、困ることはありませんでした。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	中国語の授業、学食でご飯	中国語の授業、友達と過ごす、宿題
火曜/2日目	中国語の授業、学食でご飯	中国語の授業、友達と過ごす、宿題
水曜/3日目	中国語の授業、学食でご飯	中国語の授業、中国医学の授業
木曜/4日目	中国語の授業、学食でご飯	友達と過ごす、宿題
金曜/5日目	買い物や公園などに行く	中国語の授業、友達と過ごす
土曜/6日目	公園で運動、観光、外食など	昼寝、中国語の勉強、宿題
日曜/7日目	観光、買い物など	観光、買い物など



写真①兵馬俑一号坑



写真②長恨歌の舞台のワンシーン



写真③四川省で見たパンダ

「 自己成長ができた中国留学 」



留学先： 中国／陝西省／西安／
西北大学

留学期間：2024年 8月～2025 7月

氏名：毛塚けいと

留学した時の学年：3年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

私は交換留学生として、中国陝西省西安市にある西北大学へ一年間留学しました。主に中国語の習得を目的とした語学留学で、授業では文法や会話、リスニングなどを幅広く学びました。授業以外でも、世界各国から来た留学生たちと交流し、中国文化を体験するさまざまな課外活動に参加しました。現地での生活を通して、語学力だけでなく異文化理解も深まりました。

●留学の動機

大学2年の夏に大連理工大学のサマースクールに参加したことをきっかけに、中国への関心が高まりました。現地で多くの友人ができ、中国の文化や人々の温かさに触れた経験から、さらに深く学びたいと思い、この留学を志望しました。

●留学の成果

留学を通じて、中国語能力の向上に加え、さまざまな国の文化や価値観を学ぶことができました。また、異国での生活を通して時間や生活面を自分で管理する力も身につけ、大きな成長を得られました。

●スペシャルエピソード

留学を通して最も良かったことは、多くの友人ができたことです。授業や課外活動を通じてさまざまな国の人と出会い、互いの文化や考え方を共有することで貴重な経験ができました。また行きの飛行機で聞き取れなかった中国語が帰りの飛行機で聞き取れたときは感動しました。

●これから留学したい人へアドバイス

自分は中国語も英語もあまり得意でない状態で留学しました。最初は言葉の壁に苦労しましたが、現地での生活や交流を通して、帰国する頃には大きく成長できました。もちろん留学前の勉強も大切ですが、完璧である必要はありません。大事なのは挑戦する気持ちと、現地で学び続ける姿勢です。

●留学費用について

①総費用：890,000円

（内訳 渡航費 85,000円（成田→北京経由→西安 往復）、学費 0円、宿舍費 320,000円、光熱水費 20,000円、食費 300,000円、ビザ・保険料 115,000円、お土産代他 50,000円）

②費用負担：自己負担 50,000円、親からの支援 200,000円、留学奨学金 930000円

③使ったお金の割合：現金 5%、クレジットカード（VISA／Alipay連携含む）90%、その他（WeChat Payなど）5%

●留学先宿舎について

- ・形態：大学寮
- ・家賃額：1年 額 320000円（光熱費費含まない）
- ・参考情報：

●語学力について

- ・現地で使用した言語：中国語
- ・語学レベルUP：HSK4級レベルから6級レベルに
- ・適正レベル：HSK 4 級

●ビザについて

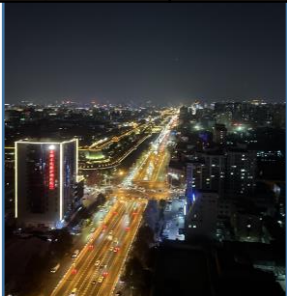
X1ビザで入国した(30日間)
その後中国で1年間の更新をしました

●ネット環境及びその他の参考情報

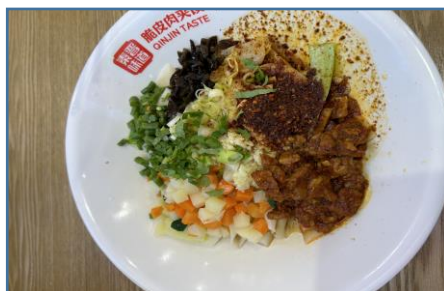
パソコン スマートフォンは持って行ったほうがいいです

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	大学の授業	大学の授業
火曜/2日目	大学の授業	大学の授業
水曜/3日目	大学の授業	大学の授業
木曜/4日目	大学の授業	大学の授業
金曜/5日目	大学の授業	大学の授業
土曜/6日目	観光	観光
日曜/7日目	観光	観光



写真①大学の近く



写真②西安の面



写真③西安の人々

留学のタイトル：「 **Allez à Bordeaux !!** 」



留学先： フランス／ボルドー
ボルドーモンテーニュ大学
留学期間： 2024年9月～2024年5月
(8か月/ 2 学期)

氏名： 亀田菜月
留学した時の学年： 2 年後期～ 3 年前期
学部・研究科名： 人文社会科学部
学科・課程名・コース名： 人間文化課程

●留学の内容

フランス南西部に位置するボルドー市にあるボルドーモンテーニュ大学の語学施設（DEFLE）に2セミスター交換留学を行いました。授業では主にフランス語やフランス社会、文化についてをフランス語で学びます。

●留学の動機

もともと海外留学に関心があり、第二外国語でフランス語を選択していた事がきっかけでフランス留学を考えるようになりました。フランス語専攻ではありませんが異文化での留学生活は日本という国を改めて見つめ直す機会になるのではと期待し飛び込んでみました。

●留学の成果

フランス語能力が伸びた。日本で留学生と交流するだけでは得られなかった異文化交流が出来て、ありきたりだが世界観が広がった。百聞は一見に如かず！フランス社会の洗練を受けて遅くなった。

●スペシャルエピソード（？）

寮にフリーboxがあり、フライパンや掃除道具などはそこで拾い集めた。RPGみたいだなと思った。私も退去する時に色々な物を寄付した。カオスな生活は楽しかったがお金で失敗する事が多くて自分の馬鹿さを嘆いて枕を濡らす夜もあった。

●これから留学したい人へアドバイス

何でも早めに行動しましょう。日本でする手続きもフランスでする手続きも多い上に時間が掛かるので先延ばしにすると本当に病みます。お金があれば色々な物が手に入りますがお金が無くても全然楽しめます。

●留学費用について

①総費用：約170万円

（内訳 渡航費 25万円、学費 50万円（交換留学なので岩手大学にお支払い）、宿舎費 約4.5万×9か月＝約40万、ビザ・保険料 18万円、食費 約4万×9か月＝約36万）

②費用負担 自己負担20万円、親からの支援 80万円、留学奨学金 20万円、奨学金の貯金 50万円

③使ったお金の割合：クレジットカード100%、（たまに観光施設のトイレ使用に小銭）

●留学先宿舎について

- ・形態：大学寮 9平方メートル 一人暮らし
- ・家賃額：260ユーロ/1か月（電気、ガス、水道、Wi-Fi含む）
- ・参考情報：洗濯・乾燥には別途料金が掛かる（3～11ユーロ）

●語学力について

- ・現地で使用した言語：フランス語（たまに英語）
- ・語学レベルUP：A2→B1（個人差あり）
- ・適正レベル：語学学校で入るクラスによりますが簡単な会話くらいは出来ると心強い

●ビザについて（取得した方） 学生ビザ（2024年9月～2025年7月）

●単位互換について（該当ある方） ヨーロッパ語圏プログラム（副専修）16単位

●ネット環境及びその他の参考情報 Wi-Fiは学生寮からも大学からも提供がある パソコンは持って行った方が良い

●留学中の主なスケジュール <後期>

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	Compréhension des écrite	Grammaire/Cultures
火曜/2日目		
水曜/3日目	Cultures/Orale	Phonétique/Orale
木曜/4日目		
金曜/5日目	Grammaire/Orale	
土曜/6日目		
日曜/7日目		



写真① カンコンス広場のジロンド像



写真② 授業風景



写真③ 名物カヌレとトラム

留学のタイトル：「 フランス・ボルドー 交換留学 」



留学先： フランス／ボルドー

ボルドー・モンテーニュ大学

留学期間： 2024年 9月～12月（4か月）

氏名：白石 真緒菜

留学した時の学年：2年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

ボルドー・モンテーニュ大学付属の語学学校DEFLEでフランス語を勉強します。事前にオンラインで受けたテストによってクラス分けされます。クラスには様々な国の人があり、フランスだけでなく多くの国の文化に触れることができます。大学内で行われている様々なイベントやサークルに参加することができます。留学生向けのイベントも多くあります。

●留学の動機

海外経験が全くなかったため、大学入学前から留学をしてみたいと考えていました。フランスの歴史が好きだったこと、フランスの芸術、建築、文化、ファッション等に興味があったことからフランス語を選択し、フランス語を勉強している中でフランス語を話せるようになりたい、現地でフランス語を使ってコミュニケーションをとってみたいと思うようになりました。

●留学の成果

語学の成長はもちろん、日本語が通じない異国の地で物事を解決したり、新しいことに挑戦したり、自分自身も大きく成長できたのではないかと感じています。今まで経験したことないことをたくさん経験でき、自分に自信ができました。

●スペシャルエピソード

フランスの人はとても温かいなと思いました。街中でもたくさんの人が挨拶をしてくれて、ありがとうやごめんなさいをしっかり言葉にしてくれます。また、重たい荷物を持っているとき、どこへ行っても手伝ってくれる人がいて本当に嬉しかったです。

●これから留学したい人へアドバイス

本当に良い経験が出来たと思っています。少しでも興味があったら行くことをおすすめします。

●留学費用について

①総費用：約75万円

(内訳 渡航費 約25万円、宿舍費 約16万円、食費 約7万円、ビザ・保険料 約10万円、お土産代他 約17万円)

②費用負担 自己負担 60万円、留学奨学金 15万円

③使ったお金の割合：現金 5 %、クレジットカード (VISA、Master) 95%

●留学先宿舍について

・形態：大学内の寮

・家賃額：月 約4万円 (水道・光熱費含む)

・参考情報：9㎡。長机、椅子、クローゼット、トイレ、シャワー、ベッド有り。キッチンと同じ階の人と共用。洗濯は大学内のコインランドリーを利用。

●語学力について

・現地で使用した言語：フランス語

・語学レベルUP：最初は先生の話を聞き取るのも大変だったが簡単な会話を楽しめるくらいになった。

・適正レベル：事前のテストによってクラス分けされるためどのレベルでも個人に合った授業を受けることができるが、ある程度の語学力があった方が楽しめる。

●ビザについて (取得した方)

必要書類が多く大変なので早めに準備を進めると安心。

●単位互換について (該当ある方)

6科目分振り替えられる。

●ネット環境及びその他の参考情報

パソコン、スマートフォンを持って行った。学内、寮内にWi-Fi有り。Free mobileのSIMカードを利用。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	自由	授業(口頭、発音)
火曜/2日目	自由	授業(リスニング、口頭、作文)
水曜/3日目	自由	自由
木曜/4日目	授業(口頭、作文)	授業(リスニング、口頭、読解)
金曜/5日目	授業(読解、作文)	自由
土曜/6日目	自由	自由
日曜/7日目	自由	自由



ボルドーの街並み



学食



ピラ砂丘

留学のタイトル：「アメリカ留学を振り返って...」



留学先：アメリカ合衆国／インディアナ州／リッチモンド／
アーラム大学

留学期間：2024年8月～2025年5月
(9か月間)

氏名：大石 真央

留学した時の学年：4年

学部・研究科名：農学部

学科・課程名・コース名：共同獣医学科

●留学の内容

2024年からの9か月間、アメリカインディアナ州リッチモンドのリベラルアーツカレッジ、アーラム大学に交換留学しました。留学中は、主に政治学の授業を履修し、将来関わりたいと考えている動物由来感染症分野での国際協力のキャリアに必要な政策立案に結びつく、基礎的な政治学的知識・交渉の経験を得ることができました。また、専門分野である寄生虫学も履修し特にヒトマラリアに関する理解を深めることができました。クラブ活動では、アメリカの公共保険制度Medicaid・SNAPの連邦・州予算削減に対するロビー活動に参加していました。さらに、滞在中の冬休み・留学終了後にはWWOOFを利用してアラバマ州の小規模農家およびカリフォルニア州の野鳥保護活動のボランティアもしました。

●留学の動機

- ① 大学入学当初から何らかの形で留学をしたいと考えていた。
- ② 獣医師として途上国での国際協力の仕事に興味を持っていた。
- ③ 将来、海外で働くには語学力が圧倒的に足りなく、英語を目標をもって勉強するきっかけが欲しかった。
- ④ COVID-19のパンデミック下での国際情勢(主に政治分野)に興味を持っていた。

最終的にこれらの4つを満たすのが今回参加したアーラム大学の交換留学と考え参加しました。

●留学の成果

留学で得られた最も大きな成果は、やはり学術的に政治学を学べたことです。外交・比較政治学・アフリカ政治学の学習を通じて、普段が自分が目に見ている報道に対する見方が変わってくる過程がとても楽しかったです。また、留学中にはアメリカの大統領選挙があり、その話題を通じて授業や学内イベント、クラブ活動でアメリカ国内外での問題意識を共有できたことも大きな成果でした。また、偶然ではありますが専門である寄生虫学を履修する機会があり、ヒトマラリアのワクチン開発に関する学習およびインディアナ州で発生している寄生虫の自由研究もできました。

●スペシャルエピソード

パレスチナの親友ができたことです。日本のアニメが好きとあって日本に渡航したことがないのにもかかわらず日本語がほぼ完璧に話せていました。スゴイ。毎日、深夜まで勉強しながら一緒にコーヒーを飲んだり、週末は映画を見たりと楽しい時間を共有するとともに、イスラム教やパレスチナ問題に対することもたくさん教えてもらいました。将来、日本に来るとズーッとと言っていたのでまた会えるのを楽しみにしています。

●これから留学したい人へアドバイス

少しでも留学に興味があればぜひ国際課に行くべきです。ぼんやりとした動機でも留学始まるまでには、確固とした目標を見出せると思います。そして、留学が終わるころには1つの大きな物事をやり遂げたと大きな自信につながるはず。語学力などの準備に対する不安があっても、説明会などにぜひ足を運んでみてください。留学がすでに決まっている人は、これから大変なことがたくさん待ち受けていると思います。しかし、たいいていのことはどうにでもなるので、重く捉えず楽しむことを意識してください。最終的には、きっと大きな経験になるはずです。

● 留学費用について

①総費用：368万円(引越し・TOEFL代含めると+50万円くらい)

(内訳 渡航費30万円(HND⇄DAY)、学費60万円(岩手53万円・アラム7.5万円)、宿舍費120万円(7386USD)、食費/ミールプラン95万円(6108.5USD)、ビザ・保険料12.5万円、ビザ8.4万円、ワクチン18.7万円、交通費1.5万円、旅費(WWOOFアラバマ・カリフォルニア)12万円、その他/雑費(eSIM等)10万円)

②費用負担 親からの支援、留学奨学金97万円(JASSO奨学金)、現地バイト代817.5USD

③使ったお金の割合：現金0.3%、クレジットカード(JAL・ANA学生カード)15%、デビットカード(JALGlobalWallet・ChaseBank)44%、銀行振込40%

● 留学先宿舍について

・形態：大学内宿舍(2・3人部屋)

・家賃額：3693USD/Semester(光熱費含む・冬休み期間10USD/日含まない)

・参考情報：Freshmanの寮が2種類ありますが、交換留学生はTransfer扱いなのでどの寮も希望できません。冬休み期間(約1ヶ月半)中は別途10USD/日(例年は20USD)かかり、別の寮に一時的に引っ越しします。私は、寒いのが嫌だったので個人的に南部アラバマ州にWWOOFでファームステイしていました。

● 語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：授業中何を言っているのか全く分からない・会話するのがとってもしんどい
→授業中の言っていることがある程度分かる・会話するのがしんどい

・適正レベル：TOEFL79点以上

(正味、英語力というよりはコミュニケーション能力や忍耐力の方が大事な気がします)

● ビザについて

J-1ビザ

● 単位互換について

互換できる単位はありませんでした。

● ネット環境及びその他の参考情報

学内どこでもWi-Fi飛んできます。最初のオリエンテーションで電話番号付きのeSIM(Mint)の案内がありました。

● 留学中の主なスケジュール(春学期)

曜日/日程	午前	午後
月曜/1日目	授業(寄生虫学・比較政治学・アフリカ政治学)	バイトミーティング・授業(英語スピーチ)・課題
火曜/2日目	バイト	バイト・課題
水曜/3日目	授業(寄生虫学・比較政治学・アフリカ政治学)	課題
木曜/4日目	課題	クラブミーティング・授業(英語スピーチ)・課題
金曜/5日目	授業(寄生虫学・比較政治学・アフリカ政治学)	授業(寄生虫学実習)・課題
土曜/6日目	睡眠	課題
日曜/7日目	睡眠	課題



写真①
友達と



写真②寄生虫学の自由研究で川の水の採取中



写真③Diplomacyの授業の模擬国連

留学のタイトル：「 1 日が 3 0 時間に感じる濃い毎日 」



留学先： タイ王国／バンコク
プアンプログラム

留学期間： 2025年 1月4日～1月15日

氏名：加藤 開

留学した時の学年：3年

学部・研究科名：教育学部

学科・課程名・コース名：小学校教育コース

●留学の内容

1. サイアム大学の日本語コースの学生との交流

タイに古くからある寺院や市場などを一緒に巡り、タイの文化や歴史、様子について学ぶことができた。会話を重ね、経験を共有することによって、異文化理解が深まっていた。

2. 市内の中学校・高校にて英語の教育実習

英語の授業を50分×10コマ程おこなった。学生、現地の先生との会話や日常生活で毎日英語を使うことが授業のスムーズな進行につながった。

●留学の動機

英語の教員免許を取得するうえで、このプログラムが自身の授業スキルや英語能力の向上に役立つことに加え、現地の教育現場を体験することで、今後授業を作る際によりグローバルな視点を取り入れることができると考えたため。

●留学の成果

最初は日本語を使うことのできない環境が苦しく、授業にもあまり自信を持てない状況だったが、生活するうちに英語を使うことが身近なものとなり、一緒に参加した日本人の友人とも英語で会話をしたり授業のトラブルにもその場で対応することができていた。

●スペシャルエピソード

ホテルのシャワーが故障していて三日ほどコールドシャワー生活をする必要があった。限られた時間で自分のタスクをこなす必要もある中で、拙い英語でフロントとコミュニケーションを取ることは、予想外の出来事にも動じずに着実に対応するという良い男磨きの機会となった。

●これから留学したい人へアドバイス

多くの人が留学に行ったほうが良いと言っている理由が、行けばわかります。その期間の長短にかかわらず留学という経験は確実にあなたを大きく成長させます。

どんどん過ぎていく学生期間に、少しでも留学の選択肢があるなら多少無茶をしてでも参加することをおすすめします。

●留学費用について

①総費用：約23万円

（内訳 渡航費約15万円、移動費2万5千円、宿舍費1万8千円、食費1万円、ビザ・保険料8千円、お土産代他2万円、・・・）

②費用負担 自己負担7万円、親からの支援8万円、留学奨学金8万円

③使ったお金の割合：現金90%、クレジットカード（VISA）10%

●留学先宿舎について

・形態：ホテル

・家賃額：10日1万8千円（朝食費含む）

・参考情報：Wi-Fiと近くにコインランドリー、コンビニ有

●語学力について

・現地で使用した言語：英語、日本語

・語学レベルUP：授業で扱う英語紙についた。会話の中で以前より頭に英語が浮かぶようになった。

・適正レベル：日常会話と、YES/NOだけでなく自分の考えを主張をできるくらい。

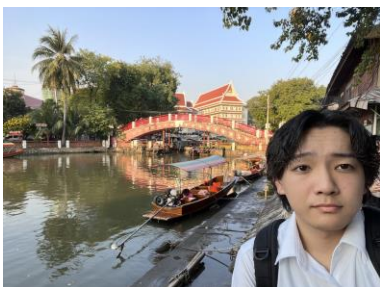
●ネット環境及びその他の参考情報

通信環境が不安だったのでe-simを契約しました。（10日間無制限テザリング可能で約3500円）あまり使わなかったのもっと安いプランで良かった。

現地の先生から借りることはできるが、パソコンとプロジェクターを繋ぐアダプターは自前のものがあると便利。

●留学中の主なスケジュール

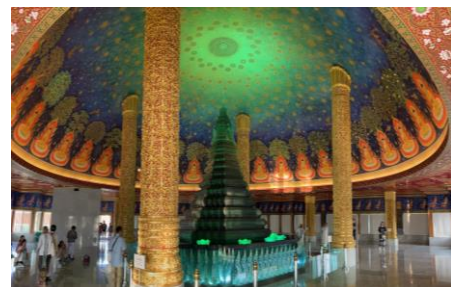
曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	授業、参観	授業準備、ミーティング
火曜/2日目	〃	〃
水曜/3日目	〃	〃
木曜/4日目	〃	〃
金曜/5日目	〃	〃
土曜/6日目	観光（サイアム大学の学生と）	観光・夕食
日曜/7日目	〃（現地の先生方と）	観光・夕食



通学路の川



ツルハドラッグ



実習校近くの寺院

留学タイトル：「 プアン・プログラム 」



留学先：国／地域／都市／ タイ／バンコク
機関 名 サイアム大学

留学期間：2025年 1月～ 2週
(●年or●月or●週)

氏名：佐野 友菜

留学した時の学年：3年

学部・研究科名：教育学部

学科・課程名・コース名：学校教育教員養成課程・小学校教育コース

●留学の内容

本留学は、バンコク市内の小学校・中学校における英語・日本語教育実習である。日本の文化に関する内容をタイの子どもたちに英語を使って授業を行った。日本語教育実習では、日本語を専攻しているタイの学生に日本語を使って授業を行った。

●留学の動機

海外での教育実習という経験を通して、自分の指導力、そして英語力を向上させたいと思ったため。また、今回の留学のような日本とタイといった文化的交流を実際に行い、価値観や考え方に変化を与え、新たな考えを構築したいと考えたから。

●留学の成果

今回の留学を通して、オールイングリッシュで授業をやりきるという力や臨機応変に対応する力が向上したと思う。また、現地の子どもたちや先生方ともたくさん関わったことが自分にとって大きな経験となったのが良かった。

●スペシャルエピソード

留学先では、授業の他にもタイの文化に触れる機会がたくさんあり、特にタイドレスを着たり、ゾウに乗ったりしたことが素晴らしい思い出として残っている。ホテルのウォシュレットのホースが勝手に壊れていたことが焦った。

●これから留学したい人へアドバイス

もし、行くことに迷っているのであれば、ぜひ行ってみてください！海外に行くことで得られる経験は、行ってみないと分からないこと、感じられないことがたくさんあります。日本以外の文化に触れることは、自身の生活や価値観についても考え直すきっかけにもなります。留学に関して分からないことは、周りにいるたくさんの人が支えてくれます。みなさんが留学に行き、良い経験、そして学びが得られることを期待しています！

●留学費用について

①総費用：約240000円

（内訳 渡航費155730円、宿舎費 約20000円、食費 約10000円、ビザ・保険料 約4000円、お土産代他 約15000円、eSIM 約4000円 新幹線代 約30000円 ）

②費用負担 自己負担 40000円、親からの支援 100000円、留学奨学金 100000円

③使ったお金の割合：現金85%、クレジットカード 15%、トラベルプリペイドカード（カード名） 0%、その他（具体的に記載） 0%

●留学先宿舎について

- ・形態：ホテル
- ・家賃額：日・週・月 額 x x x 円（●●費含む・含まない）
- ・参考情報：

●語学力について

- ・現地で使用した言語：英語
- ・語学レベルUP：2週間弱の留学であったため、劇的な変化はないが、リスニング能力は向上したと思う。
- ・適正レベル：英検準1級相当

●ビザについて（取得した方）

●単位互換について（該当ある方）

●ネット環境及びその他の参考情報

私物パソコン、スマホはもちろんのこと、eSIMを購入するのをお勧めします。短期間の場合は、無制限プランを購入すると、WIFI環境が整っていなくても自分のスマホとデザリングできるのでおすすめです。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	授業をしたり、見たりする 学食ランチ	授業をしたり、見たりする 外食
火曜/2日目		
水曜/3日目	2～5日目同様	
木曜/4日目		
金曜/5日目		
土曜/6日目	サイアム大学の学生と交流	サイアム大学の学生と観光
日曜/7日目	現地の学校の先生とアユタヤツアー	アユタヤ観光、バンコクで食事



写真① 授業の様子



写真② タイのデザート



写真③ 観光の様子

留学のタイトル：「Puean Programでの体験」



留学先： タイ／バンコク

留学期間： 2025年 1月5日～1月15日

氏名： 高橋 良沙

留学した時の学年： 3年

学部・研究科名： 教育学部

学科・課程名・コース名： 小学校教育コース英語サブコース

●留学の内容

タイの中学校・高校にて、日本文化について英語を用いて授業を行う。(約8時間分)また、英語に加えて日本語での授業も行う。(約2時間分)

●留学の動機

私は教員を目指しており、3年次の教育実習を経て自分自身の指導に関する技量や自信の面で力不足であると痛感した。そこで、海外で教育実習を行うという大きな経験は自分自身の中での今後の自信に繋がると考えたからである。そして、海外で授業を経験することで、自信を持って教員を目指したいと考えたからである。また、私は海外に言ったことが無かったため、海外に行き異国の文化を楽しみたいと感じたことも理由の1つであった。海外の生徒たちはどのような暮らしをしているのか、環境はどのようなものかなどを自分の目で体験したいと思ったからである。

●留学の成果

タイの生徒たちは、想像していたよりも活発で明るい子が多く、自分自身も非常に楽しみながら授業を進めることが出来た。生徒と教員との関わり画活発に行われることで、授業が効果的に進むということを改めて学んだ。また、授業中の生徒たちの反応に応じて指導の内容や方法を積極的に変えてゆく必要があり、生徒たちの性格に合わせて授業の構成も考えなくてはならないと感じた。国は違っても、児童生徒が楽しく授業を受けるという点では変わりがないため、国を超えて効果的な教育の在り方は何かを考える機会をたくさん得ることが出来た。

●スペシャルエピソード

授業が上手く進むかととても心配であったが、生徒たちが私の授業をととても楽しんで受けてくれていたこと。終わった後に「楽しかった」「ありがとう」と言ってくれたこと。

●留学費用について

①総費用：約24万円

（内訳 渡航費約15万円、宿舍費約3万円、食費約1万円、ビザ・保険料約2万円、お土産代約3万円、）

②費用負担 自己負担4万円、親からの支援20万円、留学奨学金 7万円

③使ったお金の割合：現金80%、クレジットカード（Visa 三井住友カード） 20%

●留学先宿舎について

- ・形態：ホテル
- ・家賃額：10日 額17700円
- ・参考情報：比較的綺麗、騒音が多少気になった、朝食会場在り

●語学力について

- ・現地で使用した言語：英語語
- ・語学レベルUP：東南アジア特有の訛りのある英語を少しずつ聞き取れるようになった。
- ・適正レベル：リスニング、スピーキング共に日常会話ができる程度の英語力は必要

●ビザについて（取得した方）

●単位互換について（該当ある方）

●ネット環境及びその他の参考情報

学校内のネット環境がとても悪いため、授業をネットばかりに頼ると使えないことがあった。ipadのミラーリングを良く使うためipadはあってもよい。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	授業、メンバーの授業観察	授業、メンバーの授業観察、授業準備、観光
火曜/2日目	授業、メンバーの授業観察	授業、メンバーの授業観察、授業準備、観光
水曜/3日目	授業、メンバーの授業観察	授業、メンバーの授業観察、授業準備、観光
木曜/4日目	授業、メンバーの授業観察	授業、メンバーの授業観察、授業準備、観光
金曜/5日目	授業、メンバーの授業観察	授業、メンバーの授業観察、授業準備、観光
土曜/6日目	観光	観光
日曜/7日目	観光	観光



留学のタイトル：「Puean Programを経て」



留学先： タイ／バンコク／
機関 名 Wat Nuannoradit School
留学期間：
2025年 1月5日～ 1月16日（約10日間）
氏名： 中村百花
留学した時の学年： 3年
学部・研究科名： 教育学部
学科・課程名・コース名：
学校教育教員養成課程・小学校教育コース

●留学の内容

10日間のプログラムで、初日はタイの先生方との自己紹介や授業計画の打ち合わせ、学校見学を行いました。2日目から6日目までは、中高生に英語と日本語の授業を実施し、英語ではInputとOutputを、日本語ではInputのみを教えました。7日目と8日目は観光とタイの大学生やタイの学校の先生方との交流を楽しみました。そして、9日目と10日目に残りの授業を行った後、帰国しました。

●留学の動機

私がこのプログラムに参加したいと思った理由は、英語のスキルアップと小学校または中学校の英語教師を目指しているため、授業の進め方や教師の問いかけ方を学びたかったからです。

●留学の成果

私はこのプログラムを通して、柔軟に対応していく力を身につけただけでなく、英語を話すことの恐怖心を前よりも減らすことができました。また、学校の先生としての生徒を観る力や生徒との接し方についても新たに学ぶことができました。

●スペシャルエピソード

私は、このプログラム中に誕生日を迎えました。誕生日の日に、タイの先生方がケーキとプレゼントを下さったことがとても嬉しかったです。また、その日の1回目の授業が終わった後に、生徒たちがサプライズで誕生日の歌を歌ってくれたことにも感動しました。同じ実習生の友達や岩手大学の先生方にも本当に感謝しています。

●これから留学したい人へアドバイス

このプログラムに参加する前は自分の英語力に自信がなかったため参加するかどうか悩んでいました。しかし、同じように悩んでいる人がいるのであれば、思いきって一歩踏み出してみることをお勧めします。岩手大学の先生方が献身的にサポートして下さるだけでなく、一緒に行く友達とも楽しみながら参加することができます。少しの期間でしたが、物事に対する見方や考え方も変わりました。色々な事情があるかもしれませんが、大学生のこのときにしかできない体験だと思ったので、興味がある方はぜひタイでたくさんのことを体験して欲しいです。

● 留学費用について

① 総費用：24万円

（内訳 渡航費15万円、宿舍費2万円、食費1万円、ビザ・保険料5千円、お土産代他5千円、新幹線3万円、持ち物1万円、その他1万円）

② 費用負担 自己負担5万円、親からの支援15万円、留学奨学金4万円

③ 使ったお金の割合：現金90%、クレジットカード（ビザ）10%

● 留学先宿舎について

・形態：ホテル

・家賃額：10日間 額 約2万円

・参考情報：寝具はきれいで、部屋の広さもちょうどよかったですが、お手洗いとシャワーの場所が一緒なので衛生面が少し気になる人がいるかもしれません。

● 語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：少し英語を話す力が上がったと思います。特に話すことの恐怖心がなくなりました。

・適正レベル：英検2級の私でも英語で授業できましたが、準1級持っていればよりプログラムが充実しそうだと思います。

● ビザについて（取得した方）

三井住友カードを使用しました。取得方法はネットで申し込みをして取得しました。

● 単位互換について（該当ある方）

● ネット環境及びその他の参考情報

ホテルにもWi-Fiはありますが、出かけるときや学校で使用するためにはe-simやポケットWi-Fi、スマホのプランを変える必要があります。学校ではスマホからテザリングでパソコンにつなげるようにしておくといいです。

● 留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	タイに到着し、ホテルに荷物を置く	学校までのルートを確認する
火曜/2日目	2日～5日目までは授業	
水曜/3日目		
木曜/4日目		
金曜/5日目		
土曜/6日目	タイのサイアム大学の学生と交流	サイアム大学の学生とお寺や市場に行く
日曜/7日目	タイのWN schoolの先生方とお寺に向かう	ランチ、お寺を観光する



写真①一回目の授業前の様子



写真②お寺の観光



写真③サイアム大学の学生との交流

留学のタイトル：「 はじめての海外：タイ 」

あなたの顔写真（顔を出したくない方は、イラスト・お気に入りの物の写真等でも結構です。著名人や著作物など肖像権、著作権侵害にあたるものはNGです。）

留学先： 国／地域／都市／
機関 名

留学期間： 2025年 1月5日～ 1
月15日

氏名：小田大暉

留学した時の学年：3年

学部・研究科名：教育学部

学科・課程名・コース名：学校教育教員養成課程

●留学の内容

タイに行き、現地の学校で教育実習を行った。実習においては、使用言語は英語であり、授業内容は日本に関わるものであった。

●留学の動機

英語が全く話せない状態から、3年半ほど英語の学習を積み重ねてきたために、自分自身の英語力を不十分だがコミュニケーションは取れる段階にあると考えている。これを日本語が通じない場所に行き、授業を行うことでさらに伸ばしたいと考えていた。

●留学の成果

まず、日常生活を送るにあたって、タイ語が話せないために、英語を使用する機会が増え、英語の運用能力が向上した。また、実習においても、すべての授業において英語を使って進化した。その中では、生徒に質問することもあり、想定外のことに答えることがあったために、その場での対応力も向上したと考える。

●スペシャルエピソード

言語面でも短期間ながら学んだことがあった。現地の方が話していることを耳コピーして、「あれはどんな意味だったのか」と尋ねることによっていくつかの言葉を学ぶことができた。現地に行く前に、一ヶ月ほどタイ語について学習をしたが、書籍から得られる情報には限界があり、現地において学ぶ必要性を強く感じた。

●これから留学したい人へアドバイス

多くの場合において、日本語か英語が話せるスタッフが私たちのサポートをしてくれた。そのときに不便さを感じることはなかった。しかし、日常の生活において、タイ語しか話せないタイ人の人とコミュニケーションを取らないといけない場合もあった。そのときは、ジェスチャーを使ってコミュニケーションを取ることができた。もっとも大切なことは、初めの言葉をタイ語にすることだと感じた。挨拶をタイ語でするだけで、授業であっても日常生活であってもコミュニケーションがスムーズになると感じた。

● 留学費用について

① 総費用：x x x x x x 円

（内訳 渡航費 170,000円、学費 0円、宿舍費 55,000円、光熱水費 0円、食費 10,000円、ビザ・保険料 4,000円、お土産代他 25,000円、・・・）

② 費用負担 自己負担 194,000円、親からの支援 20,000円、留学奨学金 70,000円

③ 使ったお金の割合：現金60%、クレジットカード（カード名） 40%

● 留学先宿舎について

・形態：ホテル

・家賃額：全期間（10日） 額 55,000円

・参考情報：

● 語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：流暢性が向上した

・適正レベル：自分の伝えたいことが伝えられるレベル

● ビザについて（取得した方）

● 単位互換について（該当ある方）

● ネット環境及びその他の参考情報

多くの場面でwi-fiが使用可能であった。

● 留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
日曜/1日目	現地へ到着	休息
月曜/2日目	学校見学	学校見学
火曜/3日目	実習	実習
水曜/4日目	実習	実習
木曜/5日目	実習	実習
金曜/6日目	観光(Wat Phoなど)	観光(ショッピングモールなど)
土曜/7日目	観光（ワット・アルンなど）	観光（マーケットなど）
日曜/8日目	観光（アユタヤ）	観光（アユタヤ）
月曜/9日目	実習	実習
火曜/10日目	実習	実習
水曜/11日目	実習	タイを出発



写真①授業の様子



写真②ワット・パクナムにて



写真③タイのマーケットにて

短期留学

留学のタイトル：「 プアンプログラム in タイ 」

留学先： タイ／バンコク／
機関 名

留学期間： 2025年 1月5日～ 15日

氏名：杉崎 弘基

留学した時の学年：3年

学部・研究科名：教育学部

学科・課程名・コース名：

学校教育教員養成課程 中学校コース

●留学の内容

バンコク市内の公立・私立中学校/高校で教育実習を行いました。10日間で10授業と日本での主実習と同等の授業数を短期間で行いました。休日にはサイアム大学の日本語専攻の学生さんと交流したり、実習先の学校の先生方に主要な観光地を案内していただきました。

●留学の動機

英語科の教員を目指す中で、国内での学びだけでは将来教壇に立つことに不安を感じていました。そのため、今回のプログラムを知り、外国で外国の生徒に英語を教える経験が得られることが非常に有益だと感じ、参加を決意しました

●留学の成果

日本とは全く異なる学校環境や生徒の雰囲気の中で授業を実践することを通じて、理想的な状況ではなくとも授業を全うするという貴重な経験を得ることができました。この経験は大きな成果であり、今後授業を行う際には、どんな状況でも「まずやってみよう」と思えるようになりました。

●スペシャルエピソード

タイ料理に慣れた頃、大きなモールで久しぶりに日本食を食べたところ、味の安定感に感動しましたが、食後に急激な腹痛に襲われ、トイレに駆け込む羽目に。タイ料理は辛いだけで意外とヘルシーで、久しぶりの日本食の油が体に負担をかけたようです。滞在中、体調を崩したのは日本食を食べた時だけでした。

●これから留学したい人へアドバイス

いける時に行っちゃいましょう！！

●留学費用について

①総費用：205000円

(内訳 渡航費165000円、宿舎費17000円、食費7000円、保険料6000円、お土産代他10000円…)

②費用負担 自己負担10000円、親からの支援10000円、留学奨学金90000円

③使ったお金の割合：現金60%、クレジットカード(VISA) 40%

●留学先宿舎について

・形態：ホテル

・家賃額：日・週・月 額 17000円 (●●費含む・含まない)

・参考情報：

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：何か伝えたいことがあるときあたまの中で「英語⇔日本語」の変換をせずに英語で考えながら会話できる場面が増えた。

・適正レベル：プアプログラムに参加するには、そこまで高いレベルの英語力は求められません。知っている言葉で何とか伝えようと努力すればタイの先生方も汲み取ってくれます。(お互いにネイティブスピーカーではないからその良さです)

●ビザについて (取得した方)

●単位互換について (該当ある方)

●ネット環境及びその他の参考情報

e-SIMを利用しました。ポケットWi-Fiよりも安く、普段使っている携帯電話をそのまま使用できるので便利でした。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	学校	学校/ウェルカムパーティー
火曜/2日目	学校	学校/お別れパーティー (2週目)
水曜/3日目	学校	学校
木曜/4日目	学校	学校
金曜/5日目	学校	学校
土曜/6日目	終日サイアム大学学生と交流	
日曜/7日目	終日実習先教師と交流	



授業内で生徒が書いてくれたポスターのデザインです

短期留学

留学のタイトル：「 はじめての海外 ～挑戦と学びの旅～」



留学先： タイ／バンコク／

Wat Nuannoradit School

留学期間： 2025年 1月5日～15日

氏名：根澤 拓志

留学した時の学年：3年

学部・研究科名：教育学部

学科・課程名・コース名：中学校教育コース英語サブコース

●留学の内容

Pueanプログラムは、タイの中学校・高校でのインターンシップです。この実習では、タイの学校の英語の授業において、日本の文化的または国際的なテーマについて英語で授業を行います。テーマについては自分たちがタイの生徒に教えたいテーマを事前に設定します。タイの生徒にとっても、私たち学生にとっても、母語ではない英語を使ってコミュニケーションをとるので、自分自身の英語力の向上や、指導力を向上できる良い機会です。

●留学の動機

留学しようと思ったきっかけは、自分自身の英語力を向上させたいと思ったからです。私はこれまで海外に行ったことがなかったので、この留学をきっかけにして、海外でどのくらいコミュニケーションがとれるのかということを知り、英語力を向上させると共に、留学の中で現地の英語を体感したかったので、この留学に参加しました。

●留学の成果

留学を通して、タイの生徒や先生方と英語でコミュニケーションをとることができたと感じています。留学した最初の数日は、タイの英語に慣れず、英語が聞き取りにくかったので、あまりコミュニケーションをとれませんでした。徐々に聞き取れるようになっていき、コミュニケーションをとることができるようになったと思います。

●スペシャルエピソード

留学先で一番思い出に残っていることは、タイの生徒が描いてくれた絵です。私の授業では、生徒に絵を描いてもらうという活動を行なったのですが、タイの生徒は絵を描くのがとても上手で、それぞれの生徒がオリジナルのある絵を描いてくれました。その絵を授業のときに紹介したり、授業後に見ることが留学中にとても楽しい思い出になりました。

●これから留学したい人へアドバイス

留学を考えている人の中には、自分の英語力に自信がないという人もいるかもしれません。私も留学前は同じような不安を抱えていました。しかし、実際に留学してみると、自分の英語力はそれほど重要ではなく、大切なのはコミュニケーションを取ろうとする姿勢だと感じました。英語が完璧でなくても、自分の気持ちを伝えようとする努力や、周りの人と積極的に関わろうとする姿勢があれば、自然とつながりが生まれ、貴重な経験を得ることができます。留学先でしか得ることができない経験があるので、ぜひこの留学プログラムに参加してほしいです。

●留学費用について

①総費用：231,000円

(内訳 渡航費160,000円、宿舍費16,000円、食費15,000円、
保険料10,000円、お土産代他30,000円)

②費用負担 自己負担91,000円、親からの支援50,000円、留学奨学金90,000円

③使ったお金の割合：現金90%、クレジットカード(セゾンカード)10%

●留学先宿舎について

・形態：ホテル(Bed by Tha-Pra) ・ホテル代：総額約16000円

・参考情報：部屋にはドライヤー、バスタオル、シャンプー、ボディークリームが付いています。朝食はバイキングです。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：特にリスニングスキルが向上したと思います。 ・適正レベル：英検2級レベル

●ビザについて(取得した方)

取得していません。

●単位互換について(該当ある方)

留学前に「英語インターンシッププログラムB」、「英語科教育法特別講義A」を取得しました。

●ネット環境及びその他の参考情報

自分のパソコンやタブレットなどを使って授業を行なうことになるので必須です。Wi-Fi環境はホテルにはフリーWi-Fiがありますが、学校では自分のスマホをデザリングしたりする必要があります。

●留学中の主なスケジュール

曜日/日程	午前	午後
日曜/1日目	バンコク着	
月曜/2日目	タイの先生と打ち合わせ	授業観察
火曜/3日目 ～ 金曜/6日目	授業	
土曜/7日目	サイアム大学の学生と交流	
日曜/8日目	アユタヤ観光	
月曜/9日目 火曜/10日目	授業	
水曜/11日目	授業	バンコク発



写真① 授業の様子①



写真② 授業の様子②



写真③ 授業の様子③

留学のタイトル：「将来の視野が広がった1週間」



留学先： タイ／バンコク
機関 パンヤピワット経営大学
留学期間： 2025年 1月5日～1月12日
(約1週間)

氏名： 伊藤優夏
留学した時の学年： 3年
学部・研究科名： 教育学部
学科・課程名・コース名： 学校教育教員養成課程
数学サブコース

●留学の内容

タイのパンヤピワット経営大学附属中高等学校の中学生に英語で数学の授業をした。

●留学の動機

日本とタイの教育の違いを知ったり、言語も育ってきた環境も違う人々と交流してみたりしたいと思ったから。また、視野を広げて将来に活かしたいと思ったから。

●留学の成果

日本にはない教育環境を知ることができたり、学校や観光を通して異なる文化や環境、言語に触れたりして刺激になった。特に、授業作りの視点において、教師も生徒も第一言語ではない英語を使用することを考慮して、普段日本で授業するときには目を向けることがなかった部分まで目を向けることができるようになった。

●スペシャルエピソード

私が授業した中学校は、生徒がペンとノートを持っておらず、全てiPadで授業が進んでいてとても驚いた。また、この中学校では英語、理科、数学の授業においてタイ語ではなく普段から英語で授業を行なっていて生徒はとても英語がペラペラだった。

●これから留学したい人へアドバイス

留学に対して不安な気持ちを持っている人もいるかもしれませんが、海外に行ってしまうと意外と生活していけます！そして何より、普段日本で生活している中では見ることのできない景色が広がっていてとても新鮮で楽しいです。

●留学費用について

①総費用：約26万円

（内訳 渡航費15万円、宿舍費4万5千円、食費5千円、ビザ・保険料約1万円、お土産代他5万円）

②費用負担 自己負担3万円、親からの支援14万円、留学奨学金10万円

③使ったお金の割合：現金30%、クレジットカード（VISA） 70%

●留学先宿舎について

・形態：ベストウエスタンプラスワンダーランドホテル

・家賃額：7日 額 4万5千円

・参考情報：朝バイキング付き。コインランドリーはついていない。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：現地の人々が英語で会話している内容はほとんど聞き取れるようになった。

・適正レベル：日常会話の聞き取り、話すことができる。

●ビザについて（取得した方）

●単位互換について（該当ある方）

●ネット環境及びその他の参考情報

ホテル、学校共にWIFIが使える。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
日曜/1日目	タイ到着、ホテルで休憩	近くのショッピングモールで夜ご飯
月曜/2日目	学校紹介	タイの先生方に模擬授業、夜ご飯
火～木曜/ 3～5日目	学校で授業	授業、夜ご飯
金曜/6日目	観光	観光
土曜/7日目	自主観光	自主観光
日曜/8日目	ショッピング	ショッピング、帰国



写真①授業の様子



写真②観光



写真③タイの日本語学科の学生との交流

留学のタイトル：「 短期海外派遣プログラムの参加を通して 」



留学先： タイ／バンコク

機関名 Panyapiwat Institute of Management
Demonstration School

留学期間： 2025年 1月5日～ 1月12日

氏名： 及川陽貴

留学した時の学年： 3年

学部・研究科名： 教育学部

学科・課程名・コース名： 学校教育教員養成課程・理数教育
コース・数学サブコース

●留学の内容

留学機関附属の私立中学校に教育実習生としてお邪魔し、英語を用いて日本の数学的活動を取り入れた数学の授業実践を行い現地の教職員の方々との授業協議を通して改善を図る。また現地と日本との数学教育の現状や実習校独自の教育システムに関する意見交流、日本語学生との文化交流、タイの観光地を巡った。

●留学の動機

海外の教育の現状を知り、日本の教育を見つめ直すきっかけにする為
授業実践を通して、自身の語学的表現の向上を図る為

●留学の成果

1週間という短い期間であったが、毎日の実習の中で改善や発展を繰り返すことで授業内容と自身の語学表現の質を肌身で感じ取ることが出来た。また異文化に触れることで自身が日本で過ごす環境への有難みと問題を同時に考えるきっかけになったということに大きな価値があると感じる。

●スペシャルエピソード

現地の国際課の日本語学学生との交流でタイの遊びを体験した際に、自分ひとりだけ成功して注目を浴びてしまった事。

●これから留学したい人へアドバイス

入国する事前に調べていた情報と違うことや、その国の人柄に助けられる場面が多くあるのでそれらの事態をも楽しめるほどの心の余裕と好奇心をもって臨んでほしい。

●留学費用について

①総費用：248,127円

（内訳 渡航費155,730円、宿舎費45,608円、食費12,000円、ビザ・保険料3,780円、お土産代他9,340円、）

②費用負担 自己負担15,000円、親からの支援50,000円、留学奨学金40,000円

③使ったお金の割合：現金60%、クレジットカード（visa） 40%

●留学先宿舎について

・形態：ホテル

・家賃額：9日 額45,608円

・参考情報：ホテルは綺麗、朝食ビュッフェ、近くにショッピングモールやセブンイレブンがあるので不足品があったら買い足せる、洗濯はホテル裏のコインランドリー

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：簡単な挨拶と自己紹介、店での注文、日常会話ができるようになった

・適正レベル：自分の考えたことを簡単な英語で話せるようにする（～したい、～してほしい など）

●ビザについて（取得した方）

●単位互換について（該当ある方）

●ネット環境及びその他の参考情報

宿泊先、ホテルにWi-Fiがある。街中はないので出発前に空港で借りたグローバルWi-Fiを持ち歩いた。だが予想以上に値段が高かったため、海外対応SIMカードの方が安く済むかもしれない。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	現地到着、ホテルで休憩	ホテル近くのマーケットを散策、食事
火曜/2日目	実習校へ挨拶	校長、理事長と会食、模擬授業
水曜/3日目	実習一日目	ホテルで休憩
木曜/4日目	実習二日目	ホテルで休憩
金曜/5日目	実習最終日	授業協議、会食
土曜/6日目	街中観光	街中観光
日曜/7日目	街中観光	日本へ帰国



写真①授業中です



写真②ラーマ1世の墓です



写真③帰国前の最後の写真です

留学のタイトル：「 海外数学教育実習 」



留学先： タイ／バンコク／

留学期間： 2025年 1月4日～ 1月13日

氏名：杉山 希

留学した時の学年：3年

学部・研究科名：教育学部

学科・課程名・コース名：学校教育教員養成課程・
理数教育コース・数学サブコース

●留学の内容

バンコクの中学2年生に、英語で数学の授業を行った。計5回授業を行い、現地の先生方にアドバイスをいただきながら授業を改善した。また、授業を行うだけでなく、タイのお寺や観光地を回り、タイの文化にも触れた。タイの日本語学科の学生との交流会では、タイの遊びを体験し大学ではタイ語の講義を受けた。教育実習だけでなく、タイの文化に触れる10日間だった。

●留学の動機

学校を通して海外に行くことができるので、安心して海外に行けると考えたから。また、海外の教育に興味を持っていたため、自分の経験値・大きな学びにつながると考えたから。

●留学の成果

今回タイの学校文化、授業のスタイルを学び、日本との違いに気付くことができた。また、この留学を通して回が気の教育方法に興味を持った。自分は小学校教諭を目指している。中学校教諭と悩んでいた。この留学を通して中学校を体験して、自分は小学校教諭の方が向いていると改めて進路を確定することができた。

●スペシャルエピソード

海外の子どもたちとのコミュニケーションが心配だったけれど、表情や雰囲気ですぐに言葉が通じなくても仲良くなれることを実感した。子どもたちと積極的なコミュニケーションを取ることで、授業中に笑顔があふれ、自分自身も楽しく数学の授業をすることができた。

●これから留学したい人へアドバイス

海外に先生が引率して行くことができるため、安心して行くことができる。興味がある人は行くべき！ただ実習をただけではなく、タイの食べ物や買い物を満足いくまで楽しめた。大学生活の思い出になる！是非行ってみてください！

● 留学費用について

① 総費用：約 25 万円

(内訳 渡航費 15万円、 宿舎費 4 万円、 食費 1 万円、 ビザ・保険料 1 万円、 お土産代他 3 万円)

② 費用負担 自己負担 15 万、 留学奨学金 10 万円

③ 使ったお金の割合：現金 60%、 クレジットカード (VISA) 40%

● 留学先宿舎について

- ・形態：ホテル
- ・参考情報：朝食付き

● 語学力について

- ・現地で使用した言語：英語
- ・語学レベルUP：子どもたちへ向けた簡単な単語での会話ができるようになった。
- ・適正レベル：英語力が高くて損はない。でも英語ができなくても伝えようとコミュニケーション力があれば十分

● ビザについて (取得した方)

● 単位互換について (該当ある方)

- ・英語科インターシッププログラムB
- ・英語科特別講義
- ネット環境及びその他の参考情報
- ・パソコン、スマートフォン→海外モードに設定した

● 留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
日曜/1日目	新幹線で東京へ移動	東京観光・羽田空港集合
月曜/2日目	バンコク到着・フリー(買い物・食事)	フリー
火曜/3日目	オリエンテーション(キャンパスツアー)	模擬授業
水曜/4日目	教育実習	教育実習・振り返り
木曜/5日目	教育実習	日本語学科の学生との交流会
金曜/6日目	教育実習	タイ語の講義・食事会
土曜/7日目	観光ツアー	観光ツアー
月曜/8日目	フリーデー	フリーデー
火曜/9日目	観光ツアー	観光ツアー・バンコク発
水曜/10日目	東京着・帰宅	



授業の様子



大きな大仏を見に行きました。



日本語学科のみなさん

短期留学

留学のタイトル：「 発展途上国から考えるSDGs 」



留学先： フィリピン／パナイ島／イロイロ市／NGO LOOB
 留学期間： 2025年 2月25日～ 3月6日
 (10日間)

氏名： 佐藤玲那
 留学した時の学年： 2年
 学部・研究科名： 農学部
 学科・課程名・コース名： 食料生産環境学科
 食産業システム学コース

●留学の内容

SDGsの主に貧困・教育・環境・平和について学んできました。

午前中はLOOBのシェアハウスで講義を受け、午後はフィールドワークに行きました。岩大生とフィリピンユース（学生ボランティア）で日本とフィリピンの違いなどについて意見交換し、最後にはそれぞれ興味の持った分野についてグループでSDGs Ideathonのプレゼンテーションを行いました。

●留学の動機

英語力向上を図りたかったのと、発展途上国のコミュニティや環境問題、食料品の流通を実際に見てみたかったからです。農学部の講義で日本と海外のフードチェーンの違いや、廃棄物処理について学んでから、日本と環境が大きく異なるフィリピンではどうなっているのか興味がありました。

●留学の成果

現地でしか見られない農産物や食料品の管理、ごみ処理問題を見ることができました。また、ごみを売って生計を立てる貧困の人たちとの交流で新たな幸せの価値観を知ることができました。英語力においては、以前よりも抵抗なく英語で会話できるようになりました。

●スペシャルエピソード

フィリピン人はとにかく明るくて優しいです。何を発表しても絶対にすべりません！盛り上げ上手です。現地の方々は、歌とダンスが大好きなのでよく一緒に歌やダンスをしようと誘われます。勇気をもって挑戦してみましょう。すごく盛り上がって楽しいです。三回ほどAPTを熱唱してきました！

●これから留学したい人へアドバイス

海外研修は、国際交流で価値観を広げたり、旅行ではわからないディープなところを知ることができたりと非常に貴重な体験をすることができます。もし、興味があるのならば行ったほうがいいです。行かないで後悔は聞いたことがありますが、行って後悔は聞いたことがありません。毎年同じ条件で行われる保証もないので、思い立った瞬間に国際課に相談に行きましょう。

●留学費用について

①総費用：約354,000円

（内訳 研修費（コンドミニアム使用料、航空券、一部食費を含む）272,600円、フィリピンの虫よけ代100円、ランドリー1,000円、食費10,000円、ビザ・保険料8,192円、お土産代20,000円、eSIM代4,000円、国内移動費＋ホテル代その他40,000円）

②費用負担 自己負担82,000円、親からの支援232,600円、留学奨学金40,000円

③使ったお金の割合：現金40%、クレジットカード（Visa）60%

フィリピンでは日本と同じくらいの感覚でカードが使えます。

●留学先宿舎について

・形態：コンドミニアム（三人部屋）

・家賃額： 研修費に含まれています

・参考情報：洗濯は一回200ペソ（500円ほど） かかります。乾燥までして、きれいにたたまれた状態で返ってきました！朝食は各自準備でした。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：英語での話し合いに少し自信が付きました。TOEIC受験予定です。

・適正レベル：TOEIC500点以上（日本人インターン生のアシストもあるので大丈夫だと思います！）

●単位互換について（該当ある方）

今回は二回目のSCIP研修だったので、卒業要件単位には関わりませんでした。

●ネット環境及びその他の参考情報

コンドミニアムとLOOBシェアハウスにはWi-Fiがありましたが、コンドミニアムのが不調でしばらくはeSIMに頼っていました。ジム、プール付きです。一日の終わりに友達と筋トレしました！

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	飛行機（成田→マニラ）	飛行機（マニラ→イロイロ）、両替、コンドミニアム着
火曜/2日目	日本語タイム、SDGsのレクチャーと意見交換	博物館見学、スーパーで物価調査
水曜/3日目	〃、教育についてのレクチャー	現地の中学校に行って日本文化の教育活動
木曜/4日目	〃、ごみ処理についてのレクチャー	ごみ山見学、フェアトレード商品づくり体験
金曜/5日目	〃、環境問題（プラごみ）についてのレクチャー	海岸清掃、エコツーリズムの森体験
土曜/6日目	〃、貧困についてのレクチャー	絶対的貧困集落の見学、交流、自由時間
日曜/7日目	〃、フィリピンの歴史・平和についてのレクチャー	博物館、モロ教会・モロマンション見学



写真①Jollibee! この表情がたまらない



写真②お肉とカラマンシー罪すぎる！



写真③突如始まるカラオケ大会

留学のタイトル：「イロイロ学んだ **短期留学** 」



留学先： フィリピン／イロイロ／マニラ／NGO
LOOB

留学期間： 2025年 2月～3月(10日間)

氏名： 野村 菜奈

留学した時の学年： 1年春休み

学部・研究科名： 農学部

学科・課程名・コース名： 食料生産環境学科

●留学の内容

参加したプログラムは、ただの語学留学や旅行ではなく、1日ごとにその日取り組むSDGsに沿ったテーマが定められていて、それに関する課題を発見してどう解決していくかを国際交流しながら考えることに重視したもの。基本的な1日の流れを説明すると、午前は、まず日本語タイム(前日の活動のまとめ)、その後に既定のテーマに関するフィリピンの現状の説明、日本との比較を通してとそれについてどう思うか議論し発表する。昼食後、実際に現地に行き、調査やレクチャーを受ける。夕食前に午前話し合ったことが実際どうだったか考えをまとめ、発表する。夕食後、宿泊先に帰る。

●留学の動機

大学生活に慣れてきた夏にたまたま大学の掲示板で2024年度実施の留学の説明会の案内を見つけ、行った。何か新しいことを時間に余裕がある1年生のうちにやってみようかと思った。たくさんの留学の中でもこのプログラムは、実際に自分が関心がある環境問題を見ることができ、実施時期・長さもちょうどいいと思った。

●留学の成果

劇的な変化や成果を感じたわけではないが、人の前に立った時に、自分がどうなりやすいかを知ったことで、前よりも自分の意見を英語でも大勢の人の前で言うことをためらわなくなった。自分の意見には価値が無いという思い込む前に、少し勇気を出して話してみればしっかり目を見て聞いてくれる人がこんなにもいることにも気づいた。

●スペシャルエピソード

正直、初日に宿泊先に着いてご飯を食べたときは、疲れもあったのか10日間も生きる未来が見えなかった。しかし、日本人学生と絶対乗り越えてみせるぞ！という謎の団結力が強くなり、隣人を思いやるフィリピンの人の優しさに感激しながら、元気に帰国することができた。

●これから留学したい人へアドバイス

まず、留学の準備の大変さやお金のことが大きな試練になると思う。でも、目標や目的をしっかり持っていれば、充実した期間になると感じた。毎日衝撃的なことが起こりすぎて、精神的にもハードな期間だった。私は、グループワーク中に言っていることが自分だけ聞き取れなくて、黙り込んでしまった時があった。しかし、プライドを捨て、自分の状況をメンバーに共有することで助けてくれた。留学中に自分の言語能力に自信をなくしたり、自分自身では解決できない時は、一人反省会の時間を減らして、周りの人に頼る勇気や周りの人に相談することも大切！

●留学費用について

①総費用：約35万円

(内訳:渡航費(旅行会社の振込)約27万円、前後泊費(ホテル/新幹線/バス)約3.5万円、食費(持参の非常食・朝食も含め)約5千円、保険料(学災/OSSMA)約7千円、お土産代1.5万円、携帯料金4千円)

②費用負担 自己負担約30万円、親からの支援3万円、留学奨学金 4万円

③使ったお金の割合：現金60%、クレジットカード(準備系JCB、現地VISA)40%

●留学先宿舎について

- ・形態：コンドミニアム(3人部屋)
- ・2回のランドリーサービス費約1千円(上記の留学費用含まず、現地のペソ)
- ・参考情報：留学生を受け入れていたり、実際住んでいる人がいるアパートみたいな感じ、トイレとシャワー室が同じ部屋にあるので匂いなど慣れるには時間要、就寝時エアコンの機械音がとてもうるさいが、気にならないくらい疲れているので少し我慢すれば大丈夫、物干し竿/紙コップ/消臭道具/サングラスおすすめ

●語学力について

- ・現地で使用した言語：英語、日本語、韓国語(第二言語で学んでたので紹介時に使用)
- ・語学レベルUP：リアクションはしないと意見を勘違いされやすいので大きくなった
- ・適正レベル：その人の取り組み次第だと思うが、質問文法はスラスラでの方が楽しいと思う

●ネット環境及びその他の参考情報

eSIMのトリファで10日間5Gを購入、設定も分かりやすくておすすめ。虫駆除・虫刺され防止は持って行ってよかった。慣れない環境では食事が癒しなので、パックご飯5食とふりかけとインスタント味噌汁とスープ、それを入れる耐熱容器を持参※大きさと重さ注意

●留学中の主なスケジュール

曜日/日程	午前	午後
2/25Tue/1日目	移動日	コンドミニアム到着
2/26Wed/2日目	Welcome Program/Introduction	Iloilo city tour(スーパーで物価調査&買い物)
2/27Thu/3日目	SDG Workshop 教育	School activity(高校訪問&交流)、買い物
2/28Fri/4日目	SDG Workshop ごみ問題	Zero Waste Tour(ごみ処理場訪問&インタビュー&ペーパービーンズプレスレット)
3/1Sat/5日目	SDG Workshop リーダーシップ	ボランティア(ビーチ清掃)、eco park
3/2Sun/6日目	SDG Workshop 貧困・Well-being	4日目の地域再訪問&インタビュー、コミュニティマップ作り
3/3Mon/7日目	SDG Workshop 中間評価・文化	モロ教会・美術館訪問、買い物
3/4Tue/8日目	SDG Workshop 平和と歴史	Historical Tour(歴史博物館・教会)
3/5Wed/9日目	SDG Workshop Finalpresentation(SDGS Ideathon・Final speech)	買い物、お別れ会
3/6Thu/10日目	移動日	成田空港到着



Zero Waste Tour



beach clean-up

COMMUNITY		SDGs IDEATHON	
2 ZERO HUNGER	Project Title: Sustainable Urban Gardening: Growing Food in Recycled PET Bottles	Project Objective: Turning waste into Wellness, One Bottle at a Time.	
3 GOOD HEALTH WELL-BEING	Project Objectives:	1. To empower the community. 2. To promote waste reduction and environmental responsibility. 3. To improve food security and nutrition.	
13 CLIMATE ACTION	Challenges/Issues:	- Post and management issues / long-term participation - Low community awareness and engagement / Low Quality - Unpredictable changes in weather affecting crop growth.	
PROJECT PROPONENTS		Details:	
Francisco Acebuque III Reino Sato Hinsako Ninuma Nana Nemura Hana Tomizawa		• Educate and empower residents about garbage management on urban gardening. • Teach crop cultivation, plant care, and composting using recycled PET bottles and natural materials. • Provide lectures and hands-on demonstrations for practical learning. • Promote food security, environmental responsibility, and self-sufficiency. • Focus on growing vegetables initially with potential expansion to other crops.	
Iwate University		ITEM	Estimated Cost(Php)
		Time Travel	
		Phase 1 (Preparation) 1 month	Materials 20,000
		Phase 2 (Training & Implementation) Training 15,000	
		Phase 3 (Monitoring & Evaluation) 15,000	
		On going - Regular visits	Team/Estimated Cost : 50,000

SDG Ideathon

留学のタイトル：「 フィリピンでの成長と大切な思い出 」



留学先： フィリピン／パナイ島／イロイロ市／
機関名 NGO LOOB

留学期間：2025年2月25日～3月6日（10日間）

氏名：佐藤 天徳

留学した時の学年：2年

学部・研究科名：教育学部

学科・課程名・コース名：学校教育教員養成課程

小学校教育コース

●留学の内容

事前学習等の学びをもとに、フィリピンのイロイロ市で様々な活動を行いながらSDGsの理解を深めていき、岩手県や日本と結びつけて考えた。午前中では、SDGsのゴールについてレクチャーやディスカッションを行い、イロイロ市の現状について学んだ。午後は、午前中に学んだSDGsゴールに対応した活動をフィリピンの人々と共に行った。また、最終日に行った「SDGs Ideathon」という活動では、環境問題や教育支援、貧困などのテーマでイロイロの人々を支援するためのプロジェクトの企画・発表を行った。

●留学の動機

私は、フィリピン研修を通して自分の視野を広げることを目的に参加した。また、私は英語のスピーキング能力に自信がなかったため、フィリピンの人々と交流しながら英語力を向上することを目指した。

●留学の成果

国や地域などによって求めていることは大きく異なるため、一方的に支援を行うのではなく、人や地域に根ざした活動を考えることの重要性について学んだ。また、英語を使って活動する機会が多かったため、英語を使うことに苦手意識を持たなくなった。

●スペシャルエピソード

フィリピンでは水道水が飲料用には適していないため、毎日飲料水を購入していた。しかし、誤って日本にいる時と同じように水道水を飲んでしまったことがあり、次の日に嘔吐や腹痛などに襲われてしまった。あの苦しみは二度と経験したくない。

●これから留学したい人へアドバイス

留学や研修に参加することは、私たちが想像している以上に得られるものが多いため、時間に余裕があるうちにたくさんのことに挑戦したほうが良いと考える。語学力は留学先でも向上できるが、留学前に少しでも能力を上げることで、多くのことを学べたり、友人をたくさん作ったりすることができる。また、日本食やアニメなど、日本の文化を好きな人が多いため、折り紙や日本のお菓子などを持っていくと喜ばれるかもしれない。

● 留学費用について

① 総費用：302,600円

(内訳 渡航費・学費・宿舍費・光熱水費・食費・ビザ・保険料(研修費) 272,600円、お土産代他30,000円、…)

② 費用負担：自己負担100,000円、親からの支援162,600円、留学奨学金40,000円

③ 使ったお金の割合：現金80%、クレジットカード(マスターカード) 20%

● 留学先宿舎について

・形態：コンドミニアム(1人部屋)

・家賃額：10日 ○○円(研修費に宿泊費が含まれていた。)

・参考情報：参加メンバーのうち男性は私だけであったため1人部屋であったが、女性メンバーは3人部屋であった。コンドミニアムの部屋にはキッチンが完備であるため自炊可能。コンドミニアム内のトレーニングジムやプールなどは無料で利用可能。

● 語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：4技能が向上したが、特にスピーキングやライティングなどのアウトプットの能力が上がった。

・適正レベル：英検2級以上

● ビザについて(取得した方)

● 単位互換について(該当ある方)

→国際科目、2単位

● ネット環境及びその他の参考情報

→フィリピンでは、「トリファ」というアプリで利用料無制限のeSIMを利用した。しかし、eSIMを初めて利用したため、接続に苦戦した。宿泊先ではWi-Fi完備であった。Wi-Fiが使える環境であればeSIMの容量が少ないプランの方がお得かもしれない。

● 留学中の主なスケジュール(初日・最終日の移動日を除く)

曜日/日程	午前	午後
月曜/1日目	ウェルカムプログラム、昼食	フィールド活動(博物館、ショッピングモール)
火曜/2日目	SDGsワークショップ(レクチャー)、昼食	フィールド活動(学校訪問)
水曜/3日目	同上	フィールド活動(ゼロ 웨스트 ツアー)
木曜/4日目	同上	フィールド活動(海岸清掃ボランティア)
金曜/5日目	同上	フィールド活動(コミュニティ体験)
土曜/6日目	同上	フィールド活動(文化体験ツアー、歴史ツアー)
日曜/7日目	最終プレゼン、昼食	ショッピング、お別れ会



フィリピンの学校での日本語紹介

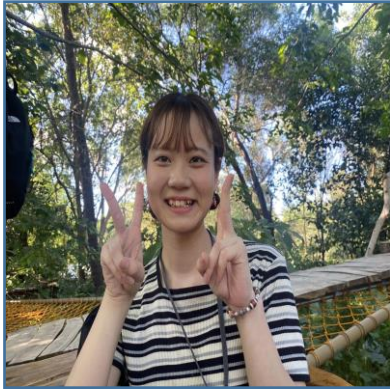


ペーパービーズの
ブレスレット作り 45



フィリピンメンバー！

留学のタイトル：「私の人生の起点



留学先： フィリピン／パナイ島／イロイロ市
機関名： NGO団体LOOB
留学期間： 2025年2月25日～ 3月6日

氏名： 新田 萌
留学した時の学年： 二年
学部・研究科名： 人文社会科学部
学科・課程名・コース名： 人間文化課程
異文化間コミュニティ

●留学の内容： GlobalYouthLeadersProgram

フィリピン大学生と共に、SDGsを軸に、貧困、環境、教育など現地の社会事情を学びます。フィールドワーク型の研修なので、現地に行くことでしか得ることができない経験があります。

●留学の動機： 私は、貧困問題に関心があったので、本やネットで得る情報と現地の実際の状況はどのように異なるのか自分の目で確かめたいと思いました。また、英語能力を向上したいという思いもあり、参加を決意しました。

●留学の成果： 貧困に対する自身の考え方の変化です。貧困と幸福度の関連性について考えた際に私は衝撃を受けました。私たちより、貧困下にある人々の方が幸福度が高かったからです。私はご飯を満足に食べることができるし、学校にも行き、ある程度不自由のない生活が送ることができていますが、彼らよりも幸福度が低いです。彼らは、家族がいれば幸せだと言いました。貧困であるからといって幸福度は低下するわけではないのです。貧困＝辛い状態、助けなければいけない存在とどこかで考えていた自分に腹が立つと同時に幸せとは何か考えるようになりました。そして、行動したいという気持ちだけでは何も解決に繋がらず、そこにアプローチするための能力(英語力など)が必要であることを痛感させられました。

●スペシャルエピソード： フィリピンの大半が信仰するキリスト教の習慣で食事の前にお祈りを行うのですが、その際、食べ物や家族、自分を取り巻く全てのものに感謝をします。それがとても心地よく、フィリピンの人たちは小さな幸せを見つけるのが上手だなと感じました。

●これから留学したい人へアドバイス： 決意に迷いが生じると思います。私も金銭面での不安からギリギリまで迷いましたが、現地でしか得られない経験が必ずあります。それらはかけがえのない宝物になり、私の人生に大きな影響を与えてくれました。自分の気持ちに正直に従い、突き進んでください。

●留学費用について

①総費用：48万円

（内訳 渡航費28万円、保険料1万円、パスポート2万円、食費、お土産代2万円、交通費、宿泊費(空港集合だったため)、準備費7万円)

②費用負担 自己負担8万円、留学奨学金4万円、奨学金24万円

③使ったお金の割合：現金100%

使用額1万5千円ほど

●留学先宿舎について

・形態：民間アパート

・家賃額：渡航費に含まれていたもので詳細は分かりません。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：特に。現段階での自分の英語力を試す場でした。

・適正レベル：全部英語で授業や発表、コミュニケーションを行うので、ある程度聞き取れて、話せると良いと思います。

●単位互換について：国際教養科目、教養教育科目2単位

●ネット環境及びその他の参考情報

宿舎にWi-Fiがあったので、宿舎以外でスマートフォンを使用する際の手段を用意しておくといいです。(eSIM、SIM、ポケットWi-Fiなど)

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	自己紹介、SDGsオリエンテーション	博物館見学、物価比較
火曜/2日目	授業(教育)	学校訪問
水曜/3日目	授業(廃棄物管理)	衛星埋立場訪問、フェアトレード製作体験
木曜/4日目	授業(リーダーシップ)	海岸清掃、カフェ
金曜/5日目	授業(貧困と幸福)	貧困地域見学
土曜/6日目	中間発表	博物館、教会見学、カフェ
日曜/7日目	授業(歴史)	墓地見学



写真①学校訪問に言った際に子供たちがたくさん話しかけてくれました。その明るさと笑顔に救われ、私も見習わなければと感じました。



写真②英語に苦戦して泣きそうになったりとしんどいこともありましたが、メンバーの皆に支えられながら頑張りました。皆ありがとう♡



写真③貧困地域で暮らす子供たちです。笑顔がとっても素敵でした。私に大切なことを教えてくれてありがとう。一生忘れません。

留学のタイトル：「SDG s と文化を考えたフィリピン研修」



留学先： フィリピン／ビサヤ地方／イロイロ市／
機関 名 NGO LOOB
留学期間： 2025年 2月25日～ 3月6日
(10日間)

氏名： 高橋 侑那
留学した時の学年： 1年
学部・研究科名： 人文社会科学部
学科・課程名・コース名： 人間文化課程

● 留学の内容

フィリピンの文化に触れると共に、SDG s の項目にも深くかかわる教育・環境・貧困・平和について世界・日本・フィリピン（イロイロ市）の視点から問題点を考察した。訪問先はフィリピンの歴史や文化の博物館やごみ処理場、高等学校など様々だった。午前中はその日のトピックについて英語で講義を受け、午後はフィールドワークを行った。研修の最後にはSDG s アイデアソンを発表した。これは研修での学びをベースにグループごとでテーマを決め、プロジェクトを企画するというものだ。採用された企画はNGOLOOBさんが実現するため、具体的な問題解決案を作ることが求められた。

● 留学の動機

私が研修に参加した動機は自分の視野を広げたいと思ったからだ。私は岩手県から離れて生活したことがなく、今まで自分と異なる文化や価値観に触れる機会があまり持てなかった。だから自分と異なる文化や価値観に触れて、さらに様々な視点から物事を考えられるようになりたいと思っていた。

● 留学の成果

今回の研修では様々な価値観を知ることができた。環境問題や貧困の現状を自分の目で見た。その地に住む方に直接話を伺ったりした。また、今まで知らなかったフィリピンと日本の戦争の歴史についても学んだ。多くの学びや交流の中で自分の視野を広げることができたと感じる。

● スペシャルエピソード

研修ではイロイロ市内にあるいくつかの商業施設で買い物をした。どの商業施設もそれぞれ特色があり面白かったが特に印象に残っているのはIloilo supermartだ。この施設は主に食料品を販売しているが、最大の特徴は非常にキャッチーな店内BGMだ。来店する機会があればぜひ聞いてみてほしい。

● これから留学したい人へアドバイス

もし少しでも興味があれば参加するべきだと思う。新しい場所に赴き、様々な人と交流することは非常にいい経験になる。海外研修では英語面以外でも自身を成長させるチャンスがたくさんある。自分の視野を広げたい方、異なる文化や価値観を体験したい方には特に良い学びがあると思うので挑戦することをお勧めしたい。

● 留学費用について

①総費用：295600円

（内訳 研修費 270000円、OSSMA 3800円、学研災 2700円、海外留学保険 4100円、現地資金 15000円）

②費用負担 奨学金255600、留学奨学金40000円

③使ったお金の割合：現金40%、その他（口座振り込み）60%

● 留学先宿舎について

・形態：コンドミニアム

・家賃額：研修費に含まれていた

・参考情報：飲料水が10Lペットボトル2本分置いてあった。

● 語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：ガイドの方やフィリピン学生の英語が約7割聞き取れるようになった（研修初期は約5割）

・適正レベル：日常会話ができるレベルの英語力は最低限必要と感じた。日本語補助は全体レクチャー時のみ現地の方やフィリピン学生との会話は自力ですることになる。

● 単位互換について（該当ある方）

教養教育科目「海外研修－世界から地域を考える－」（2単位）

国際教育科目「海外研修事前事後指導」（2単位）

● ネット環境及びその他の参考情報

宿泊施設にはWi-Fiの設備があった。スマートフォンの設定は各自する必要があった。

● 留学中の主なスケジュール

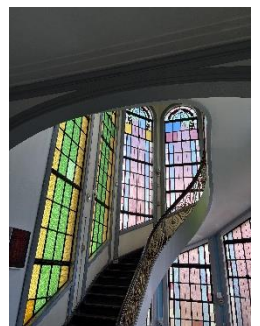
曜日／日程	午前	午後
1日目(到着日)	移動	移動
2日目	SDG Workshop: Introduction	Field trip:ioilo city tour
3日目	SDGs Workshop: Education	Field Trip: School Activity
4日目	SDGs Workshop: Zero Waste/Upcycling	Field Trip: Zero Waste Tour
5日目	Volunteer Meet-up! Youth Empowerment	Volunteer Action! - Beach Clean-up @ Namocon
6日目	SDGs Workshop: Poverty & Well-being	Field Trip: Community Immersion: (Calajunan)
7日目	Mid-term Evaluation & Cross Culture: Life & Food]	Field Trip: Cultural Tour
8日目	Cross Culture: Peace & History	Field Trip: Historical Tour
9日目	Final Presentation	Shopping Time & Farewell Party
10日目(出発日)	移動	移動

移動手段
ジップニー



人生初飛行機

リザレス旧邸宅
のステンドグラス



短期留学

留学のタイトル：「 フィリピン、イロイロ市での10日間 」



左は同じグループの
フランスコさん

留学先： フィリピン／地域／イロイロ市

機関 NGO LOOB

留学期間： 2025年 2月25日～3月6日

氏名：新沼 日奈子

留学した時の学年：1年

学部・研究科名：理工学部

学科・課程名・コース名：システム創成工学科 機械科学コース

●留学の内容

・岩大生とフィリピンの大学生が、SDGs、フィリピンの歴史や文化、日本との関係性、それらに関わるNGO LOOBの活動について、その日のテーマに沿った、様々な体験や現地の人達との交流を通して、英語を主に使って共に学びました。フィリピン学生も含めたグループで、午前のレクチャーから夕食まで一緒に行動し、テーマに関するだけでなく、お互いの文化について話す機会も多くありました。最終日には活動の総括として、現地で気づいた問題を1つ挙げて、それを改善するための具体的なプロジェクト（アイデアソン）をグループで考えて発表しました。また、日本では岩大生での事前研修と、帰国後に学びを共有する事後研修を行いました。

●留学の動機

・私は、大学在学中に英語圏の国に留学して、異文化交流をしようと思っていました。また、以前からイロイロ市に興味があったことに加えて、環境問題と自分の専攻の関わりについて学び、諸問題の現状を実際に自分の目で見たいと思い、参加を決めました。

●留学の成果

・下記の語学力の他に、様々な日本との違いを学ぶことができました。特に価値観の違いと両国の関係史が印象的で、現地で人々と交流したからこそ得られることがあったと感じています。また、価値観の違いや発表を通して、地域の問題に対する解決策を考える際に、相手の価値観や利益も考慮することが重要なのだと感じました。

●スペシャルエピソード

・様々な場所に訪れた中でも、日本文化紹介やが学生と対話をした学校訪問と、生活や価値観が大きく異なる人々と交流し、環境や貧困等、様々な問題を目の当たりにした衛生埋立地が印象に残っています。
・研修のほとんどを一緒に過ごした岩手大学・フィリピンメンバーとの一番の思い出は、最後のFarewell Partyです。出し物から始まり、英語でお互いに思い出を振り返ったり、プレゼントや手紙を渡し合い、皆と深い関係を築けたと再認識し、研修の締めくくりとしてとても濃い一日になりました。

●これから留学したい人へアドバイス

・まず、目的を明確にすること大切です。現地で学ぶことが増え、モチベーションも上がって様々なことに挑戦しやすくなり、その後に活かしていくことができれば、研修をより有意義なものにできると思います。また、語学力に拘りすぎず自分から他の人と関わろうとすること、些細なことでも躊躇わずに周りを頼ることは、常に意識して行動すると良いです。お互いに失敗することがあっても、現地の方も日本学生も、懸命に取り組む姿勢に応えて助けてくれます。他に、留学前には、滞在先の興味があることに関する事前知識や、公用語（今回はタガログ語）での簡単な挨拶や自己紹介を学んでおく、留学中の会話や異文化交流に役立つと思います。

●留学費用について

①総費用：34,3922円

（内訳 研修参加費27,2600円（飛行機代、昼食6回・夕食9回、宿泊費、プログラム参加費、ほか）
交通費（新幹線、バス等）28760円、宿泊費（東京での前泊、後泊）12270円、食費①（日本）
2100円、食費②（上記以外のフィリピンでの食事）6000円弱、ビザ・保険料3812円、学研災（加入し
ていなかったため）2720円、クリーニング代 580円×2、お土産代等14500円）

②費用負担 自己負担 約20000円（お土産等、個人的に使う分）、親からの支援33,0000円

③使ったお金の割合：研修参加費は振込のための残り約70000円の内訳

現金 86%、クレジットカード（いわゆるsakusaku） 14%

※大きめの土産店や空港でなければカードは使用できなかったため、ほとんど現金で支払っていました。

※日本よりも物価が低いため、1食500～800円ほどで済みます。

※渡航時は、1ペソあたり2.96円。帰国後、フィリピンペソから換金した時は1ペソあたり2.59円。

●留学先宿舎について

・形態：コンドミニアム

・家賃額：研修参加費に含まれていたため分かりません。

・参考情報：部屋によって調理器具や家具などがかなり異なりますが、シャワー・洗面台・トイレ・電子レンジ・
冷蔵庫・クローゼットなどは共通してありました。生活必需品は、すぐ近くのコンビニで大体揃います。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語、タガログ語。両方を話すことができる人が多く、ほぼ英語を使っていました。

・語学レベルUP：英語について、渡航前は日常会話程度でした。研修を通して、テーマに関連した語彙が
増えたほか、英語で交流することに対するハードルが下がったことが最も大きな変化だと感じています。

・適正レベル：

英語のサポートのほか、グループ行動が多いため、基本的な語彙や文法の知識があれば良いと思います。
しかし、意見交流が可能な程度の英語力があると、自分で理解できることが格段に増えてより良いと思います。
私は、英語に囲まれた環境かつ現地の人と交流する機会が多い中で、自分の英単語知識やリスニング力の
不足を痛感しました。また、タガログ語については、簡単な挨拶や自己紹介を覚えておくと、異文化交流の際
に役立ちます。

●ビザについて（取得した方）

・なし

●単位互換について（該当ある方）

・岩手大学の研修単位認定：①教養教育科目 海外研修ー世界から地域を考えるー （2単位）
②国際教育科目 海外研修事前事後指導 （2単位）

●ネット環境及びその他の参考情報

・コンドミニアム（宿泊先）とシェアハウス（午前の活動場所）ではWi-Fiが利用でき、それ以外では10日
間で2GBほど利用しました。私は、楽天の海外ローミングで不足分を1GB単位でチャージ可能なものにしま
した。研修先のWi-Fi環境が明確でない場合は便利だと思います。

・私が研修に参加した2月～3月は、1年の中でもかなり暑い時期であったため、帽子・サングラス・日傘などは
重宝しました。また、水道水は飲めない分、シェアハウスなどで水を補給可能なため水筒があると便利です。

・日本の物も一応持っていました。日焼け止め・虫よけ剤は、現地で買った物を使うことをお勧めします。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
火曜/1日目	移動日：成田空港発 機内食	マニラ空港着、イロイロ空港着、オリエンテーション
水曜/2日目	日本語シェアリング、レクチャー お弁当	フィリピン海洋博物館 モール（物価調査）
木曜/3日目	テーマ：教育	学校訪問（文化紹介、学生と交流） ショッピング（朝食や生活用品購入、夕食）
金曜/4日目	テーマ：廃棄物、ゼロウェスト/アップサイクル	衛生埋立地訪問 （インタビュー、フェアトレード製品製作体験）
土曜/5日目	テーマ：ボランティア、ユースエンパワーメント	海岸清掃 （ボランティア活動、ユースの子供たちと交流）
日曜/6日目	テーマ：貧困、ウェルビーイング	カラフナン村訪問（インタビュー） グループで地図の作成
月曜/7日目	テーマ：クロスカルチャー、文化 中間評価会	国立博物館（西ビサヤ地方） モロ教会、モロマンション
火曜/8日目	テーマ：平和と歴史	バランタン国立墓地 Angelicum School
水曜/9日目	最終プレゼン：SDGsアイデアソン、スピーチ	グループでショッピング Farewell party
木曜/10日目	移動日：イロイロ空港発 マニラ空港着	機内食 マニラ空港発、成田空港着 解散

備考

- ・2日目～9日目の午前：日本語シェアリング（30分）とその日のテーマに関するレクチャー（90分）
9日目はレクチャー無し。
- ・2日目～9日目の食事：昼食はシェアハウスの方が作った弁当。
7日目、9日目はショッピングモールにてグループで自由。
夕食は、フィールド活動が終わり、英語シェアリング後に全体で飲食店などで。
9日目は、シェアハウスでパーティーの前。



カラフナン村、衛生埋立地周辺にて
現地に行き、村の方々と交流したから
こそ得られたものがありました



バッチャイというラーメンに似たフィリ
ピンの麺料理
グループメンバー全員から好評でした



5日目、海の近くにある自然豊かで
美しい景観のエコファーム
かなり広く、カフェ、湖やアスレチックも



短期留学

留学のタイトル：「 どたばた韓国研修 」



留学先：大韓民国／群山／群山大学校

留学期間：2025年 2月8日～ 2月17日
(10日間)

氏名：横沢 千衣良

留学した時の学年：1年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

前半は高敞農楽伝授館でテボルムクツ行事体験や伝統打楽器体験を通して韓国の伝統芸能である農楽について学び、後半は群山大学校で日本語学科の学生とバディを組んで交流しました。博物館等では、韓国と日本の近現代の関わりや歴史について学びました。これらの活動から、韓国の伝統的な文化から現代の身近な文化まで、その歴史的背景を含め、学ぶことができました。

●留学の動機

長期休みに海外に行きたいと思っていたところに、今回の韓国研修のお知らせを目にしてほとんど勢いで申し込みました。基礎ゼミでお世話になった神野先生が研修の担当教員だったこともあり、行ってみたい！韓国の文化を知りたい！という気持ちも大きかったです。

●留学の成果

私は授業で韓国語を履修していない唯一の参加者だったのですが、韓国語の簡単なあいさつや物の名前、文化を先生や友人がいつでも教えてくれて語学に対するモチベーションが上がりました。また、農楽を通して全員で協力して一体になって作り上げることの楽しさを実感しました。

●スペシャルエピソード

仁川空港に売っているアンニョンサンドは搭乗手続きを終えてからでは買えません。私は勘違いして買いそびれました。これから韓国へ行ってアンニョンサンドをお土産として買いたい人は気を付けてください。

●これから留学したい人へアドバイス

私は今回の研修を勢いで決めましたが、出発前日にテストがあったり、研修中にレポートの締め切りに追われたり、ギリギリを極めてしまったので、計画的に予定を組むことをお勧めします。いろいろギリギリな上に、韓国語もわからない状態で行きましたが、今までの人生の中で最も充実した1週間だったといっても過言ではないくらい楽しかったです。勢いで一步を踏み出せて本当に良かったです。よって、勢いと計画性を両方合わせ持ったら最強なのではないかと思います。

●留学費用について

①総費用：およそ142,000円

（内訳 渡航費44,530円、滞在費70,000円、食費およそ5,000円、ビザ・保険料3,620円、お土産代他およそ15,000円、OSSMA3,812円）

②費用負担 自己負担32,000円、親からの支援30,000円、留学奨学金80,000円（研修後振り込み）

③使ったお金の割合：現金100%

●留学先宿舎について

・形態：コテージ、大学寮

・家賃額：総額 70,000円（上記の滞在費）

・参考情報：コテージは4人部屋、大学寮は2人部屋で新しい建物、
どちらもオンドルで暖かいが、大学寮のほうは暖まるまで時間がかかった、大学寮では洗濯できる

●語学力について

・現地で使用した言語：韓国語

・語学レベルUP：韓国語の簡単なあいさつと単語を覚えました。

・適正レベル：私は韓国語力ゼロの状態でも周りのおかげで生きていけました。
知りたい、覚えたいという姿勢は大切にしていました。

●ネット環境及びその他の参考情報

さまざまな施設やお店に無料wi-fiがありました。大学内のパソコンとwi-fiも使うことができました。ドライヤーは必要か、洗濯はできるかは事前に確認しておいたほうがいいです。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
土曜/1日目	成田空港へ移動	韓国へ出国
日曜/2日目	高敞農楽伝授館にてテボルムクッ行事体験	高敞農楽伝授館にて伝統打楽器体験
月曜/3日目	高敞農楽伝授館にて伝統打楽器体験	
火曜/4日目	伝統打楽器の発表会	群山大学校へ移動
水曜/5日目	群山大学校内の博物館等見学	韓国語講座
木曜/6日目	群山・井邑・全州 博物館等団体見学	
金曜/7日目	群山大学校でのバディとの自由探索	
土曜/8日目		
日曜/9日目	バディとの研究発表	「演戯物理学」公演
月曜/10日目	明洞 自由散策	日本へ帰国



サムギョプサルおいしかったです

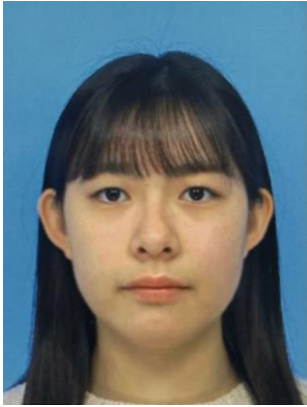


農楽は中毒性が高いです



もっと歴史について学ぼうと思います

留学のタイトル：「 韓国の良いところ発見隊！ 」



留学先：韓国／全羅北道／高敞、群山／群山大学校
留学期間：2025年2月8日～2月17日

氏名：平中心美
留学した時の学年：1年
学部・研究科名：教育学部
学科・課程名・コース名：小学校教育コース

●留学の内容

- ・全羅北道高敞農楽伝授館で伝統行事参加、農楽についての研修
- ・現地の大学生と協働作業、発表会

●留学の動機

第二外国語で韓国語を履修しているうちに韓国への関心が高まり、現地に行き現地の方と交流することで、韓国語の能力を向上させたり韓国についての理解を深めたりしたいと思ったから。

●留学の成果

韓国の一部の地域の伝統行事、文化に触れることができた。また、韓国人との交流を通して韓国人の考え方や韓国の文化を知ることができた。

●スペシャルエピソード

自由時間にオリーブヤングに行って、バディを組んだ群山大学生におすすめのパックを教えてもらって買った。
現地解散だったため2日程観光してから帰った。

●これから留学したい人へアドバイス

慎重派の私も勇気を出して初めて海外に行ったが、留学しないと得られない経験がたくさんあり、行って良かったと心から思うことができた。迷っているのであれば是非行ってほしい！

●留学費用について

①総費用：160,000円

（内訳 渡航費45,000円、研修費（宿舎費含む）70,000円、保険料5,000円、その他40,000円）

②費用負担 自己負担120,000円、留学奨学金40,000円

③使ったお金の割合：現金70%、クレジットカード（楽天カード、WOWPASS） 30%

●留学先宿舎について

- ・形態：ペンション、寮
- ・家賃額：事前に収集された研修費に含まれているため不明
- ・参考情報：ペンションは4人部屋、寮は2人部屋

●語学力について

- ・現地で使用した言語：韓国語、日本語
- ・語学レベルUP：少し向上した。目と耳が韓国語に慣れてくる。
- ・適正レベル：日常会話ができなくても大丈夫。基本的な挨拶は知っておくといい程度。

●ビザについて（取得した方）

●単位互換について（該当ある方）

●ネット環境及びその他の参考情報

スマホ au海外放題を利用

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
土曜/1日目	移動（岩手～成田空港）	移動（成田～仁川～高敞）
日曜/2日目	農楽伝授館の旧正月伝統行事に参加	午前と同じ
月曜/3日目	農楽についての研修	午前と同じ
火曜/4日目	農楽ミニ発表会	群山に移動して夕飯、自由行動
水曜/5日目	韓国語の授業	群山大学生と合流、博物館巡り、夕飯
木曜/6日目	群山大学生と研修、協働作業（～8日目）	午前と同じ
日曜/9日目	発表会	ソウルに移動、公演鑑賞、全員で夕飯を食べて解散



▲旧正月伝統行事
体験の様子



▲ミニチャング（楽器）
作り



▲群山大学生たちとご飯
サムギョプサル！

留学のタイトル：「

韓国研修

」



留学先：韓国／全羅北道／高敞郡、群山市、ソウル／全羅北道高敞農楽伝授館、群山大学

留学期間：2025年 2月8日～17日

氏名：菊池彩

留学した時の学年：2年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

群山大学生との協働研修及び高敞郡での伝統行事へのフィールドワークを体験して、韓国の歴史や文化、異文化間でのコミュニケーションについて学ぶことを目的とした研修でした。初日と最終日は移動日で、中8日間のうち3日間は高敞郡での伝統行事へのフィールドワーク、その後5日間は群山へ移動し群山大学生との協働研修を行いました。最後はソウルへ移動し、公演観覧をしました。

●留学の動機

近年はSNSの発達により、多様な文化を簡単に共有できるようになりました。しかしその一方で自分が受け取る情報に偏りがあると感じていました。自分が習得した言語を活用しながら実際に現地に赴いて文化を学びたいと思い、この研修に参加しました。

●留学の成果

伝統行事には国籍を超えて、人と人をつなげる力があると感じました。また異文化を学ぶということは、その文化を持つ相手を「愛する」という言葉に置き換えることができると実感しました。韓国語もまだまだ未熟ですが、恐れずに知っている単語と構文とジェスチャー、表情で自分の伝えたいことを積極的に伝え、異文化コミュニケーションの実践が活発に行えました。

●スペシャルエピソード

現地で買える日用品は、現地で買うことをお勧めします。ホテルとは違って、ユースホステルや寮が宿泊先であったため、あれこれと日用品を持っていきましたがキャリーがとにかく重く、お土産を入れるスペースがなかったです！

●これから留学したい人へアドバイス

留学にぜひ行ってください！「他の参加者は既に仲の良いグループであつたらどうしよう、研修について相談できる相手が見つかるか」といった不安はありましたが、そんな不安は研修が始まればすぐに吹き飛びます！私自身、研修に申し込む際は知っている人が一人もいない状態でした。引率の先生、国際課の方々など研修を支えてくださる人々がいて、研修に対する悩み事などは相談に乗ってくださいます。また、研修が始まる前には想像もできなかったほどに研修に参加した岩大生の仲間と仲良くなりましたし、現地で出会った仲間は帰国後も連絡を取り合うなど交流を続けています。新たに一步踏み出してよかったと心から思います。悩んでいるのなら、ぜひ一步踏み出してみてください！

● 留学費用について

① 総費用：約15万円

（内訳 渡航費4万5千円、学費・宿舍費・光熱水費・食費など総合して約7万円、ビザ・保険料約3800円、お土産代他1万円、・・・）

② 費用負担 自己負担6～10万円、親からの支援5万円、留学奨学金4～8万円

③ 使ったお金の割合：現金50%、その他（WOWPASS→韓国で発行できるプリペイドカード兼交通カードのようなものを現地では支払い方法として利用しました）50%

● 留学先宿舎について

・形態：ユースホテル、群山大学寮

・家賃額：現地での研修費用は先生がまとめて支払いをしたため、具体的な料金はわかりません

・参考情報：

● 語学力について

・現地で使用した言語：韓国語

・語学レベルUP：聞き取り、読み取り、話すこと全てレベルアップしたと思います。特に聞き取りは65%くらいは理解できるようになりました。読み取りも翻訳機を使わなくても生活できることが多かったです。歴史などの専門的な単語については学習が必要だと感じました。

・適正レベル：この研修に参加するなら、日常的な挨拶と簡単な自己紹介を理解していれば大丈夫だと思います。

● ビザについて（取得した方）

● 単位互換について（該当ある方）

● ネット環境及びその他の参考情報 Amazonでe-SIMを購入しました

● 留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
1日目	移動	全羅北道高敞郡到着
2日目	高敞農楽伝授館での旧正月伝統行事への参加	高敞農楽伝授館での旧正月伝統行事への参加
3日目	高敞農楽伝授館にて農楽について研究	楽器体験
4日目	高敞農楽伝授館にてミニ発表会	高敞郡にて史跡見学、群山へ移動
5～8日目	群山大学生との協働作業	群山大学生との協働作業
9日目	群山大学にて報告会	ソウルへ移動し公演観覧
10日目	ソウル市内自由行動	



高敞農楽伝授館にてミニ発表会を終えた後の写真です。最高の思い出です。



群山大学の学生と大学近くの湖に行き、たくさんお話をしました。景色がとても綺麗でした。



ソウルでは気になっていたボッサムのお店に行きました。研修中、ボッサムにドハマリしてたくさん食べました。

留学のタイトル：「海外研修での経験」



留学先：韓国／群山、ソウル、コチャン／群山大学

留学期間：2025年2月8日～2月17日

氏名：佐藤幸代

留学した時の学年：2年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

コチャンの伝授館での楽器体験、ミニチャング作り、群山大学生との協働研修、公演観覧

●留学の動機

韓国語を1年生の時に前期と後期で履修し、語学力を試してみたいと考えたことと、海外経験を積みたかったから。また現代音楽に興味があり、K-POPが人気の背景に伝統音楽が関係するのか知っていたから。

●留学の成果

実際に韓国人と会話することで教科書で教えられる文法が韓国人にとっては意味が通じにくい場合や韓国の文化、日本と韓国の様々な違いについて知ることが出来た。

●スペシャルエピソード

留学先では、環境変化による体調の変化があり大変だったが研修メンバーで助け合った。また予想外の出来事で現地で調達しなければならなかったものが多かった。しかし協働研修でペアになったオンニがとても優しく、サポートもたくさんしてくれて精神的に助けられた。

●これから留学したい人へアドバイス

海外に行く際は薬や様々な生活用品を持って行った方がいいと思う。また何かあった時の為に現金を多く持って行ったり、キャッシュカードを何枚かに分けて持っていったりすると思う。

●留学費用について

①総費用：15,0000円

（内訳 渡航費70,000円、宿舍費15,000円、食費20,000円、ビザ・保険料約4,000円、お土産代約15,000円）

②費用負担 自己負担 x x x 円、親からの支援70,000円、留学奨学金80,000円

③使ったお金の割合：現金90%、クレジットカード（JCB）10%

●留学先宿舎について

・形態：ホステル、学生寮、ホテル

・家賃額：約40,000円（食費含む）

・参考情報：ホステルは洗濯機がないが、キッチンに必需品が備えられていた、テレビやWi-Fiもあり。学生寮は洗濯機があり何度でも洗濯可能でWi-Fiや床暖もある。暖房はなかった。

●語学力について

・現地で使用した言語：韓国語、日本語

・語学レベルUP：上がった

・適正レベル：初級程度

●ビザについて（取得した方）

●単位互換について（該当ある方）

●ネット環境及びその他の参考情報

ほとんどの場所にWi-Fiがある。しかしない場所もある為、そういう時はeSIMを使用した。また韓国は電圧が日本と異なる為、韓国の電圧に合った機械を持って行ったり、変換プラグを事前に購入して持って行ったりした。また機器の貸し借りも行った。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
土曜/1日目	盛岡→東京	東京→ソウル→コチャン（一日中移動）
日曜/2日目	農学伝授館での旧正月伝統行事参加	午前と同じ
月曜/3日目	農学伝授館での楽器体験	踊り、衣装着付け体験、ミニチャング作り
火曜/4日目	農学ミニ発表会	群山大学に移動
水曜/5日目	群山大学キャンパスツアー、韓国語授業	両学生顔合わせ、博物館研修
木曜/6日目	東学農民運動記念館見学	午前と同じ
7～9日目	協働作業	午前と同じ、最終日のみ午後公演観覧



農学伝授館での衣装着付け体験



群山大学生と湖の周りを散歩！



全日程が終了後みんなですき焼き♡

短期留学

留学のタイトル：「韓国伝統音楽を学ぶ」



留学先：韓国／全北特別自治道／群山市／

群山大学

留学期間：2025年 2月2週～ 2月4週

氏名：谷口灯

留学した時の学年：1年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

高敞での農楽体験、群山でのバディとの自由探索が主な内容です。高敞では韓国の伝統芸能である農楽を体験しました。外国の伝統文化に実際に参加・体験でき、貴重な経験になりました。農楽発表会や伝統行事への参加もとても新鮮で楽しかったです。群山では現地のバディと自由探索をしました。韓国の若者の間で流行っていることや食文化を知ることができました。

●留学の動機

もともと韓国の音楽や文化に興味があり韓国に行ってみたいと思っていたため。韓国の伝統音楽やそれがどのように現代韓国音楽に影響を与えているのか知りたかったため。

●留学の成果

韓国の伝統音楽を体験し知識を得られただけでなく、異文化や伝統を学ぶとはどういうことかも知ることができた。また様々な人とコミュニケーションを取ることができた。

●スペシャルエピソード

韓国の大学生が作るパワーポイントがとても可愛かったです。韓国といえばかわいい雑貨やファッションが日本でも人気ですが、そういうものを生み出せる理由がパワーポイントのクオリティーの高さのような韓国の方のクリエイティブな所にあるのかと思いました。

●これから留学したい人へアドバイス

外国の伝統文化を学ぶ良い機会になると思います。伝統行事への参加や発表会など、自分で旅行するときにはなかなか体験できないことを沢山体験できます。伝統文化というと日本のものでもあまりなじみがないように感じますが、やってみるととても楽しいです。そして韓国の方や一緒に研修に行く岩大生と友達になるチャンスです。新しいことに気軽に挑戦でき、気の合う友達も沢山出来る素敵な機会です。ぜひ参加してみてください！

●留学費用について

①総費用：約25万円

(内訳 渡航費6万8千円(新幹線代含む)、宿舎費6万円(ソウル、成田空港付近ホテル代含む)、食費4万円、ビザ・保険料約5千円、お土産代6万円・・・)

②費用負担 自己負担0円、親からの支援20万円、留学奨学金8万円

③使ったお金の割合：現金30%、クレジットカード(JCB)0%、トラベルプリペイドカード(WOWPASS) 70%

●留学先宿舎について

- ・形態：ホステル、寮
- ・家賃額：日額約二千円(ホステル、食費含まない)日額約二千七百円(寮、食費含む)
- ・参考情報：群山大学の寮には食堂があり平日は三食利用できますが、朝食意外は外食がほとんどです。

●語学力について

- ・現地で使用した言語：日本語、韓国語
- ・語学レベルUP：韓国語の新しい単語を2～3個覚えられる程度
- ・適正レベル：韓国語の経験が無い方でも参加できます。現地の学生はかなり日本語を話すことができます。

●ビザについて(取得した方)

必要ありません

●単位互換について(該当ある方)

副専修プログラム「グローバル・地域人材育成」のコア科目として2単位認定されます

●ネット環境及びその他の参考情報

eSIMが便利です。Amazonなどで必要な日数分購入できます。スマートフォンとパソコンを持っていました。パソコンはほとんど使いませんでした。主に群山大学での研修でパソコンを使用しますが、現地の学生が貸してくれたので自分のものは必要なかったです。

●留学中の主なスケジュール

日程	午前	午後
1日目	韓国へ移動	仁川空港集合、高敞へ移動
2日目	伝統行事参加	午前と同じ
3日目	農楽研修	午前と同じ
4日目	農楽発表会	群山へ移動
5日目	キャンパスツアー、韓国語授業	博物館見学
6日目	博物館見学	全州韓屋村散策
7,8日目	群山大学生との協働作業	午前と同じ
9日目	研究発表会	農楽公演観覧、ソウル市内で解散



農楽発表会



毎日みんなでお菓子パーティーをしました



群山大学の学生と韓国のプリクラを撮りました

留学のタイトル：「 全てが初めて！ 最高の2週間 」



留学先：韓国／コチャン／群山／ソウル
群山大学
留学期間：2週間

氏名：山端優奈
留学した時の学年：1年
学部・研究科名：人文社会科学部
学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

コチャンでの農楽体験
群山大学の生徒との交流
ソウルでの講演鑑賞

●留学の動機

以前から韓国に興味があり、韓国語の授業を通して言語だけではなく文化や歴史にも興味を持つようになり、実際に韓国に行って日本と似ている所や異なる部分を体験してみたいと思い参加することにしました。

●留学の成果

授業では韓国語を話す機会があまりなかったのですが、現地で韓国語を用いて会話をすることができ、外国語を話すことへの抵抗が少なくなりました。皆さん優しく聞いてくださるので、自信もつきました。

●スペシャルエピソード

ソウルや明洞ではほとんど観光客で韓国語をあまり聞きませんでした。なので、コチャンや群山での体験は貴重だと思いました。空港からのタクシーが速すぎて、びっくりしたのも良い思い出です笑

●これから留学したい人へアドバイス

私は今回が初めての海外で、不安な点がたくさんありました。ですが、先生や仲間がいるので楽しく過ごすことができました。岩手大学は、補助金や保険制度もしっかりとしているため、安心して留学することができます。2週間という短い期間でしたが、得られたものはたくさんありました。積極性やコミュニケーション能力も身に付き、新しい友達もたくさんできました。とてもいい経験になると思います！

●留学費用について

①総費用：280000円

(内訳 渡航費43000円、宿舎費39000円、食費10000円、保険料5000円、交通費40000円、研修参加費70000円、買い物60000円、その他10000円)

②費用負担 自己負担0円、親からの支援50000円、留学奨学金80000円

③使ったお金の割合：現金10%、クレジットカード0%、トラベルプリペイドカード(WOWPASS) 90%

●留学先宿舎について

・形態：ホテル、ユースホテル、寮

・参考情報：ホテルは自費、その他は研修参加費に含まれています。

ユースホテルは4人部屋、設備も良かったです。

寮は2人部屋、新しくできたばかりなのでとても綺麗でした。

●語学力について

・現地で使用した言語：日本語、韓国語、英語

・語学レベルUP：あまり変わっていないと思います。話す機会は増えました。

・適正レベル：知識が全くなくても大丈夫だと思います。

●ビザについて（取得した方）

●単位互換について（該当ある方）

●ネット環境及びその他の参考情報

WIFIはE-SIMを使いました。コンセントはCタイプは全て緩く刺さらなかったため、SEタイプがいいと思います。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
1～2日目	移動	移動
3～5日目	コチャンでの農楽体験	群山大学へ移動
6日目	群山大学での韓国語講座	博物館見学
7～8日目	パディとの自由行動	自由行動
9日目	群山大学での発表会	ソウルへ移動、講演鑑賞
10～12日目	ソウルでの自由行動(研修終了後)	自由行動
13日目	移動	帰国



①コチャンでの着付け体験



②コチャンでの発表会



③群山大学での発表会

短期留学

留学のタイトル：「現地の方とも岩大の参加者とも仲良くなれる短期留学」



留学先： 韓国 高敞郡・高敞農楽伝授館
群山市・群山大学
留学期間： 2025年2月（9日間）

氏名：工藤朝花
留学した時の学年：2年
学部・研究科名：人文社会科学部
学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

留学期間の前半は高敞郡に滞在し、主に高敞農楽伝授館で韓国の伝統文化の一つである農楽を学びました。旧正月行事では韓国の旧正月文化を体験しました。いくつか種類のある伝統打楽器の練習も行い、最後にはそれぞれが習得した楽器で演奏をしました。後半は群山市にある群山大学の寮に滞在し、市内の博物館で群山市の歴史について学びました。また、群山大学の学生とペアを組み、自分が設定したテーマについて調べました。

●留学の動機

韓国の学生と交流ができるという点に魅力を感じ、参加を決めました。元々韓国が好きで旅行にも行ったことがあったのですが、旅行では韓国語を話すのは店員さんぐらい機会があまりなかったので、韓国語スキル向上のためにもネイティブスピーカーと会話ができるこの短期研修に参加しました。

●留学の成果

韓国語を積極的に話す姿勢が身に付いたと思います。現地の学生の方々も頑張って日本語で伝えようとしてくれたため、私も間違っても韓国語をで伝えようと行動することができました。また、韓国の伝統文化も学ぶことができ、私の知らなかった韓国を知ることができました。

●スペシャルエピソード

実施されたのが冬だったので冬服を持って行ったのですが、スーツケースが重くなり行きの時点で航空会社が設定している重量のギリギリになってしまいました。帰りはお土産も加わってどうやって持って帰るか荷物の整理が大変だったので、服などの荷物は最小限に抑えることと機内持ち込みするためのバックは大きいものを持っていくことをオススメします。

●これから留学したい人へアドバイス

参加当初は参加者の中に友達がいないどころか全員と顔も合わせたことがなく不安でした。しかし、事前研修で毎回顔を合わせ、留学期間中で共同生活をしていく中で教授を含めた参加者全員と学年・学部関係なく仲良くなりました。なので、今後留学を希望する方も絶対に参加者と仲良くなれるので心配しなくても大丈夫です！

●留学費用について

①総費用：15万2千円

（内訳 渡航費6万5千円、短期留学参加費（韓国内移動費・宿泊費・食費・プログラム費等）7万円、保険料6千円、宿泊費3千円、食費2千円、お土産代他6千円、・・・）

②費用負担 自己負担5万2千円、親からの支援2万円、留学奨学金8万円

③使ったお金の割合：現金100%

●留学先宿舎について

- ・形態：高敞郡 ホテル、群山市 群山大学寮
- ・家賃額：8日 額 1万7千円（短期留学参加費に含まれる）
- ・参考情報：高敞郡で宿泊したホテルは4人一部屋、群山大学寮は新しく綺麗で二人部屋

●語学力について

- ・現地で使用した言語：韓国語
- ・語学レベルUP：新たに単語を覚えることはできなかったが、積極的に韓国語を話す姿勢が身に付いた。話すことに抵抗がなくなった。
- ・適正レベル：引率の教授が全て通訳してくださり、群山大学の学生も日本語学科の方々なので全く韓国語が聞き取れない、読めない、話せなくても大丈夫です。

●ネット環境及びその他の参考情報

スマホを使うためにEsimを利用しました。高敞郡のホテルにも寮を含めた群山大学の施設にもフリーWiFiがありました。

●留学中の主なスケジュール

日程	午前	午後
1日目	成田空港へ移動	渡韓、高敞郡のホテルへ移動
2日目	高敞農楽伝授館にて旧正月行事に参加	旧正月行事に参加、伝統打楽器の説明
3日目	資料展示室見学、伝統打楽器体験	伝統民俗芸能の衣装着付け体験、 伝統打楽器体験
4日目	ミニ発表会	史跡見学、群山市へ移動、ショッピング
5日目	群山大学キャンパスツアー、韓国語授業、 群山大学生と顔合わせ	群山近代歴史博物館見学
6日目	東学農民運動記念館見学	全州で自由行動
7日目	群山大学生と協働作業	群山大学生と協働作業
8日目	群山大学生と協働作業	群山大学生と報告会準備
9日目	報告会	ソウル特別市へ移動、「演劇物理学」公演観覧、 解散



〈旧正月行事に参加した際の写真〉
藁で大きな綱を現地の方々で作りました。



〈伝統打楽器体験をした際の写真〉
3つの楽器をそれぞれが担当し、練習をしました。



〈群山大学生と夕食を食べた際の写真〉
群山大学生がサムギョブサルのお店に連れて行ってくれました。

留学のタイトル:「 学びが多かった韓国研修



留学先: 韓国／群山大学校
留学期間: 2025年 2月8日～ 2月17
日

(●年or●月or●週)

氏名: 佐藤明華

留学した時の学年: 1年

学部・研究科名: 人文社会科学部

学科・課程名・コース名: 人間文化課
程

●留学の内容

韓国の伝統行事に参加し、伝統舞踊や文化を学ぶ。群山大学生とペアを組み自分の研究テーマについて調べるフィールドワークをし韓国の文化を学ぶ。

●留学の動機

中学生のころから留学したいと思っていたから。また前期で韓国語を履修しており、韓国に興味を持ったから。

●留学の成果

私は今回の留学が初めての海外だった。日本語が通じない国に行って日本とは違う文化を目で見て、自分の体で体験したことはものすごく自分にとっていい経験だったし文化って面白いと感じた。

●スペシャルエピソード

地下鉄に乗ろうとしたときうまく切符が買えなかったり、改札を通ることができなかったりしたときに周りにいた韓国人がすぐに助けてくれた。

●これから留学したい人へアドバイス

海外旅行では体験できない、留学だからこそできる体験、経験があると思うので留学に興味のある人は挑戦してほしい。絶対に素敵な経験ができるはず！

●留学費用について

①総費用:16万円

(内訳 渡航費65000円、学費70000円(宿舍費込み)、ビザ・保険料5000円、お土産代他20000円、・・・)

②費用負担 自己負担2万円、親からの支援6万円、留学奨学金8万円

③使ったお金の割合:現金100%

●留学先宿舎について

- ・形態:高敞郡のホテル、群山大学の寮
- ・家賃額:研修費込みのため詳細は不明
- ・参考情報:両者ともキレイで過ごしやすかった。お風呂は浴槽がなくシャワーだけであった。

●語学力について

- ・現地で使用した言語:韓国語
- ・語学レベルUP:渡韓前と比べると聞き取れる単語が増えたように感じる。
- ・適正レベル:授業で韓国語を学んだくらいの語学があったほうが楽しめると思う。

●ビザについて(取得した方)

●単位互換について(該当ある方)

●ネット環境及びその他の参考情報

スマホはドコモのドコモ海外利用を契約したので e-simなどは使用していない。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
土曜／1日目	日本出発	仁川から高敞に移動
日曜/2日目	全羅北道高敞農楽伝授館の旧正月伝統的行事参加	同じ
月曜/3日目	農楽について研修	同じ
火曜/4日目	農楽のミニ発表会	群山へ移動し歓迎会
水曜/5日目	群山大学でオリエンテーション	
木曜/6日目	群山大学生と研修、協働作業	土曜までおなじ
日曜／9日目	発表会	ソウルへ移動



農楽体験の様子



伝統行事の様子



バディとの研修の様子

留学のタイトル：「

ドイツでの課題解決型短期研修 2024



留学先：ドイツ／ドレスデン／ドレスデン工科大学

留学期間：2025年 2月28日～ 3月18日

氏名：藤澤天彩

留学した時の学年：1年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

私が参加した課題解決型短期研修は、自分自身で研修中の課題テーマを考え、それについて現地で調査するというものでした。ドイツ語の短期研修は語学留学も兼ねているため、午前中は現地の大学でドイツ語文法・表現の授業を受け、午後は自分の課題テーマの調査を行っていました。土・日曜日は大学の授業はないため、滞在していた学生寮のあるドレスデン以外の都市やドイツ周辺の国々にも行くことができました。

●留学の動機

私は一度も海外経験がなく、海外へ行くことに不安を感じていましたが、このドイツ語短期研修は先生の引率があり、アプリや海外旅行保険など万全のサポート体制があったため、研修への参加を決断しました。

●留学の成果

現地の大学で文法や会話表現を学んだことで、買い物や注文時などに使える実践的なフレーズや語彙を増やすことができました。

●スペシャルエピソード

皆さんはレストランで食事をした際に払う「チップ」文化についてどれくらい知っていますか？ヨーロッパではチップ文化が定着しており、それが海外旅行や留学に対するハードルになっているかもしれません。しかしドイツでは現地の人々も滅多にチップを払いません！特にお金のない学生は払う必要がないそうです。チップを払うのは本当にサービス・料理が良かった場合のみです。安心して現地のレストランでの食事を楽しんでください！

●これから留学したい人へアドバイス

私含め「現地の言葉を流ちょうに話せないから・・・」と留学をためらう人も多いと思います。しかし現地の人々は国籍・年齢を問わず困っている人に当たり前のように手を差し伸べてくれ、店員のほとんどが流ちょうに英語を話していました。実際に現地に行ってみることで初めて得られた知見や体験も多くあり、短期研修に参加して良かったと思っています。何事も経験だと思えます！少しでも行ってみたいと思ったら、勇気を出して留学に行ってみることをおすすめします。

●留学費用について

①総費用：33万5千円

（内訳 渡航費14万円、学費（授業のコース料金）8万円、寮費・光熱水費4万円、食費2万円、ビザ・保険料5千円、お土産代他5万円、・・・）

②費用負担 自己負担14万円、親からの支援20万円、留学奨学金11万円

③使ったお金の割合：現金20%、クレジットカード（楽天カード・VISA）80%

●留学先宿舎について

- ・形態：現地大学の学生寮（国際ゲストハウスなので、一般の人や他の大学から来た学生も利用します）
- ・家賃額：日・週月額 4万円（光熱水費含む、2週間分の料金です）
- ・参考情報：寮の部屋は1人部屋と2人部屋があり、部屋代は2人部屋にすると安くなります。

●語学力について

- ・現地で使用した言語：ドイツ語、英語
- ・語学レベルUP：大学のドイツ語の授業では実践的な会話を鍛えられました。
- ・適正レベル：中級ドイツ語受講者

●ビザについて（取得した方）

●単位互換について（該当ある方）

課題解決型短期研修の単位数は2単位です。

●ネット環境及びその他の参考情報

滞在していた学生寮やドイツ国内の新幹線（ICE）には無料で使えるWi-Fiがありました。現地のお店のほとんどでクレジットカードを使用できますが、まれにカード対応していないお店もあります。食事や買い物をする前に支払方法を確認すると安心です。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	現地の大学でプレースメントテスト	友達と街散策
火曜/2日目	大学でドイツ語の授業	大学のレクリエーションに参加（街歩きツアー）
水曜/3日目	大学でドイツ語の授業	大学のレクリエーションに参加（ヨガ）
木曜/4日目	大学でドイツ語の授業	友達と街散策
金曜/5日目	大学でドイツ語の授業	大学のクラスメイトと博物館訪問
土曜/6日目	ベルリン訪問	ベルリン訪問
日曜/7日目	課題テーマの現地調査	課題テーマの現地調査・友達と外食



ドイツの代表的な大衆料理シュニッツェル



日曜日は川沿いの芝生の上で街のみんなが日光浴を楽しんでいました



ドレスデンの有名なバームクーヘン屋さんのケーキ

留学のタイトル：「ドイツ課題研修」

あなたの顔写真
(顔を出したくない方は、イラスト・お気に入りの物の写真等でも結構です。著名人や著作物など肖像権、著作権侵害にあたるものはNGです。)

留学先：ドイツ連邦共和国・ドレスデン

機関 ドレスデン工科大学

留学期間：2025年 3月1日～3月15日 (2週間)

氏名：渡邊星

留学した時の学年：1年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：地域政策課程

●留学の内容

2週間でドイツ語の語学力の向上と個人が課題だと感じる点について日常と比較しながらドイツの様々な環境を見て学ぶことを行う。

●留学の動機

大学在学中に一度は海外に行ってみたいと考えていたことと、1年次にドイツ語を履修していたため自分のスキルを現地で試してみたいと考えたため。

また、ドイツは環境先進国であり自分の学びたい分野への良い参考にもなると考えた。

●留学の成果

実際にドイツで生活をするうえで日常的なフレーズを現地の人から学ぶことが出来たし、学校でも日本の大学よりもドイツ語で説明される部分が多く、これからの語学力向上に向けて良い刺激となった。また、環境に配慮している面をいくつか見つけられたことや、観光地で外国人観光客に対する配慮はどれほどのものなのかという点についても実際に足を運んで学ぶことが出来た。

●スペシャルエピソード

乗らなければならない路面電車を間違えてしまっても友人と協力して何とか戻ってこれたのは自信につながった。担当だった先生の笑い方がとても面白かった。

●これから留学したい人へアドバイス

自分は初めての海外ですごく緊張したのですが、友人と一緒にだったこともあって何とか無事に、楽しんで乗り越えることが出来たと思っています。この経験を1年次からできたことは今考えてもすごくありがたいことだし、いろいろな面で学んだことが多かったため、ぜひ行っていただきたいです。

●留学費用について

①総費用：600000円

（内訳 渡航費380000円、学費80000円、宿舍費37000円、光熱水費 0 円、食費50000円、ビザ・保険料3000円、お土産代他50000円 ）

②費用負担 自己負担490000円、親からの支援 0 円、留学奨学金110000円

③使ったお金の割合：現金30%、クレジットカード（楽天デビット） 70%、トラベルプリペイドカード（カード名） ●%、その他（具体的に記載） ●%

●留学先宿舎について

- ・形態：学生寮
- ・家賃額： 2 週間 額37000円（●●費含む・含まない）
- ・参考情報：

●語学力について

- ・現地で使用した言語：ドイツ語、英語
- ・語学レベルUP：
- ・適正レベル：A2.1

●ビザについて（取得した方）

●単位互換について（該当ある方）

●ネット環境及びその他の参考情報

学校にWi-Fiあり、寮にもあり

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	90分×2 ドイツ語授業	課外研修（博物館見学）など
火曜/2日目	90分×2 ドイツ語授業	ドイツ語の音楽を学ぶ など
水曜/3日目	90分×2 ドイツ語授業	ヨガ など
木曜/4日目	90分×2 ドイツ語授業	ドイツ語教室 など
金曜/5日目	90分×2 ドイツ語授業	上に同じ
土曜/6日目	課題研修の調査	課題研修の調査
日曜/7日目	課題研修の調査	課題研修の調査



親切な日本人の方が写真撮ってくれました



同じクラスの人たち



ベルリン大聖堂

留学のタイトル：「 ドイツ研修による視野の変化 」



留学先： ドイツ／ザクセン州／ドレスデン／
機関 ドレスデン工科大学 TUDIAS
留学期間： 2025年 3月3日～14日
(2週間)

氏名： 田村観沙
留学した時の学年： 1年
学部・研究科名： 人文社会科学部
学科・課程名・コース名： 地域政策課程

●留学の内容

二週間のドイツ研修により、語学力の向上および、小売店においての日本との違いを比較し、日本社会の新たな構築を検討する。

●留学の動機

経済・経営分野から岩手県ひいては日本の将来的な社会の構築に役立つため、まず異なる環境に身を置いて日本社会を俯瞰したかったため。

●留学の成果

日本は環境面でも交通面でも水準が高いため、ドイツ研修をしたことで日本の住みやすさを再確認できると共に、逆にドイツにしかない良さも感じる事ができた。

●スペシャルエピソード

博物館やオペラ会場等に足を運び、あらゆる視点からドイツの文化を学ぶことができた。特に、今回行ったドレスデンには博物館や美術館が多く、寮からも近かったため、空き時間に気軽に行くことができた。

●これから留学したい人へアドバイス

地域にもよるが留学や研修に必要な資金がネックとなりなかなか踏み切れない学生も多いと感じる。しかし、一度母国を出て少ない間でも生活してみることで、母国の素晴らしさを再認識でき、さらに母国に足りない点や全く真似できない両方の国独自の良さも学ぶことができると思うのでぜひ挑戦してみることをお勧めする。

●留学費用について

①総費用：53万6千円

（内訳 渡航費35万円、学費8万円、宿舍費4万円、保険料6千円、お土産・食費諸々6万円）

②費用負担 自己負担45万6千円、留学奨学金8万円

③使ったお金の割合：現金30%、クレジットカード（カード名） 70%

●留学先宿舎について

- ・形態：寮
- ・家賃額：額 4万円
- ・参考情報：タオル等の取り換えに別途費用

●語学力について

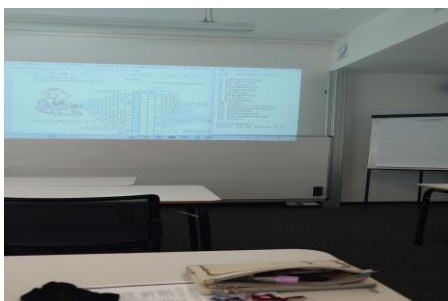
- ・現地で使用した言語：ドイツ語・英語
- ・適正レベル：A2

●ネット環境及びその他の参考情報

寮にWi-Fiあり

●留学中の主なスケジュール

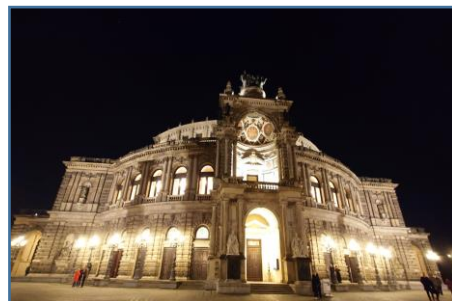
曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	学校	研究
火曜/2日目	学校	研究
水曜/3日目	学校	研究
木曜/4日目	学校	研究
金曜/5日目	学校	研究
土曜/6日目	観光	観光
日曜/7日目	観光	観光



授業風景



小売店(お土産)



歴史的建造物(ゼンパーオーパー)

留学のタイトル：「 ドイツの街並みと人の関わり 」



留学先： ドイツ／ザクセン州／ドレスデン／
ドレスデン工科大学

留学期間： 2025年 3月 2週

氏名： 八巻美紗樹

留学した時の学年： 4年

学部・研究科名： 人文社会科学部

学科・課程名・コース名： 人間文化課程

●留学の内容

- ・ネイティブの先生による語学の授業
- ・町歩きを中心とした街並み、建物の調査
- ・美術館や博物館を訪れ、芸術や文化を知る

●留学の動機

- ・就職先（アニメ制作会社）で実体験を元に作品制作に貢献するため
- ・自分のドイツ語のレベルを知り、さらにドイツ語の理解を深めたいため

●留学の成果

- ・3、4階以上の建物がほとんどで1、2階の建物があまり見られない等、日本の建物との差を知ることができた
- ・会話の中では程度や推量を表す単語が頻繁に使われている印象を受けた。これは日本語でも同じことで自分の日常会話でも頻繁に使っていることに改めて気がついた

●スペシャルエピソード

- ・知っている語彙が少なく、会話の聞き取りが上手くできなかったが、店員さんなど自分の話を最後まで聞いてくれる人が多い印象だった
- ・日本の学生証でも学割が利用できる施設がいくつかあったため、ダメ元でも聞いてみると良い

●これから留学したい人へアドバイス

- ・ドイツ語が苦手なら英語で説明しましょうか？と聞かれることが何度かあったため、英語ができていて損はない。ドイツ語と英語が混ざった言葉で話をしてもらえて聞き取ってもらえることがある
- ・行きたかった場所、見たかった場所が工事中だったり閉店していたところがあったため、観光雑誌などの情報だけでなく最新の情報を調べておく。

●留学費用について

①総費用：約42万円

（内訳 渡航費約16万円、学費約8万円、宿舍費約6万円、食費約3万2000円、保険料約6500円、お土産代約6000円、交通機関利用約5万4000円、施設入場料約8500円、スマホ海外プラン約1万円、海外対応機器類約3000円）

②費用負担 自己負担約34万円、親からの支援0円、留学奨学金8万円

③使ったお金の割合：現金16%、クレジットカード（楽天デビットカード、イオンカード）84%

●留学先宿舎について

- ・形態：大学寮
- ・家賃額：週 額 約3万円（光熱費含む）
- ・参考情報：オートロック、一人部屋、キッチンバストイレ共用

●語学力について

- ・現地で使用した言語：ドイツ語
- ・語学レベルUP：数字を聞き取る能力が上がった
- ・適正レベル：第二外国語でドイツ語を選択し、一通りの文法を学んだ人

●ビザについて（取得した方）

●単位互換について（該当ある方）

●ネット環境及びその他の参考情報

- ・私物：スマートフォン、iPad
- ・現地のWi-Fi環境：シティwifi、寮のwifi、学校のwifi
- ・スマートフォンの海外プラン1日約1000円（3G）を使用

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	ドイツ語の授業	町歩き、城の外観調査、宿題
火曜/2日目	↓	美術館見学、
水曜/3日目	↓	ヨガ、町歩き、カフェで食事、教会見学、
木曜/4日目	↓	ドイツ語で歌う、美術館、教会見学、
金曜/5日目	↓	博物館×2見学、レストランで食事
土曜/6日目	移動	ライプツィヒ町歩き、家、教会見学
日曜/7日目	移動、美術館見学	美術館見学、レストランで食事



トラム



シュニッツェル



ブリュールのテラス（対岸から）

留学のタイトル：「

人が好きになる二週間

」



留学先： 中華人民共和国／浙江省／寧波市／
寧波大学

留学期間： 2025年 3月 6日～20日
(2週間)

氏名：大崎うるか

留学した時の学年：1年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

課題解決型国際交流では事前に課題のテーマを設定し、そのテーマの解決を目指して、現地で調査を行います。平日は寧波大学で、留学生が受ける初級中国語や武術の授業を体験し、放課後や空いた時間に大学付近の散策や調査を行いました。また休日には市内巡りや紹興、杭州への旅行など中国の文化を体験し、現地の学生さんと交流しました。

●留学の動機

以前から海外に行くことに興味があり、その中でも中国語を履修していたため、中国に興味を持ちました。そして現地に行って、実際に体験することでわかる価値観や感覚を知り、国際理解の視点を養いたいと思い、プログラムへの参加を決めました。

●留学の成果

二週間中国の学生さんと友達になり、コミュニケーションをとる中で、異なる国籍を前提とせず、相手を尊重し、理解しようとする姿勢こそが異文化理解なのではないかと気づくことができました。また中国語が飛び交う環境に身をおいたことで、以前よりもっと中国語が好きになり、帰国後に受験した中国語検定3級は無事合格することが出来ました。

●スペシャルエピソード

地下鉄でのQRコード決済がうまくいかず、帰国前日まで無賃乗車の状態のままだったことです。中国の学生さんにお世話になって無事解決することが出来ましたが、帰国できないのではないかとかなり不安に思いました。また、その学生さんと仲良くなり、ごはんを食べたり、買い物に行ったり、グラウンドを走ったり、一緒に沢山の時間を過ごしました。二週間でこんなに仲良くなれるのだと驚くとともに、かけがえのない友人が出来たことに深い喜びを感じました。

●これから留学したい人へアドバイス

海外に行ってみたいという漠然な思いから挑戦しましたが、海外渡航に対する考え方が変わり、また留学が旅行で海外に行きたいと強く思うようになりました。長期の留学に踏み出せない人は、まずは国際交流のプログラムに参加してみてはいかがでしょうか。短期間であっても、海外に対する考え方がアップデートされ貴重な体験をすることが出来ると思います！

●留学費用について

①総費用：約130000円

（内訳 渡航費52000円、学費0円、宿舍費39000円、光熱水費0円、食費15000円、ビザ・保険料5000円、お土産代他5000円、旅行代6000円…）

②費用負担 自己負担40000円、留学奨学金80000円

③使ったお金の割合：現金10%、クレジットカード（VISA、Mastercard）90%

バーコード決済が主流のため、立替ってもらった場面で現金を使うことができました。

●留学先宿舎について

・形態：大学付属のホテル 2人部屋

・家賃額：2週間 額 39000円（●●費含む・含まない）

・参考情報：朝食付、洗濯機、乾燥機がありました。ホテルの近くにスーパーがあり、果物がおいしく、毎日買い物に行きました。

●語学力について

・現地で使用した言語：中国語

・語学レベルUP：チャットをしていたので、書く力と若者言葉の知識が増えました。

・適正レベル：日本語学科の学生さんが日本語でサポートしてくれていたため、中国語が話せなくても問題はないです。しかし、もどかしい思いをすることがあるので少しでも話せるようになっておくと、さらに円滑で楽しいコミュニケーションが取れると思います。

●単位互換について（該当ある方）

学部共通科目 課題解決型国際交流(中国語) 2単位

●ネット環境及びその他の参考情報

eSIMを購入しましたが、電話のオプションがないものを選んだため、本人確認時にSMSが届かず、緊急時に苦労したので要注意です。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	大学周辺散策など	リスニングの授業、友達とランニング
火曜/2日目	大学周辺散策など	スピーキングの授業
水曜/3日目	総合中国語	中国武術の授業
木曜/4日目	大学周辺散策など	スピーキングの授業、カラオケ
金曜/5日目	大学周辺散策など	リスニングの授業
土曜/6日目	市内観光	博物館見学
日曜/7日目	杭州旅行	杭州旅行



写真①紹興の屋台



写真②波罗蜜と苺



写真③公園の景色

留学のタイトル：「 15日間の中国の研修に参加してみても 」

あなたの顔写真（顔を出したくない方は、イラスト・お気に入りの物の写真等でも結構です。著名人や著作物など肖像権、著作権侵害にあたるものはNGです。）

留学先： 中国／浙江省／寧波市
寧波大学

留学期間： 2025年 3月6日～ 3月20日

氏名：大和田美咲

留学した時の学年：2年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

課題解決型国際研修（中国語）というプログラムで中国の寧波大学に行きました。研修の内容は、研修課題を設定し、その課題テーマについて、現地で調査を行いました。平日は中国語の授業を受講し、土曜日と日曜日は寧波市、紹興市、杭州市へ校外研修として行きました。

●留学の動機

1年生の後期に中国語の授業を受講しており、中国へ行くことに興味を持ちました。また、中国から来ていた交換留学生の方と出会ったことでより中国に行きたいと強く感じたからです。中国語の語学の知識を深めたいと感じ、自分の視野を広げる経験をしてみたいと考えたからです。

●留学の成果

今回の研修課題として、中国と日本のデザインの特徴というテーマを設定し、現地での調査に取り組みました。大学での中国語の授業は英語と中国で行われたため、リスニングの良い練習になったと感じました。研修参加前に比べ、中国語に慣れることができたと感じました。

●スペシャルエピソード

私は現地に着いて、交通ルールとバイクの交通量に驚きました。外を歩いている時に後ろや前から突然、車やバイクが飛び出してくることが結構あり、危ないと感じました。また、歩道でもバイクが通行している場合があるため、注意が必要であると感じました。

●これから留学したい人へアドバイス

今回、私が参加した課題解決型国際研修（中国語）は海外に行くことが初めての方にとってもおすすめのプログラムであると感じました。留学に行くか悩んでいる方や語学スキルに不安がある方でも参加しやすい研修内容になっていると感じたため、海外に行ってみたい、自分の語学力を試したいなど少しでも海外に行くことに興味を持っているのであれば、参加してみてもいいと思います。15日間という短い期間ですが、充実した研修期間を過ごすことができ、この研修でしか得られない経験ができると思います。

●留学費用について

①総費用：約30万円

（内訳 渡航費約73,000円、食費約10,500円、ビザ・保険料約11,000円、お土産代約3,300円、…）

②費用負担 自己負担6万円、親からの支援20万円、留学奨学金4万円

③使ったお金の割合：現金20%、バーコード決済（We Chat Pay、Ali Pay）、クレジットカード（三菱UFJカード、三井住友カード）80%

●留学先宿舎について

- ・形態：ホテル
- ・家賃額：15日間 38,643円（朝食費含む/一人当たり）
- ・参考情報：ホテルは大学の敷地内にある

●語学力について

- ・現地で使用した言語：中国語、英語、日本語
- ・語学レベルUP：研修前よりは中国語に耳が慣れたと感じる
- ・適正レベル：中国語の授業を半年以上受けたレベル

●ネット環境及びその他の参考情報

ネット環境はeSIMを利用しました。支払いはWe Chat PayやAli Payのようなバーコード決済で行うことがほとんどでした。We Chat PayやAli Payは本人確認の設定をしっかりとやっておかないと使えないことがあるため、出国前にパスポート情報の入力など設定を済ませておくと思いました。また、これらの決済が上手くできない場合もあるため、現金の用意も必要であると感じました。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
木曜/1日目	移動	寧波大の学生さんと対面、学校案内
金曜/2日目	レベルチェックテスト	自由時間
土曜/3日目	校外研修（寧波市）	校外研修（寧波市）
日曜/4日目	校外研修（紹興市）	校外研修（紹興市）
月曜～金曜/ 5～9、12、13 日目	調査、自由時間	中国語の授業（水曜は武術の授業も）
土曜/10日目	校外研修（寧波市）	校外研修（寧波市）
日曜/11日目	校外研修（杭州市）	校外研修（杭州市）
水曜/14日目	調査、自由時間	調査、自由時間
木曜/15日目	移動	帰国



写真①寧波大学シンボル



写真②寧波鼓楼



写真③夜景

「視野が広がった海外研修」

留学先：中国／寧波

寧波大学

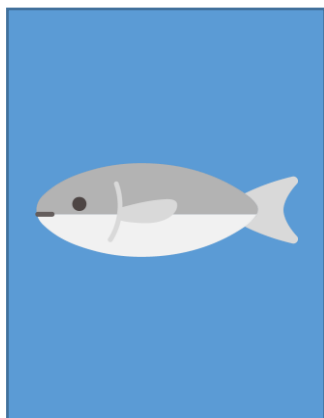
留学期間：2025年 3月6日～
2週間

氏名：菅原 世奈

留学した時の学年：1年

学部・研究科名：人文社会学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程



●留学の内容

自分で設定した中国で調査したいテーマについて調べる

毎日行われる語学授業へ参加する

土日は寧波市内、市外へ研修へ行った

●留学の動機

中国のゲームがきっかけで中国に興味をもち、実際に行ってみたいと思った

●留学の成果

海外と日本、それぞれの良さを感じることができた

日本とは異なる考え方に触れることができた

中国語にたくさん触れる機会を得ることができた

●スペシャルエピソード

後期である程度中国語を勉強したから少しは聞き取れると思っていたら、実際にはまったく聞き取れなかった！けれど翻訳アプリを使ったり、ジェスチャーを使ったりしてなんとか伝えようと頑張ったのはいい思い出。伝わった時はコミュニケーションの楽しさを感じることができた。

●これから留学したい人へアドバイス

最初の一步を踏み出すのは、やはり勇気がいります。私も、研修の申し込み締め切りギリギリまで迷いました。けれどその一步を踏み出せば、たくさんの経験や新しい視野を得ることが出来ます。語学力がほとんどなかった私ですが、現地の学生さんや一緒に行った研修のメンバーにたくさん助けってもらって、2週間乗り越えることができました。留学を迷っている方にはぜひチャレンジしてほしいと思っています。

●留学費用について

①総費用：15万円程度

(内訳 渡航費 4 万円、 宿舎費 4 万円、食費2万円、ビザ・保険料5000円、お土産代3-4万円)

②費用負担 自己負担 5 万円、親からの支援 5－6 万円、留学奨学金 4 万円

③使ったお金の割合：現金 1 0 %、クレジットカード (VISA) 9 0 % →スマホ決済にはクレジットカード紐づけが必要だった

●留学先宿舎について

- ・形態：ホテル
- ・家賃額：2 週間 4 万円
- ・参考情報：朝食つき(バイキング形式)

●語学力について

- ・現地で使用した言語：中国語、英語
- ・語学レベルUP：街中で使われている標識などは読めるようになったと思う
- ・適正レベル：最低でも前期・後期どちらか＋自習(特にリスニング)が必要だと感じた

●ビザについて→2 週間だったので必要なし

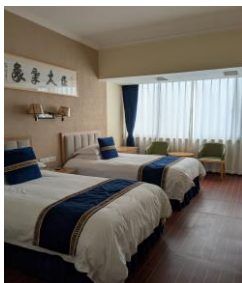
●単位互換について特になし

●ネット環境及びその他の参考情報

eSIMかSIMカード必須です。保険として私はどちらも持っていました。(どちらもアマゾンで買えます) ホテルにWi-Fiはありましたが、XやYouTubeなどは制限がかかって使えませんでした。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	授業	
火曜/2日目		
水曜/3日目		水曜日だけ午後にも1コマ(武術)
木曜/4日目		
金曜/5日目	↓	
土曜/6日目	文化研修	
日曜/7日目	自由もしくは研究の調査	



写真①宿泊先



写真②地下鉄



写真③文化研修 昼食

留学のタイトル：「

新しい発見がいっぱい

」



留学先：中国／浙江省／寧波市／
寧波大学

留学期間：2025年 3月～ 3月
(2週間)

氏名：佐々木麗

留学した時の学年：1年

学部・研究科名：農学部

学科・課程名・コース名：植物生命科学科

●留学の内容

事前に自分の研究テーマを設定して、現地に行って、研究テーマについて調べながら、二週間を寧波大学で過ごしました。平日は、寧波大学の留学生さんと一緒に中国語の聞く授業、話す授業を受けました。休日は、土日のどちらかは、紹興市や杭州に行って、校外研修をし、どちらかは、寧波市内を散策しました。主に、寧波市内を散策するときや平日の授業以外の時間を使って自分の研究テーマについての調査を行いました。

●留学の動機

もともと中国に興味があり、中国の大学で学んでみたいという思いを持っていたからです。また、今回の研修は文化交流ではなく、現地の大学で授業を受けることができ、中国語をより学ぶことができると感じたため、参加しようと思いました。

●留学の成果

二週間という短い間ですが、中国語の単語であったり、発音であったり、多くの能力を上げることができたと思います。語学だけでなく、日本とは全く違う言語、文化、価値観の中にいることで、自分の中での新しい考え方や経験を得ることができました。今後の自分の成長につながる、とても貴重な経験だったと感じています。

●スペシャルエピソード

お店の人やホテルの清掃員の人と会話するのがおもしろかったです。お店の人に韓国人ですか、と聞かれて、いいえ、日本人です、と答えたり、清掃員の人が入室を掃除するときに今から洗濯をしに行く、と話したりする際に、現地の人と上手くコミュニケーションが取れた、覚えてきた単語を使うことができた、と実感することが多かったです。

●これから留学したい人へアドバイス

海外に行ってみることに興味がある、留学に興味がある、と少しでも思っている人は、ぜひ挑戦してみてください。自分の思っている以上に多くの貴重な経験ができますし、困難もありますが、大抵のことは何とかできます。そして、何より、とても楽しい経験ができます。

●留学費用について

①総費用：147000円

（内訳 渡航費50000円、学費0円、宿舍費39000円、光熱水費0円、食費12000円、ビザ・保険料25000円、お土産代他21000円、・・・）

②費用負担 自己負担0円、親からの支援147000円、留学奨学金40000円

③使ったお金の割合：現金5%、クレジットカード（セゾンカード） 20%、トラベルプリペイドカード（カード名） 0%、その他（Alipay、We chat pay） 75%

●留学先宿舍について

- ・形態：寧波大学ホテル
- ・家賃額：日・週・月 額 39000円（朝食費含む）
- ・参考情報：

●語学力について

- ・現地で使用した言語：中国語
- ・語学レベルUP：
- ・適正レベル：

●ビザについて（取得した方）

●単位互換について（該当ある方）

●ネット環境及びその他の参考情報

日本でe-SIM(3GB)を購入して現地でネットが使えるようにしました。現地のWi-Fiは、現地の電話番号を入力しないと、使うことができなかったため、使えませんでした。

●留学中の主なスケジュール

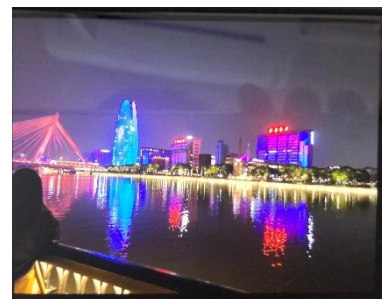
曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	研究テーマについて調査	授業を受ける
火曜/2日目	研究テーマについて調査	授業を受ける
水曜/3日目	授業を受ける	授業を受ける
木曜/4日目	研究テーマについて調査	授業を受ける
金曜/5日目	研究テーマについて調査	授業を受ける
土曜/6日目	寧波市内を散策	寧波市内を散策
日曜/7日目	校外研修	校外研修



寧波市内の公園



紹興市の商店街



寧波市内の夜景

留学のタイトル：「初めての海外」



留学先：マレーシア／クアラルンプール/マラヤ大学

留学期間：2025年 2月16日～3月8日（3週間）

氏名：川原畑李桜

留学した時の学年：1年

学部・研究科名：人文社会科学部

学科・課程名・コース名：人間文化課程

●留学の内容

午前中は英語の授業（Speaking, Reading, Writing, Grammar）が行われました。午後は毎日交互に伝統的な音楽、ダンスの体験、またはマレーシアの観光名所（バトゥ洞窟、ツインタワー等）を巡るトリップが行われました。日本人が4～3人、そこに1人の現地学生が入ったグループに分けられ、3週間そのメンバーで活動することが主でした。常に現地の学生がそばにいてくれるのでとても心強く、安心して過ごすことができました。

●留学の動機

英語能力、特にスピーキング力の向上を図りたいと思い留学を決めました。また私は海外文化の中でも多文化、多民族国家に関して興味を持っています。マレーシアでは様々なバックグラウンドを持った人々が多く暮らしているので、これらに関して学びを深めたいを思ったからです。

●留学の成果

最初は自分の英語が相手に伝わるか不安で、コミュニケーションをとることを少し避けてしまっていました。ですが3週間英語で授業を受け、現地の学生と会話を重ねるうちに英語を使って会話することに楽しさを感じました。また全体的な英語学習へのモチベーションを高めることができたと感じています。

●スペシャルエピソード

私たちの研修時期がラマダンと被っていたので、その神聖なイスラム教の行事を実際に目にすることができ、とても貴重な経験ができたと感じています。ラマダンの時期は限定のバザールが開かれたり、飲食店のメニューも特別仕様になるなど驚きがいっぱいでした。

●これから留学したい人へアドバイス

私自身この研修に参加するかどうかとても悩みました。しかし終わってみて、参加して良かったと心の底から思っています。また海外に行くにあたって不安なことが色々あると思いますが、行っしまえば何とかなります。一生の思い出になるのでぜひ留学に挑戦してほしいです。

● 留学費用について

① 総費用：49万円

（内訳 渡航費19万円、学費・宿舍費（朝昼食込み）27万円、食費1.5万円、ビザ・保険料1万円、交通費2千円、お土産代円 1万円）

② 費用負担 自己負担 8万円、親からの支援 33万円、留学奨学金 8万円

③ 使ったお金の割合：現金60%、クレジットカード（VISA）40%

● 留学先宿舎について

- ・形態：ホテル（HOTEL ARMADA PETALING JAYA）
- ・家賃額：学費に含まれています
- ・参考情報：とても綺麗で、近くに駅があったので交通の便も良かったです。

● 語学力について

- ・現地で使用した言語：英語
- ・語学レベルUP：スピーキング力が上がったと思います
- ・適正レベル：ちょっとした日常会話ができる（英検2級レベル）

● ビザについて（取得した方）

● 単位互換について（該当ある方）

● ネット環境及びその他の参考情報

現地に着いてからSimカードを購入しました。ネット環境でも特に不便に感じたことはありませんでした。ホテルにFree-WiFiが完備されています。

● 留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	英語テスト	トリップ
火曜/2日目	英語の授業（Speaking, Reading）	音楽、ダンス
水曜/3日目	英語の授業（Grammar, Writing）	トリップ
木曜/4日目	英語の授業（Speaking, Reading）	音楽、ダンス
金曜/5日目	英語の授業（Grammar, Writing）	トリップ
土曜/6日目	マラッカ観光	マラッカ観光
日曜/7日目	自由	自由



写真① バトゥ洞窟

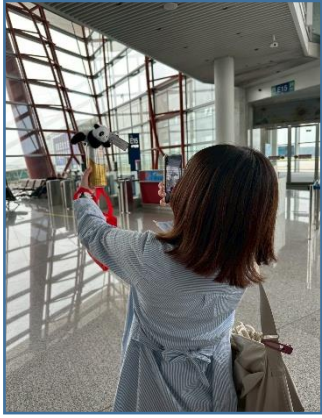


写真② ピンクモスク



写真③ マラッカ観光

留学のタイトル：「 2025 大学生訪中団 」



留学先： 中国／上海、山西省、北京
機関 日本中国友好協会

留学期間：2025年 5月24日～ 5月30日

氏名：田村佳子

留学した時の学年：4年

学部・研究科名：農学部

学科・課程名・コース名：応用生物化学科

●留学の内容

日中友好協会が主催し、中日友好協会 の要請を受けて開催された、2025日中友好大学生訪中団として5月24日から30日まで上海、山西省、北京を訪問し、大学での交流などを通して相互理解を深めた。

●留学の動機

費用が4万円程度で中国の各都市を巡れるということに魅力を感じたから。
中華料理が好きだったため、中国に行ってみたいと思っていたから。

●留学の成果

中国の文化を学び日本との相違点を知ることで異国文化への理解を深めるとともに、自国の文化への理解を深まった。

様々なバックグラウンドを持つ人々と1週間密に過ごしたことで、自身の中にあった偏見や固定観念などを見直すことができ、視野が広がった。

●スペシャルエピソード

北京で朝にサイクリングしたこと！朝の自由な時間に自分でレンタサイクルを借り、一人でサイクリングした。市内の大河を泳ぐ自由な人を観察したり、太極拳をする老人たちを眺めたりした。また、朝市などを巡りホテルへ戻るころには通勤ラッシュの時間になっており、信じられないほど多くのバイクと自転車に囲まれて移動した。交通事故にあわないか若干ひやひやしたが、現地の人々の日常に自分も溶け込めたように感じてうれしかった。

●これから留学したい人へアドバイス

1週間という短い期間ですが、中国を訪れたことは、自分を見つめなおし視野を広げる大きなきっかけになりました。訪中団は毎年募集されているので、皆さん大学生のうちにぜひ参加してみてください。

●留学費用について

①総費用：6万円

(内訳 羽田-盛岡の交通大(往復)2万円、 訪中費用(訪中団に払うお金)4万円)

②費用負担 自己負担4万円

③使ったお金の割合：、クレジットカード（EPOS） 100%

●留学先宿舎について

・形態：ホテル

●語学力について

・現地で使用した言語：英語、中国語

●ネット環境及びその他の参考情報

Web上で申請できるesimを利用した。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
5月24日/1日目	朝、MU576便で上海到着。中日友好協会の付博部長らの出迎えを受ける。	金茂ビル88階観光館を見学後、黄浦江遊覧。
25日/2日目	上海歴史博物館見学	田子坊を散策。夕方、HO1055便で山西省大同市へ。
26日/3日目	世界遺産・雲崗石窟を訪問	華嚴寺を訪問後、バスで山西省の省都・太原市へ。
27日/4日目	晋祠を訪問	平遥古城を見学
28日/5日目	山西大学を訪問し、日本語専攻の学生・教員と交流。山西大学の副校長郝平教授らの歓迎を受けて交流。	山西省人民对外友好協会主催の歓迎昼食会に出席後、高速鉄道で北京へ。
29日/6日目	中国人民大学外国語学院を訪問し、交流。	中国人民对外友好協会主催の中日青年友好交流大会に出席。
30日/7日目	万里の長城を訪問。	スーパーマーケットで買い物。午後、CA183便で帰国。



上海タワー



北京ダック



万里の長城

留学のタイトル：言葉の壁を越えて見つけた、新しい自分



留学先：韓国／光州市広域市／全南大学校
留学期間：2025年8月4日～8月17日
(2週)

氏名：野呂知世
留学した時の学年：3年
学部・研究科名：理工学部
学科・課程名・コース名：化学・生命理工学科生命コース

●留学の内容

2023年8月、私は韓国・チョンナム大学のAI関連スクールに短期留学しました。プログラムではAIの基礎や応用について英語で講義を受け、実際のデータを使った実習にも挑戦しました。グループワークでは、韓国や他国から来た学生たちと協力して課題を進め、英語で意見を交わしながら一つの成果をまとめる経験ができました。授業以外でも、キャンパスツアーや文化交流などがあり、韓国の学生生活を肌で感じる貴重な時間になりました。

●留学の動機

もともとAIや英語に興味があり、海外の大学で学ぶ環境を体験してみたいという思いがありました。特に、韓国は日本から近く、テクノロジー分野の発展が著しい国なので、自分の視野を広げるには最適だと感じていました。また、現地の学生がどんな姿勢で勉強しているのかを知り、自分の学び方にも刺激を受けたいと思っていました。将来は言語の壁を越えて世界中の人々に関われるようになりたいという夢も、この留学の大きな動機の一つでした。

●留学の成果

この留学を通して、最も大きな成果は「自分の考えを伝える勇気」を持てるようになったことです。最初は英語で発表することに強い不安がありましたが、周りの学生が温かくサポートしてくれたおかげで、少しずつ自信を持てるようになりました。AIの知識だけでなく、チームで協力する力や文化の違いを受け入れる柔軟さも身につきました。さらに、韓国での日常生活を通して韓国語の大切さを実感し、帰国後は本格的に勉強を始めきっかけにもなりました。

●スペシャルエピソード

特に印象に残っているのは、授業後に現地の学生たちとカフェへ行った時のことです。最初は緊張して何を話せばいいかわからなかったのですが、少しずつ英語と韓国語を混ぜながら話すうちに、笑顔が絶えない楽しい時間になりました。注文のときに韓国語で「아이스아메리칸호 주세요 (ください)」と言ったら通じて、みんなが拍手してくれたのが嬉しくて今でも忘れられません。その瞬間、「言葉が通じる喜び」を心から感じました。

●これから留学したい人へアドバイス

留学では、言葉の壁や文化の違いに戸惑うこともありますが、完璧に話せなくても全く問題ありません。大切なのは、間違いを恐れずに「伝えよう」とする気持ちです。現地の人はその姿勢を見て、きっと温かく受け入れてくれます。また、授業や交流の時間だけでなく、街の中で過ごす時間も学びのチャンスです。積極的に外に出て、現地の文化や人々に関わることで、教科書にはない発見がたくさんあります。勇気を出して一歩踏み出せば、きっと自分自身の新しい一面に出会えるはずです。

● 留学費用について

① 総費用：140000円

（内訳 渡航費80000円、食費20000円、保険料10000円、お土産代他30000円、・・・）

② 費用負担 自己負担60000円、大学補助80000円

③ 使ったお金の割合：現金25%、クレジットカード（VISA）5%、その他（wow pass）70%

● 留学先宿舎について

- ・形態：大学内の寮
- ・家賃額：不明
- ・参考情報：

● 語学力について

- ・現地で使用した言語：英語、韓国語、日本語
- ・語学レベルUP：英語、韓国語
- ・適正レベル：日常会話レベルの英語、韓国語初心者

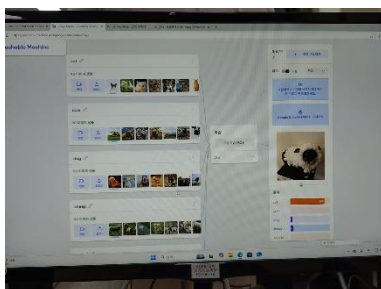
● ビザについて（取得した方）

● 単位互換について（該当ある方）

● ネット環境及びその他の参考情報

● 留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	空港から移動	空港から移動
火曜/2日目	キャンパスツアー	オリエンテーション
水曜/3日目	AIの講義	グループ活動、韓国語講義
木曜/4日目	AIの講義	韓国文化体験
金曜/5日目	AIの講義	グループ活動、韓国語講義
土曜/6日目	料理教室	クライミング、グランピング
日曜/7日目	自由時間	韓国文化体験



Teachable Machineによる
画像の類似度の算出



様々な言語の世界地図



毎食おなかいっぱい食べました^^

留学のタイトル：「Auburn大学獣医学部研修」



留学先：アメリカ合衆国／アラバマ州／オーバン／Auburn大学
留学期間：2025年 9月（3週）

氏名：瀬川凜
留学した時の学年：6年
学部・研究科名：農学部
学科・課程名・コース名：共同獣医学科

●留学の内容

米国アラバマ州Auburnにある総合大学Auburn大学のCollege of Veterinary Medicineを訪問し、2つの部門（Small Animal Emergency and Critical Care, Anatomic Pathology）を見学しました。

●留学の動機

米国の獣医病理学に関心があったため、毎年募集されているこのプログラムの機会を利用しようと考えました。

●留学の成果

米国の獣医大学での教育を体験するとともに、よいネットワークづくりの機会にもなりました。加えて、ホームステイを通じてアメリカの文化、生活に触れることができました。また、自分の英語がどこまで使えるのか確かめることができました。

●スペシャルエピソード

ホームステイ先の方にthank you cards の文化を教わり、見学最終日に渡すことができました。メールよりも感謝が伝わりやすく、心に残りやすいかと思いますので、おすすめします。

●これから留学したい人へアドバイス

航空券を購入する際は、レートを確認ながら購入するだけで数千円変わってくる場合がありますので、ぜひ気にしてみてください。

● 留学費用について

① 総費用：80万円

（内訳 渡航費22万円、学費3100ドル、宿舍費750ドル：光熱水費および食費込、ビザ・保険料4万円、お土産代他10万円ほど）

② 費用負担 自己負担35万円、留学奨学金11万円，学費免除

③ 使ったお金の割合：ホームステイ代以外はすべてクレジットカード

● 留学先宿舎について

・形態：ホームステイ

・家賃額：3週間 750ドル（光熱水費および食費込）

● 語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：少し

・適正レベル：レベルは低くても，ホームステイの生活は送れます。大学での専門用語を理解するためには，青天井だと思います。

● ビザについて（取得した方）

B-1 visa

● 単位互換について（該当ある方）

海外研修

● ネット環境及びその他の参考情報

T-mobileで1か月分のesimを買ったのですが，トラブルで2回支払うことになり，泣き寝入りしました。また，大学間共通のwifi：eduroamの設定をしておくことを勧めます。

● 留学中の主なスケジュール（病理）

曜日／日程	午前	午後
月曜	鏡検，ラウンド参加	剖検/生検見学
火曜	鏡検，ラウンド参加	剖検/生検見学
水曜	鏡検，ラウンド参加	剖検/生検見学
木曜	鏡検，ラウンド参加	剖検/生検見学
金曜	鏡検，ラウンド参加	剖検/生検見学
土曜	ホストファミリーとお出かけ	おうちで映画
日曜	ホストファミリーと日曜礼拝	研修担当の教員と食事



2組のホストファミリーと過ごしました



Georgia水族館に行きました



ピザがとても美味しかったです