

2017~2018年度

岩手大学 海外留学体験報告



**A Glance at
Our Study Abroad
Experience**

目次

交換留学・協定校への長期派遣

Page

6

「ボルドー留学体験記」 フランス ボルドー・モンテーニュ大学

8

「港町ボルドーで過ごした、私の留学体験記」

フランス ボルドー・モンテーニュ大学

10

「フランス・ボルドーでの生活」

フランス ボルドー・モンテーニュ大学

12

「Bordeauxでの体験記」 フランス ボルドー・モンテーニュ大学

14

「フランス・ボルドーへの交換留学」

フランス ボルドー・モンテーニュ大学

16

「ドイツ、ロッテンブルグ大学への留学」

ドイツ ロッテンブルク大学

18

「Work Hard, Play Harder!!!～遊んで学ぶ留学生活～」

アメリカ ノースセントラルカレッジ

20

「韓国留学～群山大学での留学生活～」 韓国 群山大学



22

「短期でも多くのことが学べる、とても充実した韓国研修」
韓国 群山大学、明知大学

24

「だいきのだいきなダイナミック韓国研修」
韓国 群山大学、明知大学

26

「初めての海外は韓国で決まり！」 韓国 群山大学、明知大学

28

「韓国研修について」 韓国 群山大学、明知大学

30

「初めての海外留学」 韓国 群山大学、明知大学

32

「韓国研修体験」 韓国 群山大学、明知大学

34

「韓国研修」 韓国 群山大学、明知大学

36

「日韓学生協働研修 in 郡山・ソウル」
韓国 郡山大学、明知大学

38

「日韓学生の協働研修 2018」 韓国 群山大学、明知大学

40

「はじめての海外留学 ～カナダ サスカチュワンへ～」
カナダ サスカチュワン大学

42

「サスカチュワン大学農学部でのサマープログラム」
カナダ サスカチュワン大学

44

「カナダ渡航記」 カナダ サスカチュワン大学

46	「サスカチュワン紀行」 カナダ サスカチュワン大学
48	「将来の夢の希望となった サスカチュワン大学での3週間」 カナダ サスカチュワン大学
50	「Teaching Treasure Thailand」 タイ / バンコク・アユタヤ
52	「タイ インターンシップ」 タイ／バンコク
54	「Internship in Thailand」 タイ、バンコク
56	「タイでのインターンシップについて」 タイ キングモンクット工科大学トンブリ校
58	「海外研修SCIPフィリピン： 世界から地域を考える-貧困と持続可能な社会」 フィリピン サンカルロス大学、ビドゥリシウ財団（NPO法人）
60	「国際社会の光と闇を目の当たりにした刺激的な二週間」 フィリピン サンカルロス大学
62	「フィリピンとの出会い」 フィリピン サンカルロス大学、ビドゥリシウ財団
64	「衝撃の連発！ & 子どもたちがかわいすぎた」 フィリピン サンカルロス大学
66	「世界最大級のムスリム国家インドネシアでの10日間」 インドネシア アイルランガ大学
68	「EUで最もエコな市にバイオマスエネルギーを学びに」 スウェーデン リンネ大学他
70	「山あり谷ありカンガルーもあり、波乱万丈オージーライフ」 オーストラリア Navitas English Darwin

 トビタテ！留学JAPAN（全国版・地域版）

72

「水質改善と生態系復帰の先進技術獲得を目指して」
カナダ（トビタテ！全国版）

74

「『岩手発』で再生可能エネルギーの浸透を」
ドイツ（トビタテ！地域版）

76

「かもめの玉子で岩手を発信!!」 台湾（トビタテ！地域版）

78

「世界の被災地から学ぶ多言語・図表記」
インドネシア（トビタテ！地域版）

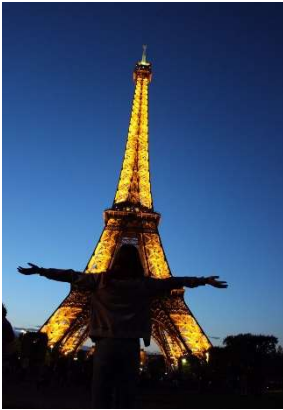
80

留学のタイトル：「I DESIGN いわたの木製雑貨で起
業！」
英国 & フィンランド（トビタテ！地域版）



交換留学

「ボルドー留学体験記」



留学先：フランス／ボルドー

ボルドーモンテニュ大学

留学期間：2017年 9月～ 12月
(3か月)

氏名：ホップス 志穂

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：国際文化課程
欧米言語文化コース

●留学の内容

フランスのボルドーへの交換留学プログラムで、ボルドー・モンテニュ大学というところに留学しました。外国人向けの語学学校に通い、フランス語はもちろん、フランスの文化や地理なども学びます。クラスはテストの結果によって分けられるので、自分のレベルに合ったクラスで授業を受けることができます。クラスには、フランス語を学びに来ている様々な国からの留学生がいるので、フランス語で会話する機会もたくさんできます。

●留学の動機

大学1年生の時からフランス語やフランスの様々な文化を学んでいく中で、もっとフランス語を話せるようになりたい、フランスの文化を知りたいと思うようになりました。実際に現地に行くことによって、自分のフランス語力を上げながら、フランス文化に触れたいと思いました。

●留学の成果

ボルドー留学を通し、フランス語の向上はもちろんのこと、様々な国からの留学生との授業や、現地の人との交流を通して、自分から積極的に話していこうと意識するようになり、コミュニケーション力なども高めることができたと思います。また、自分とは異なる価値観や考え方を持った人たちと関わることで自分の視野も広がりました。

●スペシャルエピソード

頻繁に行っていた雑貨屋の店員さんが自分のことを覚えてくれ、フランスでの生活を気にかけてくれたりと、よく話しかけてくださったのが印象に残っています。この雑貨屋さんだけでなく、街のレストランやカフェの店員さんなどもよく話しかけてくださり、あたたかい街だなと思いました。

●これから留学したい人へアドバイス

海外留学に少しでも興味がある人は、ぜひ行ってみてほしいと思います。様々な考えを持った人たちと関わることで、視野が広がり、自分の考え方も留学前と少し変わってくると思います。もちろん語学の面でも成長できます。留学には多少の不安もあると思いますが、新しい環境に飛び込むことで不安が消えるくらい楽しいこともたくさんあります。

●留学費用について

①総費用：約650000円

（内訳 渡航費 約170000円、宿舍費30000円／月（光熱水費込）、食費30000円／月、ビザ・保険料 約100000円、交通費（ボルドー内）2000円／月、その他旅行、お土産代など）

②費用負担 自己負担100000円、親からの支援300000円、留学奨学金80000円

③使ったお金の割合：現金30%、クレジットカード（VISA）60%、トラベルプリペイドカード（キャッシュパスポート）10%

●留学先宿舍について

・形態：大学寮

・家賃額：243ユーロ／月（光熱費込）

・参考情報：入居前にキッチン共有の部屋にするか、個室タイプにするか選ぶことができる。キッチン共有タイプの場合、1つの階に5部屋あり、キッチンと冷蔵庫は同じ階の人と共同で使う。部屋の中には、机と椅子、クローゼット、棚、シャワー、トイレ、洗面台が設置されている。

●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：留学前はフランス語でコミュニケーションを取ることに不安がありましたが、留学を終えて、自分のフランス語に少し自信がつき、積極的にフランス人と会話をするようになりました。

・適正レベル：その人のレベルに合ったクラスに分けられるので、初級フランス語ができれば大丈夫と思われます。

●ネット環境及びその他の参考情報

・大学と寮にはWi-Fiが備わっているので特に準備はいらなかったが、たまに寮のWi-Fiが繋がらないことがあるため、ポケットWi-Fiなどを持っていてもいいと思います。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	授業（スピーキング・文法）	授業（作文）
火曜/2日目	授業（スピーキング・文法）	買い物、観光など。
水曜/3日目	授業（口頭理解）	授業（文法）
木曜/4日目	授業なし。洗濯や買い物。	復習や課題。
金曜/5日目	午前授業なし。	授業（作文）
土曜/6日目	友達とお出かけ	観光や買い物
日曜/7日目	マルシェでお買い物	予習など



写真①水鏡



写真②カフェで食べたガレット



写真③アルカション

留学のタイトル：「港町ボルドーで過ごした、私の留学体験記」

留学先：フランス／ボルドー

ボルドーモンテニユ大学

留学期間：2017年9月～2018年1月

氏名：井上 由貴

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

大学の寮で滞在しながら、平日はボルドーモンテニユ大学にあるフランス語学学校に通い、アジアや南米などさまざまな国籍のクラスメート共に、語学の向上に努めました。授業放課後や休日は、課題に取り組んだり、クラスメートと一緒にボルドーの街を散策したりしました。また、長期休暇の時には、フランス国内はもちろん、ヨーロッパ内を旅行することができました。

●留学の動機

高校時代、一週間の海外研修に参加した際、一週間の滞在では物足りなかったため、大学では長期間海外に留学したいと思っていました。フランスへの留学の動機は、大学で専攻したフランス語の上達させたい、日本とは異なる文化を現地で体験したい、自分の視野を広げたいと考えたからです。

●留学の成果

語学力の向上という点において、耳が慣れるということが実感できたので、少なからず上達したと思います。また、積極性やコミュニケーション能力などが求められる環境だったので、それらはもちろん、度胸がついた気がします。留学したなかで感じたことや考えたことは、私にとってとても貴重なものだと思います。

●スペシャルエピソード

留学へ行く前、岩手大学へ留学をしていたフランス人のチューター(留学生の世話役のような役割)をしていたので、現地で彼女らとよく遊びに出かけていました。家に招いてくれたり、ボルドーを案内してくれたり、とてもよくしてくれました。現地に行く前にフランス人の友達ができるので、大学のチューター制度の利用をお勧めします。

●これから留学したい人へアドバイス

留学は簡単にできるものではないので、定められた中での貴重な時間をどう過ごすのか、しっかりと計画するとよいと思います。また、自分の意志を相手に伝えることは現地でも重要なことなので、ぜひ、自分の気持ちを家族や友人に話してみてもいいのではないでしょうか。周囲の理解や協力があって、留学することができるからです。実際に留学期間中、私を思って心配してくれる家族や友人たちに励まされることがありました。留学は、得ることもたくさんあるけれど、その分トラブルや不安などもついてきます。何でも一人でこなそうとしないで、友人らと助け合いながら問題を解決することも大切なことだと思います。

●留学費用について

①総費用：約700,000円

（内訳 渡航費 約184,000円、宿舍費 約24,000円/月（光熱水費込）、食費 53,000円、ビザ・保険料 約11,000円、お土産代他（旅行費を含む） 約356,000円）

②費用負担 自己負担 80,000円、親からの支援 300,000円、留学奨学金（JASSO）320,000円

③使ったお金の割合：現金40%、クレジットカード（VISA）10%、トラベルプリペイドカード（マネパカード）50%

●留学先宿舎について

・形態：主に大学寮、長期休暇期間中は友人宅やホテル

・家賃額：月 額 2 4 3ユーロ（光熱水費含む）

・参考情報：私が住んでいたところは、共同のキッチンと冷蔵庫があって、部屋には机、いす、シングルベット、クローゼット、ユニットバス（シャワーのみで浴槽はなし、洗面台あり）が完備されていました。寝具などの生活用品はスーパーで揃えました。（費用は約15,000円）

●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：留学前と比べて、フランス語が聞き取りやすくなったと感じました。

・適正レベル：仏検3級レベルがあれば大丈夫です。

●ネット環境及びその他の参考情報

・私物のパソコンを持参し、大学のWIFIを使ってインターネットを利用していました。携帯電話は、あらかじめ日本で買ったSIMカード(EUで使用可)と、現地で買ったSIMカード(フランス国内で使用可)を使い分けていました。ですので、旅行中もネット環境には困らなかったです。

●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	フランス語の授業、学食ランチ	フランス語の授業、復習
火曜/2日目	買い物や洗濯	フランス語の授業
水曜/3日目	復習	フランス語の授業
木曜/4日目	復習	フランス語の授業、友人と食事
金曜/5日目	復習	買い物や観光
土曜/6日目	ボルドー市内を観光、散策	友人と食事
日曜/7日目	マルシェで買い物	授業の予習



ボルドーに滞在中何度も見に行った水鏡



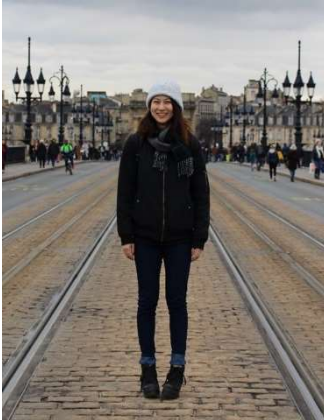
クラスメート全員と先生で記念写真



長期休暇中訪れた、オランダの友人宅周辺を散策した時

交換留学

フランス・ボルドーでの生活



留学先：ヨーロッパ／フランス／ボルドー／
ボルドーモンテニユ大学

留学期間：2017年 9月～ 2018年5月

氏名：木皿 りな

留学した時の学年：3年後期～4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：国際文化課程 欧米言語文化コース

●留学の内容

…大学の中にある外国人向けの学校で一年間フランスのことについて勉強しました。授業はすべてフランス語で行われますが、言語の勉強だけでなく文化や地理、歴史の授業など多くのことを学びました。大学内には日本人の教授の方も多くいらしたので、週に一度日本語の授業のチューターをさせていただきました。日本語学科のフランス人と友達になったり、サークルに参加したり、たくさん友達をつくることでとても有意義な一年間を過ごすことができました。前期後期ともにバカンスがあるのでフランスを飛び出してヨーロッパ旅行も可能です。授業の課題は少ないわけではありませんが、空いた時間で日本食屋さんでのアルバイトを経験している方もいらっしゃいました。

●留学の動機

…フランス語やフランス文学・文化を勉強しているうちに実際にフランスで生活してみたいと思ったため。また、日本ではなかなか身に付かない外国語を「話す」力を最大限に伸ばしてみたいと思ったため。日ごろから英会話を実践する機会があったが、日本語・英語以外の言語での生活を経験してみたいと思ったからです。

●留学の成果

…一人で寮で勉強することにとどまらず、多くの人と会話することで話す力、聞く力が身に付きました。また以前までの内向的な性格も、限られた時間の中で多くのことに挑戦することで精神的に成長できたと感じています。世界中から集まる留学生の生き方、考え方はとても勉強になり、これからの人生に対する励みにもなりました。

●スペシャルエピソード

…フランスだけでなく近隣のヨーロッパ諸国の文化を知りたいと思い、一年を通して10か国を巡りました。島国である日本では経験できない国境沿いの文化や、長い年月を経てできあがった歴史に触れることができ、とても良い経験でした。

●これから留学したい人へアドバイス

…なるべく日本人の留学生に頼らず、あくまでフランス語で生活することを目標にしていたので、言語の壁には多くぶつかりました。寮生活には様々な文化を持つ外国人も集まりますので時々意見が衝突することもあります。でも留学が終わるころには全部が素晴らしい思い出になっているはずですので、思う存分留学ライフを楽しんでください！

●留学費用について

①総費用：1,000,000円

内訳：渡航費150,000円、学費円0円(交換留学のため)、宿舍費243€/月(約30,000円/月)、
光熱水費0円、食費約20,000円/月、ビザ・保険料150,000円、
スマホ通信料(ヨーロッパ内使い放題)月約3,000円、お土産代・旅行費約300,000円

②費用負担 自己負担300,000円、親からの支援 0円、留学奨学金80,000円/月

③使ったお金の割合：現金30%、クレジットカード 70%、

※クレジットカードの使用頻度が高いので、二枚あると便利です。現金引き出し可だとなお良いです。

トラムやBARで現金を使う場合が多いです。また食費を友人同士で割り勘する際にも現金が必要かもしれません。それ以外は殆どカードを使いました。しかし現金を持ちすぎると盗難にあいやすいかも。

●留学先宿舍について

・形態：大学寮

・家賃額：243€/月(約30,000円/月) *光熱水費含む

・参考情報：一人部屋(ベッド、机、棚、シャワー&トイレ)

キッチン(冷蔵庫、電熱コンロ)を5人共同で使います。

●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：留学前は書いてあることが分かる程度でしたが、徐々に聞き取りや会話ができるようになり、日常会話に支障が無くなってきました。英語を使う機会は殆どありませんでした。

●ネット環境及びその他の参考情報

・寮内、大学内には無料WIFIがあります。私はiphoneのSIMカードを現地で買いました。町中でも無料WIFIが拾いやすいのでそれだけで使っている方もいました。電話専用の小さなスマホを現地で契約して使っている方もいました。

・シーツや布団、キッチン用具の調達、銀行口座の開設等で初日がとても忙しかった印象です。

●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	文化の授業、学食ランチ	日本語授業のチューター
火曜/2日目	作文の授業、家でランチ	聞き取りの授業、課題や洗濯
水曜/3日目	長文理解の授業、家でランチ	会話の授業、ランニング
木曜/4日目	会話の授業、学食でランチ	地理の授業、旅行計画
金曜/5日目	全休、課題	友人とピクニックやBARへ行く
土曜/6日目	ボルドー観光	ショッピング、レストランでディナー
日曜/7日目	クラスメイトと映画や美術館巡り	課題や予習、寮のルームメイトとクッキング



○クラスの写真

色々な国の生徒が集まります。各国の料理を振る舞ったりもしました。



○クリスマス

冬にはクリスマスマーケットが立ち並びます。ホットワインがとても美味しい。



○セネガル

西アフリカへ一人旅をし、ホームステイをしてきました。

「Bordeauxでの体験記」



留学先： フランス／ボルドー

ボルドー・モンテニュ大学

留学期間： 2017年 9月～ 12月
(半年間)

氏名： 安藤 美羽

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： 国際文化課程 欧米文化コース
フランス言語文化専攻

●留学の内容

ボルドー・モンテニュ大学への交換留学で、約三か月間語学留学を行いました。学校は語学学校のため、フランス語を学びに来ている外国人が多く、年齢や環境もバラバラでした。だからこそ、フランス以外の国の文化や人間性なども知ることができ、とても充実した毎日を送ることができました。授業は自分のレベルにあったクラスで行われます。フランス語学だけでなく、フランスの地理や文化、またそれぞれの母国について紹介するという授業もありました。

●留学の動機

高校の時から学習していたフランス語をさらに伸ばし、自分のレベルを知ることができる機会だと思い留学を考えました。また、外国で生活するということにあこがれを抱いていたため、良い機会だと思いました。

●留学の成果

留学を経験したことによって、フランス語の読み書き話すのスキルが上がったことが実感できました。以前よりもフランスという国に敏感になり、また外国の友達ができたことで世界がより身近に感じるようになりました。自分と向き合えたことで将来についてももしっかり考え行動することもできました。これらは留学をしたことで得られた成果です。

●スペシャルエピソード

1週間ほどの休みを使いイタリアへ旅行をしに行きました。途中、お財布を無くしてしまうという危機ありましたが、周りのサポートのおかげでなんとか留学を続けることができました。自分について改めて考える機会となり、成長できました。また、留学先でできた友達と今なお連絡を取り合ったり交流できていることはうれしいです。

●これから留学したい人へアドバイス

少しでも興味がある人は前向きに考えることをお勧めします。実際に経験することで語学面だけでなく、自身の成長に繋がると実感しています。わたしはフランスについてだけでなく、日本のいいところや自分自身の性格についても考える良い機会となり、自分に自信を持てるようになりました。

●留学費用について

①総費用：約80万円

（内訳 渡航費20万円、学費0円、宿舍費12万円（光熱水費込み）光熱水費0円、食費10万円、ビザ・保険料6万円、お土産代20万円、旅行費9万円）

②費用負担 自己負担10万円、親からの支援40万円、留学奨学金32万円

③使ったお金の割合：現金40%、クレジットカード（VISA）60%

●留学先宿舍について

・形態：大学寮

・家賃額：月約3万円（光熱水通信費含む）

・参考情報：ベッド（マット）、シャワー、トイレ、学習机、椅子、簡易的なクローゼット
共用キッチン付きの寮のため、共用で冷蔵庫、コンロ、シンク

●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：友達との会話や、駅、スーパーなどで聞く放送が聞き取りやすくなった

・適正レベル：自分に合ったレベルの授業を受けることができます。復習をしっかりする、友人とたくさん話すことで徐々に日業会話に慣れていきます。

●ネット環境及びその他の参考情報

自分のパソコン、携帯電話を持ってきました。常に機内モードで大学内、寮内のwi-fiを使って生活をしていました。デパートやカフェ、バスなどは無料wi-fiも多く、あまり困ることはありませんでした。自分のiphoneが壊れてしまいましたが、現地のappleで対応してもらえたのは安心でした。

寮は時々電気や暖房がつかなくなったり、水が出なくなることがありますが、それも今ではいい思い出です。

●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	口頭の授業	筆記、文法の授業
火曜/2日目	午前休み	筆記、口頭の授業
水曜/3日目	午前休み	筆記、口頭、文法の授業
木曜/4日目	文化の授業	文化の授業
金曜/5日目	休み	買い物
土曜/6日目	街を散策、洗濯	舞を散策
日曜/7日目	買い物	課題



移動手段のトラム



寮の友達とパーティー



大好きな広場

「フランス・ボルドーへの交換留学」



留学先： フランス ボルドー
ボルドーモンテニユ大学

留学期間： 2017年 9月～12月

氏名： 舘 美有

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

主専攻 ヨーロッパ語圏文化 副専攻 グローバル・地域人材

● 留学の内容

フランス南西部のワインの有名なボルドーで4ヶ月間外国人向けの語学学校DELFEに通い、フランス語やフランス文化について学びました。授業は全てフランス語で行われ、現地でのレベル分けテストの結果クラスが決められました。1コマの授業が1時間半から2時間で長く、授業間の休み時間も短いので集中力を保つのが大変でした。バカンスなどでは、フランス周辺のヨーロッパの国に旅行しさまざまな人種や文化に触れたり比較することができました。

● 留学の動機

もともと高校生の頃から留学をしたいと考えていて、短期研修や交換留学など様々なプログラムの情報を1年生の時から積極的に入手していた中で、最終的にフランスへの4ヶ月の留学を決めました。その理由は大学から始めたフランス語を向上させたいという気持ちや、奨学金が出るので金銭面的に援助を受けられること、ヨーロッパの他の国々にも行けること、フランス人だけでなく、語学学校でいろいろな国籍の人と知り合えることなどでした。

● 留学の成果

私にとって、この留学が初めての海外でまた飛行機に乗ることさえ初めてでした。それでも、現地で友達を作り日本とは全く異なる文化を持つ国で生活できたことは私の人生にとってはとても大きなことでした。また、日本を客観視できたり、フランスのシステムで実際に生活してみることでお互いの国の良いところや見習うべきところなど幅広い視野で物事を見られるようになりました。さらに外国人という立場を経験したことで彼らが日本でどのような事に困ったり不安を抱えたりするのかということを理解できるようになりました。

● スペシャルエピソード

フランス国内を旅行中に荷物を預かり所に預けたのですが、戻ってきて荷物を受け取ろうと思ったらすでに閉館しており、そこで帰国前の緊急だったのでサービスカウンターの方に状況を説明したところ、すぐに断られました。しかし主張し続けたら注意を受けながらも解錠してくれることになりフランス語で問題解決できたのが申し訳ない気持ちもありつつ嬉しかったです。

● これから留学したい人へアドバイス

留学といっても短期のものから長期のものまで様々な形があります。どんな留学でも自分が成長するチャンスはあると思います。せっかくの貴重な機会なので積極的にいろいろな人と関わってみることが良いと思います。やはり価値観が変わるし自分自身についても深く考えるキッカケになると思います。ぜひ、自分のニーズに合わせて様々なところから情報収集をして自分に合った留学を見つけてください。

●留学費用について

①総費用:65万~70万円

(内訳 渡航費20万円、学費 岩手大学への授業料、宿舍費13万円(光熱水費込み)、食費10万円、ビザ・保険料6万7千円、お土産代・旅行代15万円、・・・)

②費用負担 自己負担25万円、親からの支援20万円、留学奨学金32万円(JASSO 月8万円)

③使ったお金の割合：現金20%、クレジットカード(VISA) 30%、トラベルプリペイドカード(マネパカード) 50%

●留学先宿舎について

・形態：大学寮

・家賃額：月 額 約3万円(光熱水費含む)

・参考情報：大きめの長机1つ、イス1つ、ベット(シーツ、枕、布団は自分で用意)、タンス、シャワー・トイレ(狭め)、共同キッチン・冷蔵庫(汚めだった) 日本人2名、アフリカ人2名、フランス人1名で共用

個人部屋は十分な広さできれいだったが、共同のキッチンや冷蔵庫は他の国籍の人と共用のため汚れやすかったり、勝手に物を使われたりするので自分の物は自己管理をすることが大事だと思った。

●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：特に聴解能力とスピーキングが向上したと思う。滞在中、街ですれ違ったフランス人同士の会話の内容が何気なく聞いていて分かった時に成長を感じた。4ヶ月と短かったので、もう少し滞在できたらさらに伸ばすことができたのではないかと考えた。

・適正レベル：最低限、基本の文法や会話ができる程度。授業は完全にレベル分けされるので自分のレベルに合ったクラスで勉強できる。ただし、より高いレベルのクラスになればなるほど、レベルの高い授業をフランス語が上手なクラスメートと受けることになる。

●ネット環境及びその他の参考情報

・私物パソコン、スマートフォンは持って行った方がいい。寮の中ではWIFIが使える。

私はWIFIのみで生活していたが、オフラインでもマップが使えたので特別困ることはなかった。緊急の時はマックやバーガーキングやスターバックスなどの無料WIFIを使っていた。

・日本食に突然恋しくなる時がくるので、何か調味料やレトルト、お菓子などを持っていた方が良いと思った。現地のアジア系のミニスーパーでも買えるが高かった。

●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	文法の授業	オーラルの授業、ヨガ
火曜/2日目	聴解の授業	フランスの歴史、フランス社会の授業
水曜/3日目	ショッピング・勉強	観光の授業、友達の家でご飯
木曜/4日目	文法の授業	綴り、発音の授業
金曜/5日目	宿題、日本語学科ボランティア	長文読解・作文の授業、友達の家でパーティー
土曜/6日目	ショッピング、観光	友達とお出かけ、ご飯
日曜/7日目	洗濯、宿題	フランス人との勉強会



ボルドーといえばの絶景 水鏡



ボルドーのワイン博物館



フランス人と日本人のパーティー

「ドイツ、ロッテンブルグ大学への留学」



留学先：ドイツ／バーデンヴュルテンベルク州
／ロッテンブルク／ ロッテンブルク大学
留学期間：2017年 10月から
(1年間)

氏名：木村吉大
留学した時の学年：大学院1年
学部・研究科名：総合科学研究科
学科・課程名・コース名：地域創生専攻

●留学の内容

ドイツ、ロッテンブルグ林業大学でドイツ林業に関して学びました。

●留学の動機

このような比較的長期の留学というものは今のうちに時間があるときにしか出来ないと感じたこと、奨学金が出るということで参加しました。

●留学の成果

自分の専門分野に関する知識はもちろんのこと、海外の雰囲気、文化、生活、現状等を知ることが出来ました。それに加えて、語学力の向上も良かった点だと思います。

●スペシャルエピソード

ドイツに限らずヨーロッパはどこでもそうだと思いますが、外食をするとものすごく高くなるので基本は自炊をお勧めします。ドイツは日本と比べて生鮮食品が安いので自炊をするとだいぶ節約になります。

●これから留学したい人へアドバイス

行くか行かないかで迷ってる場合は行くべきだと思います。また、充実した留学生活を送りたい人は、受身ではなく自分から動いてみてください。どんなことに関してもいえますが実際に経験することは本当に貴重なことです。そういう機会があるのに恥ずかしいからとか大変そうだからといってそれを棒に振ることは本当に勿体無いことなので少しでもやりたい気持ちがあって、その機会があるのならやってみてください。これから行く人たちの留学生活が良いものになることを願っております。

●留学費用について

①総費用：1,500,000円

（内訳 渡航費200,000円、学費350,000円、宿舍費450,000円（光熱水費込み）、食費150,000円、ビザ・保険料150,000円、お土産代他200,000円）

②費用負担 自己負担400,000円、親からの支援100,000円、留学奨学金1,000,000円

③使ったお金の割合：現金30%、クレジットカード（VISA・MASTER）70%、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：大学寮

・家賃額：月 額 約34,000円（インターネット・水道・光熱費含む）

・参考情報：3人でのフラットシェア（風呂、トイレ、キッチン（冷蔵庫、オーブン等備え付き）は共用）。自室には筆筒と机、ベット（マットのみ）つきで入居前にお金を払うと寝具（布団、枕、シーツ等）も用意されます。部屋は比較的きれいであり、断熱がしっかりしているからか夏も冬も快適に過ごせました。大学が林業大学ということもあり、その寮の住民ほとんどがドイツ人でした。

●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：留学前 英語：TOEIC 600点くらい ドイツ語：ほぼ話せない

留学後 英語：テストを受けていないのでわからない ドイツ語：ドイツ語評価に使われる段階評価でB1程度。

・適正レベル：ドイツはもちろんドイツ語が母国語なのでドイツ語で最低限A2は必要。英語に関しては使えるともちろん良いですが、ドイツに住む分では必要性は感じられなかったです。

●ネット環境及びその他の参考情報

・街中には無料で使えるWifiがたくさんあるが、必要なときにすぐ連絡が取れないため、現地のSIMを買うほうがよいと思います。部屋のネットは有線回線なのでWifiが使いたいときにはルーターを買うか、持っていくか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
月曜/1日目	大学の講義や語学学校等	自由時間（家事、買い物、勉強などなど）
火曜/2日目	大学の講義や語学学校等	自由時間（家事、買い物、勉強などなど）
水曜/3日目	大学の講義や語学学校等	自由時間（家事、買い物、勉強などなど）
木曜/4日目	大学の講義や語学学校等	自由時間（家事、買い物、勉強などなど）
金曜/5日目	大学の講義や語学学校等	自由時間（家事、買い物、勉強などなど）
土曜/6日目	自由時間（家事、買い物、勉強などなど）	自由時間（家事、買い物、勉強などなど）
日曜/7日目	自由時間（家事、買い物、勉強などなど）	自由時間（家事、買い物、勉強などなど）



写真①ドイツのクリスマスマーケット

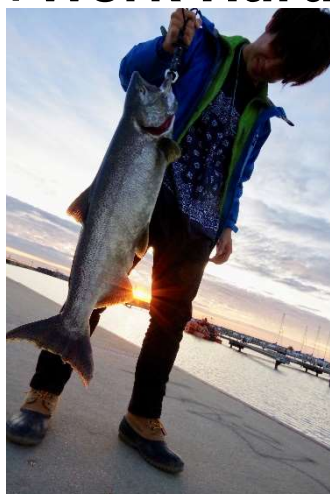


写真②ドイツの畑



写真③ Marktplatz

「Work Hard, Play Harder!!!～遊んで学ぶ留学生活～」



留学先： アメリカ／イリノイ州／ネイパビル／
ノースセントラルカレッジ

留学期間： 2017年 8月～3月
(8か月)

氏名：熊谷 修平

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：英語科

●留学の内容

岩手大学の学費を払うだけで、10倍もの学費がかかるアメリカの大学に行ってしまう超ラッキープログラム、交換留学に参加させていただきました。学校は9月からでしたが、私の趣味である釣り仲間をInstagramで発見し、8月から彼のお宅にお邪魔していました。授業が始まると驚くほどの宿題の量に圧倒されましたが、現地でできた友人に助けをもらい一緒に乗り越えることができました。冬休みは、残っているインターナショナルの友人と過ごしたり、釣り仲間とフロリダに遠征に行くこともありました。帰国寸前では、車でロードトリップにいたり、見送りの空港で号泣したりとドラマ満載な留学生活でした。

●留学の動機

大学に入る前からの夢であり、将来教員になるための語学力を伸ばしたかったからです。

●留学の成果

成果は様々な観点から多くありました。ここに全て書ききれそうにないので、気楽にお聞きください。言えることは、沢山の経験ができて今の自分があると思います。そしてこの経験を生かして、少しずつ将来への道筋を立てている所です。

●スペシャルエピソード

言葉にすると検閲に引っかかりそうなことも多々起きました…笑 自分が一番驚いたことは、当時Instagramで釣りの写真をあげていたのですが、ある日大学からすぐの繁華街を流れる川で釣りをしていたら、私のInstagramを見てくださっている現地のご夫婦に話しかけられたことです！！あと、帰国したときに、出発の時より10キロ太っていたことです。(デブ)

●これから留学したい人へアドバイス

いままで少しでも外国に興味を持ったことがあるそこのあなた！行きましょう。行かなかった人の中には2種類の人があります。行かないで満足する人、行かないで後悔する人。ですが行った人の中には1種類の人間のみです。後悔する人はZEROです。保障します。

●留学費用について

①総費用：200万円（-56万円 JASSO奨学金）

（内訳 渡航費20万円、学費0円、宿舍費・光熱水費・食費90万円、ビザ・保険料5万円、旅行・遊び・お土産代他85万円、・・・）

②費用負担 自己負担0円、親からの支援100万円、留学奨学金56万円

③使ったお金の割合：現金5%、クレジットカード（VISA）95%

●留学先宿舍について

・形態：大学寮

・家賃額：1学期毎 45万円（光熱費、食費含む）

・参考情報：寮によって様々。私の所は、トイレ・シャワー・キッチン・エアコンが部屋にあった。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：特にスピーキングが伸びた。

帰国後、腕ためしの為にノー勉でTOEICを受けて865点

・適正レベル：正直英語力よりも、コミュ力あれば行けます。

●ネット環境及びその他の参考情報

・大学内にWI-FIあり。パソコンは宿題の為に必須。

・私は携帯がソフトバンクで、アメリカで使い放題だったのでかなり便利でした。

●留学中の主なスケジュール（学期によって違う。下を書くのは2学期目の分。）

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	体育の授業	宿題が無ければ遊び
火曜/2日目	美術の授業	英語の授業
水曜/3日目	体育の授業	宿題が無ければ遊び
木曜/4日目	美術の授業	英語の授業
金曜/5日目	宿題が無ければ遊び	宿題が無ければ遊び
土曜/6日目	宿題が無ければ遊び	宿題が無ければ遊び
日曜/7日目	宿題が無ければ遊び	宿題が無ければ遊び



Painting



Women's March



Host Family

「韓国留学～群山大学での留学生活～」



留学先：韓国／全羅北道／群山市／
群山大学

留学期間：2018年 3月～ 8月
(6か月)

氏名：青木 愛梨

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：地域政策課程

●留学の内容

…韓国語の学習は主に語学堂で行った。学期は3か月単位で区切られ、クラスはTOPIKの級ごとに分かれていて、私は春学期を2級、夏学期を3級クラスで授業を受けた。授業は月曜日から金曜日まで週5日、時間は9時から13時までであった。その他に日語日文科の授業も3つ履修し、日本語を学ぶ現地の学生と一緒に学んだ。学科の授業は基本的に韓国語で行われ、漢字の授業では日本語の文を韓国語に翻訳しながら学んだ。

●留学の動機

…大学2年生の夏休みに10日間の韓国研修プログラムに参加したことがきっかけ。その当時韓国に留学していた先輩方が、韓国人の友人と韓国語で会話する姿を見て、私も先輩方のように韓国語を話せるようになりたいと強く思った。また、その研修プログラムで群山大学に通う友人も何人かできたので、群山大学への留学を決めた。それまで留学を考えたことが一度もなく、留学に対しては消極的であったが、短期の研修プログラムでの体験が強く印象に残り、それが留学をしたいという気持ちに繋がった。

●留学の成果

…学校の授業や友達との会話で韓国語の実力が飛躍的に向上した。特に私の場合は、周りに日本人が一人もおらず、毎日韓国語だけを使う生活を送っていたので上達も早かった。韓国人の友人とは毎日のように一緒に過ごし、友人の実家にも宿泊させてもらい、韓国の文化を学ぶこともできた。また、語学堂には様々な国の学生がいたので、それぞれの国の文化も知ることができ、世界観が広がった。

●スペシャルエピソード

…テスト期間になると大学内で食べ物や飲み物が配布される。キャンパス内を歩いているとエナジードリンクやお菓子をたくさんもらい、寮では夜食としてパンと飲み物が3日間配布された。日本の大学にはそのような文化はないので驚いた。

●これから留学したい人へアドバイス

…まずは短期研修に参加するとよい。現地の友人もでき、その国がどんな国なのか事前に把握できるので安心。また、現地での留学生活が具体的に想像できるので、留学の目的や目標が明確化され、実際の留学生活が有意義なものとなる。韓国の場合は8月と2月に短期研修があり、8月は韓国で、2月は岩手で、韓国の学生と交流することができる。

●留学費用について

①総費用：約70万円

(内訳 渡航費6万円、学費1万円(教科書)、宿舍費20万円、外食費10万円、交通費5万円、雑費15万円(服、寝具、消耗品など)、ビザ・保険料4万円、お土産代10万円、Wi-Fi費2万円)

②費用負担 自己負担10万円、親からの支援30万円、留学奨学金42万円

③使ったお金の割合：現金20%、クレジットカード(VISA) 80%

●留学先宿舍について

・形態：大学寮

・家賃額：3か月 10万円(光熱水費・食費含む)

・参考情報：机・二段ベッド・クローゼット・トイレ・シャワー・洗面所・洗濯機あり。6人で住む大きな部屋の中に2人部屋が3つある。韓国人や他の国の人と一緒に部屋を使う。寮食堂で3食食べられる。

●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：ほとんど話せない状態から日常会話に支障がないレベルに。

(TOPIKは取得していないが、TOPIK2級レベルが3～4級レベルくらいになった。)

・適正レベル：語学堂には初級のコースもあるので、ハングルが読み書きできれば留学可能。

●ネット環境及びその他の参考情報

・携帯の通信は、現地で借りたポケットWi-Fiか、カフェなどのWi-Fiを使用。日本の携帯電話の通信は止めず、普段はモバイル通信をオフにして通常の通話は使えないようにしていた。(LINEなどの通話は使える。)

・学校にあるパソコンが使えるので、ノートパソコンを持参する必要はない。

●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	語学堂授業(9:00～13:00)	学科授業、友達と勉強
火曜/2日目	語学堂授業(9:00～13:00)	学科授業、友達と勉強
水曜/3日目	語学堂授業(9:00～13:00)	学科授業、友達と勉強
木曜/4日目	語学堂授業(9:00～13:00)	学科授業、友達と勉強
金曜/5日目	語学堂授業(9:00～13:00)	友達とカフェ
土曜/6日目	課題・自習	ショッピング、友達と出掛ける
日曜/7日目	課題・自習	ショッピング、友達と出掛ける



友人たちと訪れた映画撮影地



語学堂のクラスメイト



一皿で色々味わえるキムトクソン

短期留学

岩手大学生 留学体験談

留学のタイトル：短期でも多くのことが学べる、とても充実した韓国研修



留学先：大韓民国／ソウル特別市・群山市
群山大学・明知大学

留学期間：2018年8月22日～8月31日（10日間）

氏名：関口 惟月

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

最初の5日間は、群山で群山大学の生徒と交流しました。2人ペアになって、自分が行きたいところに連れて行ってくれたり、おすすめのところを紹介してもらったりしました。残りの5日間はソウル特別市に行き、1日だけ明知大学の生徒と交流しました。残りは、友達と観光しました。

●留学の動機

以前から、韓国の音楽・食・文化などに興味があり、奨学金を給付していただけるため、よい機会だと思い、参加しました。また、個人で行くのは不安だったため、友達と参加できるのも良い点の一つだと思います。

●留学の成果

私にとって初めての海外だったので、観光もとても楽しかったですが、それ以上に多くの発見がありました。日本との違いや似ている点、お互いの長所や短所などがたくさんあり、視野が広がったり、国際的な問題に関心を向けるようになったと思います。

●スペシャルエピソード

韓国では、たくさんの人に助けられました。日本人だと知るとサービスをしてくださったり、観光を楽しんでと声をかけてくださったりしました。個人的にはSMTOWN@coexartiumがおすすめです。

●これから留学したい人へアドバイス

最初は不安が多いと思いますが、それは皆が感じることで、迷っているのであれば行ってみることをおすすめします。一人で行くわけではないので、お互い助け合いながら研修を行うことができます。百聞は一見に如かずということわざがあるように、実際に行ってみると、今まで知らなかった、多くのことを学ぶことができ、非常にいい経験になるかと思います。

●留学費用について

①総費用：150000円

（内訳 渡航費40000円、宿舎費30000円、食費15000円、ビザ・保険10000円お土産代他50000円）

②費用負担 自己負担30000円、親からの支援60000円、留学奨学金60000円

③使ったお金の割合：現金85%、クレジットカード（カード名）0%、トラベルプリペイドカードT-moneyカード15%

●留学先宿舎について

・形態：ホテル・ゲストハウス

●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：多くの単語や日常表現を学ぶことができた

・適正レベル：あくまで文化研修なので話せなくても大丈夫だと思う。

●ネット環境及びその他の参考情報

・韓国ではWi-fiが多くの店についているので便利ですが、フリーのWi-fiは安全なものかわからないので使用しない方がいいと思います。

・韓国は日本とコンセントの種類や電圧が違うので、変圧器と変換プラグが必要です。

●留学中の主なスケジュール

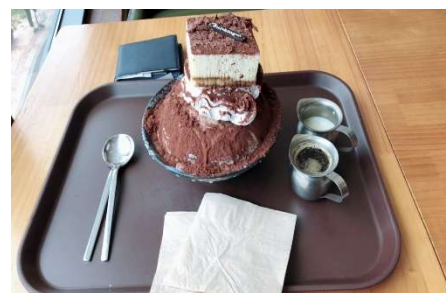
曜日／日程	午前	午後
1日目	仙台空港から仁川空港へ移動	仁川空港から群山へ移動
2・3日目	群山大学の学生と交流（全体行動）	群山大学の学生と交流（自由行動もあり）
4・5日目	群山大学の学生と交流（自由行動）	群山大学の学生と交流（自由行動）
6日目	群山大学で報告会	ソウルへ移動・観光
7日目	明知大学の生徒と交流（自由行動）	明知大学の生徒と交流（自由行動）
8・9日目	友達と観光	友達と観光
10日目	仁川空港から仙台空港へ移動	



サムギョプサル



世宗大王像



ソルビン

短期留学

岩手大学生 留学体験談

留学のタイトル：「だいすけのだいすきなダイナミック韓国研修」



留学先： 韓国／群山・ソウル／
群山大学・明知大学

留学期間： 2018年8月22日～8月31日（10日間）

氏名： 佐藤 大輔
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

・・・現地の大学生と一緒に、韓国の歴史や文化について学びました。また、一緒にショッピングに行ったり、食事をしたりして交流しました。

●留学の動機

・・・中学生の時に日韓冬季スポーツ交流に参加したのがきっかけで、韓国について興味がありました。大学生になり韓国に行く機会があると知り参加しました。

●留学の成果

・・・韓国の文化について学ぶことができました。韓国に友人ができました。

●スペシャルエピソード

・・・私の名前は大輔（だいすけ）ですが、韓国にも同じ漢字を使って大輔（テリユン）という名前があるということを知りました。とても驚きました(笑)ちなみに、私と一緒に行動していた友人の名前は「致命的な」という意味らしいです(笑)

●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けど長期留学はハードルが高いという人にこの研修はおすすめです。

●留学費用について

①総費用:150,000円

(内訳 渡航費47,000円、宿舍費20,000円、食費20,000円、保険料10,000円、プレゼント代3,000円、事前準備費30,000円、お土産代など20,000円)

②費用負担 自己負担0円、親からの支援0円、留学奨学金200,000円

③使ったお金の割合：すべて現金で支払いました。カードを持っていると便利だと思います。

●留学先宿舎について

・形態：ホテル、ゲストハウス

・家賃額：上記の宿泊費の通りです。

・参考情報：どちらにもWi-Fiがありました。ゲストハウスには様々な国の人がいますが、基本的には英語で会話しました。

●語学力について

・現地で使用した言語：日本語

・語学レベルUP：韓国語は使っていないので語学力は向上していません。

・適正レベル：韓国語が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

・インターネットはホテルで使用できます。電話会社の契約によってスマホで携帯会社の回線を使える人と使えない人がいるので気を付けてください。使えるようにしておくとう便利だと思います。

・変圧器は高額ですがあると便利です。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
水曜/1日目	仙台空港出発	移動
木曜/2日目	韓国文化体験	群山観光
金曜/3日目	群山歴史博物館	群山観光
土曜/4日目	自由行動	自由行動
日曜/5日目	自由行動	報告会準備
月曜/6日目	報告会	ソウルへ移動
火曜/7日目	明知大生と交流	明知大生と交流



昼食にチーズタッカルビを食べました



デザートソルビン



群山での最後の晩餐

短期留学

岩手大学生 留学体験談

「初めての海外は韓国で決まり！」



留学先：韓国／郡山、ソウル／
郡山大学、明知大学

留学期間：2018年8月22日～8月31日（10日間）

氏名：藤原 千明

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

郡山大学、明知大学の生徒とともに、各国の文化についての交流をし、実際に現地を見学して文化を学んだ。歴史博物館や、現地の飲食店などに行き、韓国の学生の紹介とともに見識を深めた。

●留学の動機

授業で韓国語を習った際、並行して韓国の文化も習ったため、画面の向こうで紹介される文化を、実際に見られればどれほど良い刺激になるかと思い至った。そのため、初めての海外渡航であったが、行って体感したいという意思で参加を決めた。

●留学の成果

韓国では大学などで人と話す機会が非常に多く、純粋に知識を増やすことができたとともに、一生懸命自分の言いたいことを伝えるため、自分に自信がついたと感じる。メディアの情報だけでは伝わらない本場の空気を知れたことも大きな収穫の一つだと思う。

●スペシャルエピソード

韓国の方々はみな優しく、素直に人を褒めたり、手助けしてくれたりしました。日本ではこんなに親切にされたことがないと言うと、「マナーだから普通だよ」と言ってもらい感動しました。交流した大学生は日文学科の生徒たちであり日本語がとても上手で安心できます。

●これから留学したい人へアドバイス

初めての海外渡航でも、韓国語に自信がなくても勇気を出していけば、日本では味わえない世界を見ることができます。恐れず話しかけたり行動してみることが大切です！

● 留学費用について

- ① 総費用：12万円
(内訳 渡航費4万円、ホテル代2万円、お土産代6万円)
- ② 費用負担 自己負担5万円、留学奨学金7万円
- ③ 使ったお金の割合：現金100%

● 留学先宿舎について

- ・形態：ホテル、ゲストハウス
- ・参考情報：基本的にWi-Fiがついていて、きれい。二人部屋が多い。

● 語学力について

- ・現地で使用した言語：韓国語、英語
- ・語学レベルUP：大きな違いはないが、積極的に話せるようになる。
- ・適正レベル：文化研修のため、あまり高い語学力はなくてもよい

● ネット環境及びその他の参考情報

- ・韓国では多くのカフェなどでWi-Fi環境があり、現地学生がデザリングしてくれる場合もあるが、ポケットWi-Fiがあると安心できる。
- ・そのほか、夏に行ったがとても暑いため、体調管理に気を付けた方がよい。

● 留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
1日目	出国、移動	郡山で食事
2日目	韓国の伝統文化体験	自由行動
3日目	郡山歴史博物館	郡山の観光地巡り、テディベア博物館
4、5日目	自由行動	自由行動
6日目	ここまでの体験発表	移動
7、8、9日目	ソウルの現代文化体験	自由行動
10日目	日本へ帰国	



現地学生とペアでごはん



郡山大学の皆さんとお別れ会



ソウルの城跡

「韓国研修について」



留学先：韓国／群山＆ソウル／

留学期間：2018年8月22日～8月31日（10日間）

氏名：鈴木 智久

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

8月22日～8月27日は群山（クンサン）に滞在し、群山大学の学生さんたちと交流した。主に韓国の伝統的な団扇づくり体験やビビンパ作り体験などをし、韓国の伝統文化と触れ合った。また、観光地として有名な全州（チョンジュ）に足を運び、伝統的な建物を見物したりした。

8月27日～8月31日はソウルに滞在し、明知（ミョンジ）大学の学生さんたちと交流した。韓国の首都であるソウルの観光名所（キョンボックや世宗大王像など）を回った。ソウルでの自主行動では、仁寺洞（インサドン）や明洞（ミョンドン）に赴き、買い物や観光を楽しんだ。

●留学の動機

率直的に言って、ただ海外に行ってみただけだった。（本当は生協主催のオーストラリア異文化体験に参加したかったが、費用が高く、自動車学校の費用もあったため、親に断られた。韓国研修は比較的費用も安く、奨学金も出るとのことで許可が下りた）

●留学の成果

自分の語学力のなさが垣間見えたことで、今後の語学の勉強のモチベーションが上がった。また、もっと海外に出てみたいという気持ちが高まった。

●スペシャルエピソード

トイレがまったく無くて困った。コンビニにトイレが設置されていないため非常に不便だった。さらにトイレがものすごく汚くて日本のトイレが異常なくらいきれいだということを実感できた。

●これから留学したい人へアドバイス

- ・海外に行く前にある程度のその国の言語能力をつけておくべきだと感じた。（日常会話程度）
- ・日本での常識がまったく通用しないため、「郷に入っては郷に従え」をモットーにして行動したほうがよいと感じた。
- ・トイレはできるときにしておいたほうが良い！日本のようにトイレがどこにでもあるわけではないから。

●留学費用について

①総費用：18万円

（内訳 渡航費5万円、宿舍費3万円、お土産代他10万円、・・・）

②費用負担 自己負担3万円、親からの支援5万円、留学奨学金10万円

③使ったお金の割合：現金100%

●留学先宿舎について

- ・形態：ホテル（群山）、ゲストハウス（ソウル）
- ・家賃額：ホテル約2万円、ゲストハウス約1万円
- ・参考情報：多国籍（ゲストハウス）

●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：まったく上がらなかった（交流した大学生が日本語ペラペラだったため）
- ・適正レベル：不明

●ネット環境及びその他の参考情報

- ・携帯はWi-Fiのあるところ以外では使わないほうが良い。
- ・フリーWi-Fiはどこの店にでもあり、電波も強い。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
1日目	仙台空港出発	仁川空港から群山市へバスで移動
2日目	群山大の大学生と対面	自由時間交流
3日目	群山の博物館訪問	自由時間交流
4日目	自由時間全州へ	自由時間全州へ
5日目	発表会の準備	発表会の準備&群山大学生と飲み会
6日目	発表会	ソウルに移動&到着
7日目～10日目	明知大学生と交流（28日）&自由行動（29日、30日）	帰国（31日）



ソウルの街並み



キョンボックン



群山大の学生と

初めての海外留学



留学先：韓国／群山／ソウル／群山大学
明知大学

留学期間：2018年8月22日～8月31日
(10日間)

氏名：鈴木 優夏

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

群山大学と明知大学の学生との交流を通して、異文化について知り、コミュニケーション能力を向上させることを主な目的とした留学だった。多くの時間を現地の学生とともに過ごし、大学が用意してくださった文化体験プログラムの他、学生が主体となって活動の内容を決め、各自で行動する時間も多く取られていた。伝統的なうちわやビビンパ作りを体験したり、観光地をまわったりすることで韓国の文化に触れることができた。

●留学の動機

もともと韓国の文化に興味があったが、長期の留学は考えていなかった。しかし、一度は韓国へ行ってみたいという思いがあったため、今回この短期留学について知り、参加したいと思ったから。

●留学の成果

群山大学と明知大学の学生との交流を通して、韓国の文化を知ると同時に、自国の文化について見直すことができた。多くの時間を現地の学生と過ごすため、学生との親睦を深めることができたし、異文化ならではの考え方を知ることができ、視野を広げることができた。また、言語を学習する上で、今回の留学は自分にとってモチベーションになった。

●スペシャルエピソード

とにかく学生さんたちが親切で感動した。短い時間だったが、仲良くなることができ、他の国に友達ができたことが嬉しかった。韓国は食事や交通の面で日本と異なることが多いため、あらかじめ調べてから行くことをお勧めする。

●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るのなら、絶対行ってみるべき！百聞は一見にしかずということわざがあるように、実際に行ってみないとわからないことがたくさんあるし、自分で経験したことは何よりも自分の身になる。短期留学でもいいから、現地に行けるチャンスがあるなら利用することをお勧めする。今回の留学は語学中心のプログラムではなかったが、もっと韓国語を学び、話すことができていれば、より積極的にコミュニケーションを取ることができただろうと思った。

●留学費用について

①総費用：130000円

（内訳 渡航費45000円、宿舍費25000円、食費15000円、ビザ・保険料15000円、お土産代他30000円）

②費用負担 自己負担15000円、親からの支援45000円、留学奨学金70000円

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

●留学先宿舍について

・形態：ホテル、ゲストハウス

・家賃額：ホテル（5泊）17500円、ゲストハウス（4泊）7500円

・参考情報：どちらもフリーWiFi利用可能。ゲストハウスはトイレ、シャワールーム共同、ルームメイトが他国の人の可能性があるので配慮が必要。

●語学力について

・現地で使用した言語：日本語、英語、韓国語

・語学レベルUP：短期留学かつ語学研修ではなかったため大幅なレベルアップはできなかったが、自分から多言語でコミュニケーションを取ることができるようになった。

・適正レベル：店などでは韓国語が話せなければ英語で話しかけてくるところもあるので、最低限の英語力は必要。また、日常会話レベルの韓国語を話せるとよりスムーズ。

●ネット環境及びその他の参考情報

・宿泊先でフリーWiFi利用可能。街中ではポケットWiFiを利用。

・日本とはコンセントの様式が違うため、変換プラグが必要。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
1日目	仙台空港から仁川空港に移動	仁川から群山に移動
2日目	韓国伝統文化体験	群山散策
3日目	群山近代歴史博物館	テディベア博物館、東国寺
4日目	自由時間（韓屋村）	自由時間（全州）
5日目	自由時間（群山）	研修報告会準備
6日目	研修報告会	群山からソウルに移動
7日目	明知大学で学生と交流	文化研修
8日目	自由時間（梨大）	自由時間（明洞）
9日目	自由時間（弘大）	自由時間（ロッテワールド）
10日目	仁川空港から仙台空港に移動	仙台空港から盛岡駅に移動



ビビンパ作り



東国寺



ロッテワールド

短期留学

岩手大学生 留学体験談

留学のタイトル：「韓国研修体験」



留学先：韓国／群山・ソウル／
群山大学・明知大学

留学期間：2018年8月22日～8月31日（10日間）

氏名：齋藤奈桜 深澤真有

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：人間文化過程

●留学の内容

韓国にある群山大学・明知大学の学生と異文化交流をした。日本語を学ぶ韓国人の方々と韓国の伝統文化の体験をした。特に群山は日本とのつながりが古くからある土地だったため、そうした日本とつながりの深い場所や話を聞いた。

●留学の動機

元々韓国に行きたいという考えがあった。奨学金も出るため比較的安くいける点、初の海外で先生の同行に加え、友人と行けることに対して安心する点、大学のプログラムにより韓国人学生との交流や韓国文化の体験がしやすい点などを踏まえるとこの機会に行くことがベストだと思ったから。

●留学の成果

留学の目的は異文化交流・体験であったが、自分が一番感じた留学の成果は韓国語の聞き取りが以前よりもしやすくなったことだ。韓国の学生との会話は基本的に日本語であったが、道を歩いていけば韓国語がたくさん聞こえてきた。韓国語と日本語に似ている点がたくさんあることを自分の肌で感じる事ができた。

●スペシャルエピソード

韓国の男性は本当にやさしく、エピソードが書ききれないほどにある。何度も優しさで感動してしまった。また韓国のタクシーに携帯を忘れてしまい、携帯は戻ってこなかった。海外ではモノをなくしたら戻ってこないことが当たり前だ。十分に気を付けてほしいと思う。

●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人はたくさんいると思う。その中でも初めての海外の人がいれば、こうしたプログラムで行くことをお勧めする。一度海外から出て異文化の体験や、外国語が飛び交う場所に身を置くことを大学のうちにすると、自信がつくし他の国にも行ってみようという気になる。迷っているなら絶対に行ったほうが後悔しないと思う。

●留学費用について

①総費用：8～9万円程度

（内訳 渡航費4万円、宿舍費2万円程度、食費1万円（韓国の学生におごってもらうことも多かった）など・・・）

②費用負担 留学奨学金7万円

③使ったお金の割合：現金100%

※留学先での支払い方法として、使用頻度・使用額等の大まかな割合を記載してください。

●留学先宿舍について

・形態：ホテル、ゲストハウス

・家賃額：1万5千～2万円程度

・参考情報：ホテルは比較的きれいでとても広かった。ゲストハウスは一軒家を改修した形でとてもリラックスできた。

●語学力について

・現地で使用した言語：ほぼ日本語

・語学レベルUP：自分たちが韓国語を話す機会はあまりなかったが韓国語のリスニング能力が向上した

・適正レベル：正直、韓国語がまったくわからなくても大丈夫だが、少し分かったとさらに楽しめると思う。

●ネット環境及びその他の参考情報

・ポケットWIFIをレンタルして持参した、ほとんどのカフェなどでWIFIが使えた。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
水曜/1日目	飛行機で韓国へ移動	バスで群山に移動、夕食後にホテルへ移動
木曜/2日目	伝統うちわ作り、ビビンバ作り	韓屋村見学、ペアとの自由時間
金曜/3日目	群山近代歴史博物館見学、李盛堂で昼	テディベアミュージアム見学、東国寺見学
土曜/4日目	自由時間	自由時間
日曜/5日目	報告会の準備	自由時間、夜に群山大学の学生と交流会
月曜/6日目	活動報告会	ソウルへ移動
火曜/7日目	明知大学の学生と交流	ペアとソウル見学
水曜/8日目	自由時間	自由時間
木曜/9日目	ペアとロッテワールドへ	ペアと最後の食事、漢江の夜景を見る
金曜/10日目	飛行機で帰国	



写真①漢江の夜景



写真②光化門



写真③韓国最古のパン屋さん
(李盛堂)

短期留学

留学のタイトル：「韓国研修」



留学先：韓国／群山、ソウル／群山大学・明知大学

留学期間：2018年8月22日～8月31日（10日間）

氏名：米沢由那、小野寺花梨

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

共通言語は日本語で、韓国の文化を学ぶことが主な目的である10日間の韓国研修である。群山大学校と明知大学校の生徒と交流しながら、伝統的な体験や韓国の街並みに触れた。群山は伝統的な街並みが残っていたり、韓国の歴史を感じられる場所であった。それに対し、ソウルはイマドキの韓国を知ることのできる場所であった。韓国の中でも、雰囲気が大きく違う二つの場所で研修をすることができる。

●留学の動機

第二外国語で韓国語を選択し、韓国に興味を少しずつ持ち始めたため。また、初めての海外だったが、友人や先生も一緒であるなら安心だと思ったから。

異文化を学び、体験することで自分の中にある固定観念を無くすと同時に、視野を広げたかった。自分の現段階の語学力を把握したかった。

●留学の成果

交通に関することや飲食店でのサービスで日本との違いを多々感じた。日本の良さを改めて感じられる部分があった。周りから聞いた情報だけで判断せず、自ら異文化を体験することの大切さを学んだ。日本語がペラペラな韓国人と接し、自分も頑張らなければいけないと感じ、以前よりも学習意欲が向上したと思う。

●スペシャルエピソード

（留学先で、困ったこと、失敗したこと、感動したことなどスペシャルなエピソード、おすすめ情報など）

タクシーの運転手は当たりはずれがある。料金を多くとるタクシー運転手もいるので乗車区間のおおよその料金を把握していたほうが良い。電車はわかりやすいので利用するなら電車が良いと思う。服を買うなら梨大に行くことがおすすめ。服を買うときに、ほとんどの服を試着できない店が多い。

●これから留学したい人へアドバイス

韓国に少しでも興味があって迷っているなら行くべきだと思います。韓国の学生とも友達になれるし、韓国の良さも日本の良さも感じられる良い研修です。また、文化であっても語学であっても、自分が疑問に思ったことは積極的に聞いて、正しい知識や発見を見つけることをおすすめします。言語は日本語なので安心して参加できると思うので、是非参加してみてください。

●留学費用について

①総費用：約110000円

(内訳渡航費41000円、宿舍費約25000円、食費約15000円、保険料約10000円、お土産代他約20000円)

②費用負担自己負担30000円、親からの支援10000円、留学奨学金70000円

③使ったお金の割合：現金100%、クレジットカード0%、トラベルプリペイドカード0%、その他0%

●留学先宿舎について

・形態：ホテル、ゲストハウス

・家賃額：

・参考情報：ゲストハウスは知らない人と同じ部屋になることがある

●語学力について

・現地で使用した言語：日本語

・語学レベルUP：留学前後であまり変わらない

・適正レベル：韓国語を話せなくても大丈夫

●ネット環境及びその他の参考情報

Wi-Fiはホテルやカフェなどにに行けばあるが、持って行った方が良い。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
水曜/1日目	盛岡→仙台	仙台→仁川→群山
木曜/2日目	韓国伝統文化体験	ペアと自由行動
金曜/3日目	群山近代歴史博物館	テディベアミュージアム
土曜/4日目	ペアと自由行動	ペア自由行動
日曜/5日目	ペアと自由行動	研修報告会準備
月曜/6日目	研修報告会	群山→ソウル
火曜/7日目	明知の学生と交流	グループで自由行動
水曜/8日目	自由行動（明知の学生と強制ではない）	自由行動（明知の学生と強制ではない）
木曜/9日目	自由行動（明知の学生と強制ではない）	自由行動（明知の学生と強制ではない）
金曜/10日目	仁川→仙台	仙台→盛岡



韓服を着て全州観光



伝統団扇作り体験



ビビンバ作り体験

短期留学

「日韓学生協働研修 in 郡山・ソウル」



留学先：韓国／郡山・ソウル／群山大学・明知大学
留学期間：2018年 8月22～8月31日（10日間）

氏名：鈴木 愛
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

郡山で六日、明知で四日研修をした。プログラムの中で博物館やお寺に行き歴史的なことを学んだり、それぞれの大学の日本語を学んでいる学生とペアを組み、いろんな場所に行ったり、ご飯を食べながら話したりして、韓国の文化を体感した。どちらの大学のペアもプログラム外にも関わらず、私たちの自由時間についてきてくれ、移動や買い物のときに助けてくれた。

●留学の動機

1年前期に韓国語を履修していたため、韓国の文化に興味をもち、韓国に実際に行ってみたいという気持ちになった。この研修は、費用もそこまでかからず、友達と一緒に参加できて、韓国人の友達作りもしやすそうだったため、参加することにした。

●留学の成果

大学生の遊び方や、街・店の雰囲気や、交通手段など、日本と韓国で同じ部分、異なる部分を見つけることが出来た。また、韓国でともに行動した大学生と、とても仲良くなることができ、ますます韓国語を学びたいという意欲が湧いた。

●スペシャルエピソード

日程中ほぼ雨天だったため、何をしたいか考えていたものが出来なくなってしまう、もう少し天候のことも頭に入れて日程を考えれば良かったと思った。また、向こうで服を買い足そうと思っていたのだが、郡山にはショッピングをするところがないので、ソウルに行くまでの間、服が足りず困った。電圧変換器は2つあると便利だと思う。

●これから留学したい人へアドバイス

10日間という短い期間の中でも、たくさんの出会いがあり、たくさんの経験ができた。自分で旅行に行ったら知らなかったであろう団扇作りや市場巡りなども、研修のプログラムと、現地の大学生のアドバイスがあったからこそ出来たことだと思うので、韓国に興味ある方はぜひ行くことをお勧めする。

●留学費用について

①総費用：14万円

(内訳 渡航費4万円、宿舍費2.5万円、食費3万円、ビザ・保険料1万円、お土産代他3.5万円)

②費用負担 自己負担3万円、親からの支援4万円、留学奨学金7万円

③使ったお金の割合：現金100%

●留学先宿舎について

・形態：郡山→ホテル、ソウル→ゲストハウス

・家賃額：10日で約2.5万

・参考情報：ホテル→ 広い、部屋に全てついていて、パソコンはあるが使えない、朝ごはん付き
ゲストハウス→ トイレ・洗面台・シャワー共用、他の国の方々と同じ部屋になることもある

●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：現地の学生と日本語で会話したので、語学力はUPしなかった。

・適正レベル：ハングルが読めて、お店での簡単な返答が出来れば不便はなかった。

●ネット環境及びその他の参考情報

仙台空港で事前に予約したWi-Fiを友達と共用で使った。ホテルもゲストハウスも町中のカフェもWi-Fiが使えるので借りなくても生きていけるように感じた。コネスト地図などの地図と地下鉄の乗り換えが分かるアプリを入れておくと便利。

●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（盛岡→仙台→仁川→郡山）	全員でご飯
2日目	うちわ・ビビンパ作り	カフェ、全州殿洞聖堂、韓国の遊び体験、焼肉、ソルビン
3日目	郡山歴史博物館、パン屋	写真館、テディベアミュージアム、お寺、カフェ
4日目	ランチ、移動（郡山→全州）	市場でショッピング、ウンパ公園
5日目	発表準備	食堂で夕飯、カフェ
6日目	郡山大学でペアと発表	移動（郡山→ソウル）弘大
7日目	明知大学見学、カフェ、カラオケ	マンガオン市場、ショッピング
8日目	梨大・新村でショッピング	明洞、カフェ
9日目	スーパーでお土産購入	ロッテワールド、食堂
10日目	移動（ゲストハウス→仁川空港）	移動（仁川→仙台→盛岡）



写真①映えてるスーパー



写真②レベルが違うおいしさ



写真③ソウルの友達とロッテワールド

短期留学

岩手大学生 留学体験談

留学のタイトル：「日韓学生の協働研修 2018」



留学先：韓国／群山・ソウル／
機関 群山大学・明知大学
留学期間：2018年 8月22～8月31日（10日間）

氏名：横田 曜
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

8月22日から27日までは群山大学の学生と交流し、群山の町並みを見学したり、群山と日本の歴史について学びました。群山滞在の最終日には、日韓学生の合同報告会を開き、それぞれのチームで学んだことや感じたことを報告しあいました。28日は明知大学の学生との交流をはかり、グループに分かれ、韓国の中心都市であるソウルの町を案内してもらいました。残りの日数は自由時間であり、買い物をしたり、食事に行ったりなど韓国ならではの文化を存分に楽しむことができました。

●留学の動機

私は韓国語の授業を通じて、韓国の文化やそこで暮らす人々について強く興味を持ちました。なので、実際に韓国を訪れ、文化を肌で感じ、様々な情報を吸収したいと思いました。また、大学生のうちに何か所か海外に行きたいと考えていたので、良いきっかけと感じ研修に参加することを決意しました。

●留学の成果

実際に韓国に行ったことで、韓国の文化について肌で感じることができました。この文化を日本に持っていき、多くの人に伝えていきたいです。また、日韓関係が複雑化している中で韓国に人々の優しさに触れ、これからの二カ国間の仲の緩和について考えを巡らせる良い機会となりました。

●スペシャルエピソード

私が韓国で感動したことは、群山大学の学生のみなさんの優しさです。とにかく気遣いが多くて、心温まる場面がたくさんありました。また、韓国の料理は日本よりも格段に安いにも関わらず、とてもボリュームがあって驚きました。

●これから留学したい人へアドバイス

留学は思い切りが大切だと思います。海外に行くので心配事が多いでしょうし、迷う気持ちがあるのは普通のことです。私も金銭面のことが気になっていましたが、奨学金がおりるとのことで安心しました。岩手大学は留学・研修に関するサポートが手厚いです。行かないで後悔するより、勇気をもって一歩踏み出してみてください。私は韓国に行くことを決意して、本当に良かったと思っています。海外に行くという経験は、間違いなく自分の人生観を大きく変えるきっかけになります。

●留学費用について

①総費用：約150000円

（内訳 渡航費40000円、交通費3000円、宿舍費25000円、買い物20000円、食費10000円、保険料3000円、パスポート代約10000円、お土産代30000円、遊び代10000円・・・）

②費用負担 自己負担50000円、親族からの支援100000円、留学奨学金70000円（帰国後）

③使ったお金の割合：現金90%、T-moneyカード10%（交通費）

●留学先宿舍について

・形態：ホテル（群山）、ゲストハウス（ソウル）

・家賃額：ホテル5泊 17500円、ゲストハウス4泊 7500円（どちらも朝食有り）

・参考情報：ホテル・・・きれい、広い、洗濯機が使える、快適 ゲストハウス・・・きれい、多国籍、知らない人と同じ部屋、トイレ・シャワー・テレビ共有

●語学力について

・現地で使用した言語：日本語、韓国語少々

・適正レベル：語学研修ではないため、韓国語が全く話せなくても参加できる

●ネット環境及びその他の参考情報

・基本三人で行動し、一人のポケットWi-Fiをシェアして使用した。ホテルやゲストハウスでは無料のWi-Fiが提供されていたので、ネット環境に不便はなかった。

・現地でT-moneyカードを買っておくと交通の際便利、行きは最低限の荷物で！

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
水曜/1日目	飛行機で韓国へ移動	バスで群山に移動、夕食後にホテルへ移動
木曜/2日目	伝統うちわ作り、びびンバ作り	韓屋村見学、ペアとの自由時間
金曜/3日目	群山近代歴史博物館見学、李盛堂で昼	テディベアミュージアム見学、東国寺見学
土曜/4日目	自由時間	自由時間
日曜/5日目	報告会の準備	自由時間、夜に群山大学の学生と交流会
月曜/6日目	活動報告会	ソウルへ移動
火曜/7日目	明知大学の学生と交流	ペアとソウル見学
水曜/8日目	自由時間	自由時間
木曜/9日目	ペアとロッテワールドへ	ペアと最後の食事、漢江の夜景を見る
金曜/10日目	飛行機で帰国	



写真①群山近代歴史博物館



写真②韓国のかき氷



写真③ロッテワールド

はじめての海外留学 ～カナダ サスカチュワンへ～



留学先： カナダ／サスカチュワン／サスカトーン／
サスカチュワン大学

留学期間： 2019年 9月上旬 ～ 9月下旬
(3週)

氏名： 千田 夏海

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： 植物生命科学科

●留学の内容

3週間の短期留学です。ホームステイでサスカトーンに滞在し、サスカチュワン大学にて英語を学び研究室の活動に参加しました。イングリッシュクラスはこのプログラムに参加しているほかの岩大生と一緒に、農学部向けの内容になっています。第一週には大学や街を見学するツアーもありました。研究室は自分が希望するところにひとりで参加します。具体的な活動内容は研究室によって様々です。放課後や週末には十分な時間があり、友人とショッピングに行ったりホストファミリーと過ごしたりと、3週間とにかく充実していました。

●留学の動機

留学に行くことはかねての目標でした。大学2年がいちばん余裕のある時期だとみて、年度中にどこかへ行くとは前から決めていました。このプログラムは3週間で、初めて海外に行く私にとって短すぎず長すぎずに最適でした。さらに海外の研究室に配属という、他にはない経験ができるのを魅力に感じました。

●留学の成果

留学で得られたものはたくさんありましたが、最大の成果はやはり英語力が格段にアップしたことです。カナダには様々な人種の方がいて、聞こえてくる英語も様々です。リスニングはかなり鍛えられました。スピーキングにおいては、間違いを恐れることがなくなりました。ホームステイではわからないことは聞かないとそもそも生活ができませんし、研究室では、すべてをきちんと理解しないと英語の間違いなんかより大変な間違いを起こしかねません。常に背水の陣だったことで、悩むよりまず伝え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

最終日に、研究室の皆さんから「これからも頑張っね」と、メッセージカードとプレゼントをいただきました。研究室での活動はたった2週間でしたが、皆さん本当に良くしてくださいました。自分がどれほど感謝しているかを英語で満足に伝えられないのが悔しいのと、あんなに素敵な人たちともう一生会えないかもしれないというのがとても寂しくて、思い出すと今でも涙がにじみます。

●これから留学したい人へアドバイス

留学に関して「行ってみればなんとかなる」「そう上手くはいかない」など色々な前評判を聞きましたが、実際に留学を終えて感じたのは「準備すればするほど得られるものが大きい」ということです。行ってしまえば確かになんとかなりますが、英語ができればできるほど楽しいです。英語以外でも、専門の知識や日本のこと、趣味についてなど、何が役に立つかわかりません。留学に行く日まで、目の前のことをしっかりこなすのが案外大切です。

●留学費用について

①総費用：およそ45万円

(内訳 プログラム参加費(ホームステイ、学費など含む)18万円、航空券代20万円、保険料などの必要経費1万5千円、食費(外食や軽食)2万円、お土産代2万5千円)

②費用負担 自己負担10万円、親からの支援 x x x 円、留学奨学金 8 万円

③使ったお金の割合：現金5%、クレジットカード (VISA) 95%

※クレジット払いが主流です。現金払いもちろんです。大きな額のお札はあまり使われません。

●留学先宿舎について

・形態：ホームステイ

・家賃額：上記の留学費用のプログラム参加費に含まれています。

・参考情報：ひとり部屋に机、ベッド、クローゼットがありました。十分な広さのおうちで、シャワー・トイレ・洗面・ドライヤー、洗濯機、Wi-Fi、冷蔵庫などにある食べ物、などなどを自由に利用させていただきました。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：リスニング力が格段にアップしました。リーディングの速度は上がり、びっしり書かれた英語を見ても抵抗を感じなくなりました。ライティングも以前に比べスラスラできます。スピーキングには課題が残りますが、積極的に話せるようにはなりました。

・適正レベル：最低限リスニングはそこそこの力が必要です。聴く力がないという苦労します。

●ネット環境及びその他の参考情報

・ホームステイ先のWi-Fi、大学のWi-Fi、街中のフリーWi-Fiでなんとかかなりましたが、困ることも多かったです。

・寒かったです。乾燥もひどく、しばらく風邪をひきました。現地の気候をよく確認して衣服など用意すると良いです。

●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	飛行機	滞在先到着 → 睡眠
月曜/2日目	睡眠	ホストマザーの実家にて親戚みんなで集まる
火曜/3日目	オリエンテーション	ウェルカムランチと大学ツアー
水曜/4日目	イングリッシュクラス	サスカトゥーンツアー
木曜/5日目	イングリッシュクラス	ミュージアム訪問
金曜/6日目	イングリッシュクラス	動物園訪問
土曜/7日目	ホストファミリーと過ごす	友だちとショッピング
日曜/8日目	ホストファミリーと過ごす (映画、散歩、料理、ダンス、…)	
9日目以降	イングリッシュクラス	研究室



おきにりのカフェ
(飲食費がかさんだ主な原因)



ステイ先のかわいいねこ
(懐いてもらえず終わりました)



美しい建物と木、空
サスカトゥーンは空気がきれいです

「サスカチュワン大学農学部でのサマープログラム」



留学先：カナダ／サスカチュワン州／サスカトゥーン／サスカチュワン大学

留学期間：2018年 9月2日～9月23日
(3週間)

氏名：新田 健太郎

留学した時の学年：3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

世界レベルの研究を行なっているサスカチュワン大学の農学部配属され、農学の分野について英語で理解し、海外の大学で現在どのような研究が行われているかについて理解することがこのプログラムの最大の主旨である。またスピーキングを中心とした授業も毎日行われ、これを海外で行うことによって、日常生活の様々な場面で「英語を使う」という機会が増え、英語力の向上も図ることができる。

●留学の動機

私は海外で英語を使うという点には全く魅力を感じていなかったが、海外の大学の研究室で短期間ではあるが学びを経験できるという点に関してとても魅力を感じたためこのプログラムに参加した。

●留学の成果

カナダと日本の農業の事情は非常に異なる点が数多く存在しており、それを理解することができたのはとても良い経験であったと感じた。またそれを英語で理解することがより容易になったことも留学の成果であると感じている。

●スペシャルエピソード

偶然にも、現地で出会った何人かのカナダ人は、日本語を履修してたり、過去に日本を訪れていたといった日本と関わりのある人と出会えたことがとても感動的であった。初めはあまり彼らと意見を交わすことができなかったが、プログラムが進むにつれて、英語で意見交換できるようになったことがとても刺激的であった。

●これから留学したい人へアドバイス

私は英語が大嫌いです。英語がとても苦手で、できることなら英語はもう二度と使いたくないと思っています。それは留学の前と後で一切変わっていません。ですが、それでも私がこのプログラムに参加したのは、そんな嫌いな英語を使ってでもカナダの農学分野について学び、現地の教授や生徒と意見交換をしたいと感じたからです。なんとなく行くのではなく、何か目的や目標を持って渡航すると、留学中の辛いことばかりの状況下でもモチベーションが保てて、様々なものが得られると思います。

● 留学費用について

①総費用：443,375円

（内訳 渡航費199,995円、学費・住居費・食費189,000円、ビザ・保険料4380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313,375円、留学奨学金80,000円

③使ったお金の割合：現金3%、クレジットカード（VISA） 97%

● 留学先宿舎について

・形態：ホームステイ

・家賃額：プログラム費用の中に含まれている

・参考情報：とても綺麗であったが、多国籍の人々が暮らしていた。また犬がいたので、衣類に毛がとてついた。

● 語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：テスト等で測っていないため分からないが、リスニングとスピーキングが上達したと考えられる

・適正レベル：日常生活の会話レベル。ただしリスニングはネイティブの速度で理解できるレベル。

● ネット環境及びその他の参考情報

・フリーWi-Fiのある生活に慣れれば問題はないが、グローバルWi-Fiがあれば便利であった。

● 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	英語の授業	市内のツアー/研究室で各自研究（1週/2・3週）
火曜/2日目	英語の授業	市内のツアー/研究室で各自研究
水曜/3日目	英語の授業	市内のツアー/研究室で各自研究
木曜/4日目	英語の授業	市内のツアー/研究室で各自研究
金曜/5日目	英語の授業	市内のツアー/研究室で各自研究
土曜/6日目	自由時間（観光）	自由時間（観光）
日曜/7日目	自由時間（観光）	自由時間（観光）



写真①学内ツアー



写真②博物館

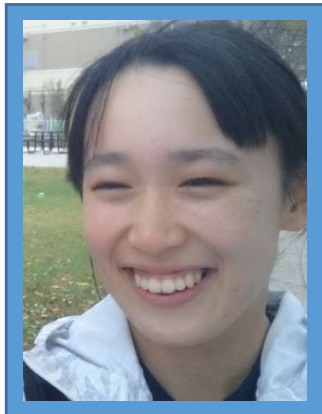


写真③ホストファミリー

短期留学

岩手大学生 留学体験談

カナダ渡航記



留学先： カナダ／サスカチュワン／サスカトーン／
サスカチュワン大学

留学期 2018年 9月2日～9月23日
(3週間)

氏名：田村 瑠菜

留学した時の学年：3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

3週間カナダのサスカチュワンにあるサスカトーンにてホームステイを行いつつ、大学で英語の授業（発音練習、カナダの歴史等々を学ぶ）や研究室に所属し実験や研究の見学を行いました。1週間は学校の授業の後にサスカトーン naturally 自然や歴史について博物館を訪れて学んだり、町に行って観光名所などを巡りました。2週目から本格的にラボでの活動が始まり、私がお邪魔した昆虫研究室では学生さんがどんな研究をしているのかを詳しく見せてくださいました。休日はホストマザーとの会話を楽しんだり、友達などと観光をして過ごしました。

●留学の動機

私がこの留学プログラムに参加しようと思ったのは、せっかく大学の長期の夏休みがあるので海外に行き少しでも経験を積みたいと思ったのと、植物生命科学科では3年生の後期からそれぞれ研究室に所属することになっているため前もって研究室の雰囲気や、研究室の日常などを知り研究室に配属した後に快適に過ごしたいと考えたからです。

●留学の成果

私はもともとあまり「これがしたい！」などの自己主張をすることが苦手だったのですが、海外では自分の意見をはっきりと言うのは普通のように感じました。そのため、何か物事を決めるときは自分の意見をそれぞれ言ってそのうえで解決策を探していました。それで思ったことがあれば自分の意見を伝えてもいいんだと思えるようになったことが成果だと思っています。

●スペシャルエピソード

☆失敗談：サスカトーンに着いての初日に大学内ではお祭りが開かれていました。そこで自由時間として「half of an hour」1時間の半分→30分与えられたのですが、私と友達「half and an hour」半分と一時間？、、、1時間半か！と勘違いしてしまい集合時間に盛大に遅れてしまい迷惑をおかけしたことが今でも悔やまれます。

●これから留学したい人へアドバイス

私は3年生での留学でもっと早く行っておけばよかったのかなと思っていました。しかし実際に研究室に身を置くことで研究室配属されたあとの生活を身近に想像することができました。また、私は学部を卒業後働こうと考えており、大学院に行かれる生徒さんに比べたら私が行ってもいいのかと悩みましたが研究の面だけでなく、自分の考え方なども大きく変えることができました。同じような悩みをもっている方はぜひ行けるチャンスがあるときに行けたらとても良い経験になるのではないかと考えています。

●留学費用について

①総費用：41万円

（内訳 渡航費約18～20万（+成田空港までのバス代など）円、プログラム費181,000円、保険料約5000円、お土産代他3万円ほど・・・）

②費用負担 自己負担約23万円、家族からの支援10万円、留学奨学金80,000円

③使ったお金の割合：現金80%、クレジットカード（VISA）20%

●留学先宿舎について

・形態：ホームステイ 一軒家

・家賃額：なし

・参考情報：自分が好きに使ってよいお部屋を1ついただきました。またホストマザーのご厚意で家の中にあるものは全部自由に使うことができました。洗濯物も2回ほどさせていただきましたが、その時はホストマザーに使い方を教えてもらいました。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：数値では表せませんが、RとLの発音のしかたや日常会話など話すスキルが身についたと実感しています。

・適正レベル：中学生の英語ができれば大丈夫だと思います。あとは研究室では専門単語が使われるのでわからなかったら聞けばいいと思います。

●ネット環境及びその他の参考情報

ポケットWi-Fiがあると移動がすごく便利になります。大学内やお家でインターネットが使えるといいますが学校外でホストマザーと連絡をとったり、バス停などのWIFIがないところで次のバスが来る時間を調べたりなどかゆいところに手が届くので役立ちます。

●留学中の主なスケジュール

曜日（2週間目）	午前	午後
月曜	ラボでの過ごし方を教わる、大学内でコーヒープレイク	大学内の牛舎、実験に使う温室などの見学、放課後に友達とプーティンを食べる
火曜	英語の授業	昆虫研究室に挨拶、標本観察、放課後に友達とスタバに行く
水曜	英語の授業	研究室で実験の手伝い、ホストマザーと夕食
木曜	英語の授業 お昼にお菓子の自動販売機で買う	研究室の方の知り合いを紹介してもらう
金曜	英語の授業	昆虫を捕まえる罠の説明をうける、放課後友達と日本食を食べる
土曜	友達とカフェ屋さんでお茶 大学のジムと一緒に筋トレで汗を流す	バスで1時間かけてトランポリンジムに行く 大学の天体観測所を見学した
日曜	ホストマザーの友達とブックフェスティバルに行く	友達のホストマザーに絵を覚えてもらう



友達とトランポリンジムに行きました！



料理が得意なホストマザーが作ってくれました！



研究の手伝いで、豆をとっています。

短期留学

「サスカチュワン紀行」



留学先

Canada/Saskatchewan/Saskatoon

University of Saskatchewan

留学期間：2018年 9月2日～9月23日
(3週間)

氏名：田部田 勉

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：動物科学科

●留学の内容

世界トップクラスの農学部に出向き研究室にて最先端の研究を体感する。世界のスタンダードを見て、感じて、体験することで日本での研究活動に役立てる。日本の大学と比較し良い面を吸収して日本の大学事情を向上させていくことが本質的な目的だと思っている。ホームステイ先や現地の研究室で英語によるコミュニケーションをとることで現状の英語力を把握し、今後向上させていくための原動力にする。(結果的にそう思ったという方が的を得ているかもしれない)

●留学の動機

日本で野生動物と人との軋轢に関する調査をしたことがあるが、海外ではどのような軋轢があり、どういった対処をしているのかという見地を広めたかったので参加した。また研究的な内容に関わらず日本を出ることで日本を見つめなおすことができる機会になると思ったため。

●留学の成果

研究的な内容に関しては、野生動物との間に抱える課題も日本とは違う問題が多かったが、問題の本質は似ていたように思う。人が住む地域が拡大し、野生動物との接点を持つことで、境界部分で問題が生じるようだ。文明の拡大に対して今まで以上に慎重にならなくてはいけないと学んだ。また、日本人の宗教観、歴史観など結構幅広い分野について聞かれたため、思いがけず日本についてより深く学ぶこととなった。特にWW2の日独伊三国同盟について聞かれたときは返答に詰まった。

●スペシャルエピソード

ホームステイ先にはルームメイトがいたが、とてもいい人たちで、また中国、エクアドルと文化的背景も大きく違う人であることからとても濃い経験ができた。また、彼らとは帰国後も連絡をとっていて、海外の友達というのは、思いがけない出会いだったが、とても素敵な経験だと思っている。

●これから留学したい人へアドバイス

どこか遠くに行きたい、それくらい漠然とした気持ちでも、ある程度覚悟が決まれば言って何とかなるものだったので、生きたい気持ちがあるなら行けばいいと思う、英語は行って苦労すればいい。(もちろん勉強していくほうが望ましいのだろうが)何とかなるといったら無責任だが、私自身学校の英語の成績は最底辺だが、英会話での苦労はそんなに感じなかった。

● 留学費用について

①総費用：434835円

(内訳 渡航費199995円、プログラム費189000円、ビザ・保険料5840円、お土産代他40000円)

②費用負担 親からの支援354835円、留学奨学金80000円

③使ったお金の割合：現金11%、クレジットカード (VISA) 89%

● 留学先宿舎について

・形態：ホームステイ

・家賃額：プログラム費に含まれていた(光熱水費、食費等すべて)

・参考情報：光熱水費、食費等が既に含まれた額を払っているので生活中は気にしなかった。ステイ先は必ず一人部屋は与えられ、食事は家庭ごとにルールがあると思うが、私のところでは夕飯以外は家にあるものを使って自分で作る方式だった(サンドイッチなど) 夕飯は必ず家族と一緒にだったが、この時のコミュニケーションがとても大切だったと思う。今考えても設備等で不便なことは一つも思い当たらない。

● 語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：どの程度変わったかなんて自分にもわからない。3週間で急激に数値(TOEICとか)が上がるとは思えない。ただ、英会話をしたときに言葉に詰まる回数が減ったと思う。

・適正レベル：be動詞もわからないようでは困るが、私自身センター試験を受けた時点から文法、語彙なんかは変わってないと思っている。変わったことがあるとすれば外国人相手でもおくすことなく話せるようになった。

● ネット環境及びその他の参考情報

パソコン、iPhoneは持って行った。Wi-Fiはステイ先、大学でのみ使っていた。特別治安が悪いわけでもなく、迷ったら人に聞いていたので、外でWi-Fiがなくても特別困ることはなかった。

● 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	英語の授業	シティツアー、2週目以降研究室
火曜/2日目	英語の授業	シティツアー、2週目以降研究室
水曜/3日目	英語の授業	シティツアー2週目以降研究室
木曜/4日目	英語の授業	シティツアー、2週目以降研究室
金曜/5日目	英語の授業	シティツアー、2週目以降研究室
土曜/6日目	一日フリー、ショッピングや観光に行っていた	
日曜/7日目	一日フリー、ショッピング、観光	



研究員の活動
センサーカメラの設置



観光した国立公園



大学キャンパス内

「将来の夢の希望となった サスカチュワン大学での3週間」



留学先：カナダ／サスカチュワン州／
サスカトゥーン市／サスカチュワン大学
留学期間：2018年 9月2日～9月23日
(3週間)

氏名：半澤 綾
留学した時の学年：3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

・・・これは「岩手大学－サスカチュワン大学サマープログラム2018」というプログラムで、農学部2年次以上及び修士課程の学生を対象としたものです。サスカチュワン大学はカナダの中でも農業が盛んなサスカチュワン州にあり、農学の研究に力を入れている大学です。私たちはそれぞれ異なる農学の研究室に配属され、そこで研究内容を学んだり、研究施設を見学することが主な目的です。また、毎日午前中には英語の授業があり、英会話力を伸ばすことも兼ねています。プログラム中はホームステイをし、観光する時間も十分にあるので、リアルなカナダの生活様式を体験したり、サスカチュワンの文化や歴史を知ることができます。

●留学の動機

・・・私は将来、海外の大学院に進学したいと考えていて、実際の海外の大学の研究室はどんな雰囲気かどうかといった環境なのかを知りたくてこのプログラムに参加することを決めました。海外留学に必要な英会話の能力も上げるためにも、このプログラムでの経験はこれからの英会話の勉強に役に立つと思いました。

●留学の成果

・・・自分は英会話がうまくできず、単語がすぐに思い浮かばないことがとても歯がゆかったです。これから自分に必要なのは英会話に慣れることと、ボキャブラリーの拡大であると実感しました。実際に海外の研究室の見学や研究者たちとの交流をしたことで海外留学への意欲が高まり、学習に対する態度がより積極的になったと思います。

●スペシャルエピソード

・・・秋のサスカトゥーンは朝晩がとても寒く、3週間あるうちの初めの1週間は風邪をひいてしまって大変でした。帰国する前日には雪が降り、もっと暖かい服を持ってくれば良かったと後悔しました。事前にその土地の気候をよく調べておくことが大切です。

●これから留学したい人へアドバイス

・・・海外留学というと、大変で難しいものだと思って身構える人が多いと思います。確かに、言語や文化の壁があり、国内の大学で学ぶよりも簡単ではありません。しかし、海外留学はもっと気軽に行けるものだと思います。他県出身の人が地元を離れ、岩手大学に進学することと同じだと考えてみてください。その大学で学びたいことがあるから進学するという点では同じことです。海外の大学に自分の学びたいことがあれば、海外留学する価値は大いにあります。留学したいと思っている人は、自分のやりたいことがかなえられるような大学を探してみてください。それが海外留学への第一歩になります。

●留学費用について

①総費用：392,893円

(内訳 渡航費199,995円、研修費(学費+宿舍費+光熱水費+食費)181,818円、ビザ・保険料21,080円、お小遣い他70,000円)

②費用負担

自己負担322,893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70%、クレジットカード(Visa)30%

●留学先宿舎について

- ・形態：ホームステイ
- ・家賃額：研修費に含まれる
- ・参考情報：自分とホストファミリーとのマッチングのためにあらかじめ要望(ペット不可、子供可など)を伝えることができます。マッチングが決まるとホームステイ先の住所を教えてくれたので、Googleマップでどんな家か見ることができました。私のホームステイ先はホストマザーと犬2匹でしたが、初めの2週間は女の子の中国人留学生も一緒にホ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：英会話に必要なListening力とSpeaking力が上がったと実感しています。
- ・適正レベル：英会話力を伸ばしたいという強い気持ちがあれば十分だと思いますが、強いて言えば高校英語をマスターし、TOEIC700点以上あれば安心して参加できると思います。

●ネット環境及びその他の参考情報

- ・家と学内はWi-Fi環境が整っていたので、私物パソコン、スマートフォンは問題なく利用できました。大学のパソコンも利用できましたが、私物パソコンがあると持ち運べて便利なので持っていくことをお勧めします。
- ・持ち歩けるWi-Fiがあると、出先でいつでもどこでも地図や公共交通機関の情報が調べられるので便利です。

●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	英語の授業、ランチ	研究室で実験、研究施設の見学
火曜/2日目	英語の授業、ランチ	研究室で実験、研究施設の見学
水曜/3日目	英語の授業、ランチ	研究室で実験、研究施設の見学
木曜/4日目	英語の授業、ランチ	研究室で実験、研究施設の見学
金曜/5日目	英語の授業、ランチ	研究室で実験、研究施設の見学
土曜/6日目	カフェに行ってランチ	ジムで運動
日曜/7日目	映画を見てまったり	ホストマザーと絵を描いて遊ぶ



写真①サスカトゥーンには美しい川が流れています。



写真②私の研究室では豆類の病気について研究していました。



写真③ホストマザーと水彩画を描いて楽しみました。

短期留学

岩手大学生 留学体験談

タイトル：「Teaching Treasure Thailand」



留学先：タイ / バンコク・アユタヤ

留学期間：2018年 1月 3日 ～ 1月 14日

氏名：伊藤 類 圃田 百恵

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

Puean Program（プアン・プログラム）とは、タイの中等学校（中学校と高校が併設している学校）で、約2週間英語の教育実習を行うプログラムです。英語の授業を通して、日本の文化などを伝えます。例えば、日本の昔話や、日本のアニメに関する英語の授業をしました。同じテーマの授業を、学年・レベル・クラスの雰囲気に合わせて、活動内容を工夫したり、使う言葉を吟味していく中で、教師になるのに必要な実践的な力を養っていくことができます。

●留学の動機

「英語で日本の文化を教える」というプログラムの内容に魅力を感じたからです。また、教師を目指すにあたって、自分の授業力アップも期待できると思いました。さらに、英語圏ではないタイでホームステイをしながら、授業をしたり、観光をしたりすることで自分の識見を広げることができると思ったからです。

●留学の成果

授業や日々のコミュニケーションを通して、言語に関係なく「伝える力」が身に付いたと実感しています。また、ホームステイをしたことで、タイの生活や文化を深く知ることができたのも成果の一つだと思います。そして、タイの人々との触れ合いの中で、日本の良さに改めて気付くことができました。

●スペシャルエピソード

実習先の子どもたち・先生共に私たちとの出会いを楽しみにしてくれていて、贈り物をくれたりダンスを披露してくれたりしました。授業においても“Teacher!”と子どもたちが声をかけてくれ、二週間を通して成長していく子どもたちの姿を見ることができました。

●これから留学したい人へアドバイス

私たちは、小学校の教員になることを目指していますが、小学校でも外国語の授業があるので、楽しくて学びの多い英語の授業ができるような先生になりたいと思って参加しました。教育学部の主免実習だけでなく、このプログラムに参加したことで児童・生徒の思考の流れに沿った授業を創る力、予期しなかった出来事が起こっても柔軟に対応する力、自分の授業を客観的に振り返る力が身に付いたと思います。将来教師を目指す皆さんには心から参加をおすすめします。

●留学費用について

①総費用：156,000 円

内訳：飛行機代 (70,000) 新幹線代 (30,000) 成田前泊 (6,000) 実習費 (10,000)
ホームステイ (20,000) お小遣い (20,000)

②補助等：83,000円

内訳：奨学金 (70,000) 岩手大学教育学部による実習費の負担 (10,000) PTA (3,000)

③実際に留学にかかった費用 (総費用 - 補助) : 計 73,000円

●留学先宿舎について

- ・形態：ホームステイ
- ・家賃額：食事・生活にかかる費用を初日にまとめてホストファミリーに渡す。(20,000円)
- ・参考情報：家庭によって状況は様々。お湯の使える家もあれば、水シャワーの家もある。寝室(ベッド)はホストファミリーの中高生と共用の場合が多い。ペットを飼っている家もある。食事は家庭料理を振舞ってもらえる日や外食の日などがある。ホストファミリーの言語は、タイ語がメイン。(ジェスチャーやグーグル翻訳を使用)

●語学力について

- ・現地で使用した言語：英語，タイ語，日本語，中国語

●ネット環境及びその他の参考情報

- ・Wi-Fi は、持参の方がよい。(ネット環境は家庭によるが、ネットの通じていない家の方が多い)
- ・変圧器を持参する。(電圧が日本と異なるため、感電する危険性あり)

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	日中	放課後
平日	授業	ショッピング，ホストファミリーと外出
休日	観光 (ホストファミリーや実習先の先生と)	観光 (ホストファミリーや実習先の先生と)



短期留学

岩手大学生 留学体験談 タイ インターンシップ



留学先：タイ／バンコク

留学期間：2018年 8月～ 9月

氏名：高橋 俊也

留学した時の学年：4年

学部・研究科名：工学部

学科・課程名・コース名：電気電子・情報システム工学科

●留学の内容

短期留学として約3週間、タイへ留学した。会話はすべて英語であり、始めの1週間は、タイの大学のKMITL (King Mongkut's Institute of Technology)を訪れ、様々な施設や研究室を見学させてもらった。残りの2週間は、タイにある日系会社にインターンシップとして参加させていただき、その会社の製品の製造過程や特殊な技術、装置などの説明をしてもらった。週末などは、友達のタイ人たちと観光をしたり、パーティーなどして交流を深めた。

●留学の動機

以前から海外に留学してみたいと考えていたが、まだ自分の英語によるコミュニケーションに自信が無く、いきなり欧米に行きネイティブの人たちと話すのは難しいと思っていたときに、英語を公用語としないタイ留学のプログラムの話が出てきたため留学を決めた。

●留学の成果

日経の会社にインターンシップに行き、実際に製品の製造過程を見せってもらうことにより、自分の研究テーマの専門的な知識を深めることができた。また、会社や大学での会話は、英語であるのはもちろんのこと、食事やショッピングのときも英語による会話なので日常会話くらいなら話せるようになった。

●スペシャルエピソード

タイに行ったのは8月末からで、その時期はちょうど雨季の時期であり、タイはスコールと呼ばれる短時間に強い雨が急に降るため、大学や会社などどこかに行く際は折りたたみ傘が必須だった。また、タイの食べ物は基本的に辛いものが多いため、胃腸が弱い人は気をつけた方がよい。

●これから留学したい人へアドバイス

タイ留学は欧米留学と比べて費用も安く、物価も日本より低いため留学しやすいと思う。また、タイは親日国であるため基本的に日本人に優しく、誰とでも親しくなることができる。留学しようか迷っている人は、短期留学でタイに行って一度経験してみると良い。

●留学費用について

①総費用： 約17万円

(内訳 渡航費(往復) 4万4千 円、学費 0 円、宿舍費 2万5千 円、光熱水費 0 円、食費 3万 円、ビザ・保険料 1万 円、お土産代 1万5千 円、その他 4万5千 円・・・)

②費用負担 自己負担 3万円、留学奨学金 17万 円

③使ったお金の割合：現金100 %

●留学先宿舎について

- ・形態：大学寮(1週間)、ホテル(2週間)
- ・家賃額： 大学寮 0 円、ホテル 2万5千 円 (光熱水費含む)
- ・参考情報：大学寮は環境や設備がひどかったので、短期間ならホテルの方がよい。

●語学力について

- ・現地で使用した言語：英語
- ・語学レベルUP：。日常会話や公共施設のアナウンスなどはストレスなく聞くことができる。
- ・適正レベル：日常会話程度は話せた方がよい。さらに自分の研究の専門英語のなどを知っておくとさらに聞きやすくなると思う。

●ネット環境及びその他の参考情報

- ・大学ではWIFIが使えた。スマホは、SIMフリーのスマホを持っていき、空港でSIMカードを買うのがおすすめ。

●留学中の主なスケジュール(会社)

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	インターンシップ(製造過程の見学)	インターンシップ(製造過程の見学)
火曜/2日目	インターンシップ	インターンシップ
水曜/3日目	インターンシップ	インターンシップ
木曜/4日目	インターンシップ	インターンシップ
金曜/5日目	インターンシップ	インターンシップ
土曜/6日目	観光(遺跡など)	パーティなど
日曜/7日目	観光	パーティなど



アユタヤ遺跡



チャトゥチャックウィークエンドマーケット



日本では食べることができない
カブトガニ

短期留学

岩手大学生 留学体験談 internship in Thailand



留学先： タイ、バンコク

留学期間： 2018年 8/27～9/14
(3週間)

氏名： 市川 志保

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、化学コース

●留学の内容

3週間のうち、1週目はKMITLというタイの大学に行き、いろんな教授の研究内容を聞きました。また、話を聞くだけでなく実際に分析装置を使って、自分の髪の毛の表面を分析しました。2週目と3週目は、スミダ電気株式会社という日系会社のタイ工場に行きました。ラインの生産効率を上げるため、自分たちで工場内をよく観察し、考えた案を最終日にビデオ会議で発表しました。

●留学の動機

海外で働くことに興味があり、いい経験になると思ったから。また、アジアということで費用も安くおさえられると思ったから。

●留学の成果

3週間と短かったですが、耳が英語に慣れた気がします。また、わからないことをそのままにしておかず、積極的に質問することの大切さを学びました。

●スペシャルエピソード

スミダ電気株式会社で働いている日本人マネージャや、人事部、またエンジニアの皆様に食事を何回もご馳走してもらったことが嬉しかったし、いろんなお話を聞いた。

●これから留学したい人へアドバイス

私は、化学コースですが今回行かせてもらったスミダ電気株式会社さんのどちらかというと電気系でした。そのため、私もとても心配でした。しかし、実際には電気系の専門知識はあまり必要なかったように感じました。だから、不安要素があってもとりあえず1回留学してみる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：130,000円

(内訳 飛行機往復 43,000円、新幹線往復40,000円、宿舎費6000円(前泊)、食費10,000円、ビザ・保険料×15,000円、お土産代10,000円)

②費用負担 自己負担0円、親からの支援 0円、留学奨学金 170,000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：大学寮、ホテル

・家賃額：大学寮 0円、ホテル0円 (大学と会社が負担)

・参考情報：大学寮は、広いがお湯が出ない。

会社の用意してくれたホテルは、朝食付き、プール、ジム付き。広い。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：耳が若干、英語に慣れたかな程度。

・適正レベル：TOEIC 450点以上。

●ネット環境及びその他の参考情報

・宿泊したところにはWi-Fiがあったが、外に出るとネットが使えないのでポケットWi-Fiの持参がおすすめ。

●留学中の主なスケジュール

1週目 1日～5日目 研究内容の把握、タイ語のレッスン、機器を使った体験

土日 観光

2週目 1日目 テーマ決め、工場見学

2日～5日目 生産ラインの観察、立案

土日 観光

3週目 1日～4日目 発表のスライド、原稿作り。

5日目 ビデオ会議での発表



自分の髪の毛の表面を解析中



会社の皆様とランチ



大仏

短期留学

岩手大学生 留学体験談

「タイでのインターンシップについて」



留学先： タイ／バンコク／キングモンクット工科大学トンブリ校

留学期間： 2018年 8月～ 9月
(3週)

氏名：馬場 瑞絵
留学した時の学年：3年
学部：理工学部
学科：化学生命理工学科

●留学の内容

理工学部の国際インターンシップでキングモンクット工科大学トンブリ校の研究室に配属され研究を行ってきました。自分で研究内容を考えてところから始まり、研究概要を作成・研究し、最終週に研究レポートを提出しました。1週目は8時半から18時半、2・3週目は8時半から17時まで、大学で研究を行いました。

●留学の動機

日常会話はもちろん、専門的な会話を英語で出来るようになりたいと思ったのと、海外経験を増やし、自分と同年の人たちは海外でどのような研究をしているのかを実際に見てみたいと思ったのがきっかけでした。

●留学の成果

研究計画の立て方から研究の進め方、さらに最終レポートの書き方まで4年生になってから行うようなことを3年のうちに経験できました。また、日常会話だけでなく、研究についても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

大学の周りにはカフェや屋台が多く、お昼は同じ研究室の学生とご飯を食べに行きました。タイの学生は日本の文化をよく知っていて、特にアニメの話でタイの学生と盛り上がり話していました。

●これから留学したい人へアドバイス

研究内容についてすべて英語での会話だったので専門用語が英語で理解していなかった私にとって慣れるまで大変でした。日常会話だけでなく自分の専門分野で使われる英単語はある程度勉強しておく必要があると思います。

●留学費用について

①総費用：17万円

(内訳 航空券 4万4千円、宿舍費3万5千円、水道光熱費2000円、食費 3万円、保険料1万円、お土産代他 1万円、日用品5千円、移動費(日本) 3万4千円・・・)

②費用負担 自己負担0円、留学奨学金 17万円

③使ったお金の割合：現金100%

●留学先宿舎について

・形態：アパート

・家賃額：月 額 25000円+ 水道光熱費2000円

・参考情報：テレビ、電子レンジ、冷蔵庫、ベッドはありましたが、枕・シーツ・布団はないため自分で買う必要があります。アパートの一階には洗濯機、ジム、プールがあり利用することが出来ます。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：留学前より英語で研究について会話ができるようになりました。

・適正レベル：研究について英語で説明されて理解出来る英語力は最低限必要だと思います。

●ネット環境及びその他の参考情報

・持参したもの iphone,私物パソコン

大学構内にwifi設備があるのでwifiは使えます。アパートに無料のwifiがありましたが自分の部屋では使えず、1階のロビーでしか使えませんでした。ポケットwifiやSIMカードがあると便利だと思います。

●留学中の主なスケジュール

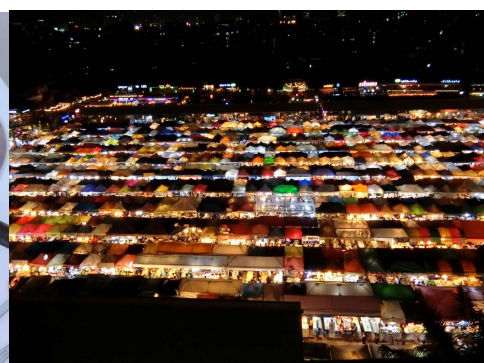
曜日／日程	活動
土・日	観光
1週目(1日目～5日目)	研究計画・論文検索
土	観光
日	課題
2週目(6日目～10日目)	研究
土	観光
日	課題
3週目(11日目～15日目)	研究レポート作成・提出
土	観光・帰国



土日観光



大学近のカフェ



ナイトマーケット

短期留学

岩手大学生 留学体験談

「海外研修SCIPフィリピン：世界から地域を考える-貧困と持続可能な社会」



留学先： フィリピン／セブ島／セブ市、マンドラウエ市
受入先： サンカルロス大学、ビドゥリッシュ財団（NPO法人）
留学期間： 2018年9月9日 ～ 9月21日
（約2週間）

氏名： 佐藤 龍太
留学した時の学年： 4年
学部・研究科名： 工学部
学科・課程名・コース名： 機械システム工学科

●留学の内容

・・・最初の1週間は現地のサンカルロス大学での語学研修です。貧困問題やジェンダー問題など、日替わりで様々なトピックについて学びました。午前中はその日のテーマに関する語彙などを学び、午後にはそのテーマについて直接現地の大学生にインタビューし、結果をまとめ発表しました。週末は、ゴミ山に住んでいる方々を訪問したり、リゾート地に行ってプールで泳いだりしました。2週目は、現地のNPO法人を訪れ、更生プログラムを受けた方のお話を伺ったり、実際にスラム街に暮らす貧困層の方とふれあったりしました。最終日には、この研修で学んだことをまとめ、英語でプレゼン発表しました。

●留学の動機

・・・友人に誘われたからです。正直に言うと、参加する前は、「貧困」という分野は自分の専門外であるし、興味もあまりなかったため、参加をためらっていました。この研修を通して「貧困」という新たな知見を手に入れることができました。留学を後押ししてくれた友人や担当の平井先生には感謝の気持ちでいっぱいです。

●留学の成果

・・・今回の留学では本当に様々な人とふれあう機会があり、その中で「自分の生き方」についても多く考えさせられました。特に、決して恵まれた環境で生まれた訳ではないにも関わらず、自分の信念を貫いて夢を叶えようとする姿、家族のために何かしようとする姿には強く心を打たれ、自分は何もできていないと痛感しました。

●スペシャルエピソード

・・・屋台街でのこと。ボイルエビを3匹だけ頼んだつもりが、10匹入りのボイルエビが3杯出てきたことがありました。さすがに1人では食べきれなかったので、同じ研修に参加していたメンバーや、現地のスチューデントアンバサダー（現地での生活をサポートしてくれる大学生）にも食べるのを手伝ってもらいました。フィリピン料理は油っこいものが多いですが、とてもおいしかったです。おなかを壊すことも1回もなかったです。

●これから留学したい人へアドバイス

・・・僕が留学すると決心するまでの最大のハードルは、自分の殻でした。英語についていけるかな、現地の人とうまくやれるかな、現地の文化・環境に適応できるかなという不安でいっぱいでした。でも、留学から帰ってきて思うのは「行ってよかった。もう1度フィリピンに行きたい」ということです。それほどにフィリピンは魅力的な場所でした。フィリピン人はみんな日本の文化に興味を持ってくれていて、日本人にはニコニコ話しかけてくれます。フィリピン人の笑顔は本当に素敵で、元気をもらえます。フィリピン料理は多少油っこいけど美味だし、フルーツは絶品です。初めて留学する、海外に行くならフィリピンをおすすめします。あとは一歩踏み出すだけです。

●留学費用について

①総費用：約200,000円

（内訳 渡航費67,210円、学費86,822円、食費約20,000円、ビザ・保険料7,220円、お土産代他約20,000円）

②費用負担 親からの支援130,000円、留学奨学金70,000円

③使ったお金の割合：現金100%

●留学先宿舎について

・形態：ホテル

・宿泊費：約30,000円

・参考情報：内装はきれいで、日本のビジネスホテルと大差ない。浴室とトイレは同じ部屋で、シャワーのみ。朝食無料（バイキング）。フロントに頼めば洗濯可能（料金は重さにより異なる）。近くにセブンイレブン有。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：留学前は英語を聞くことだけで精いっぱいでしたが、最終的には聞かれたことを理解したうえで自分の伝えたいことを伝えられるようになったと思います。

・適正レベル：私は英検2級、TOEIC710点を所持していますが、それ以上に単語の羅列でもいいから、自分の伝えたいことを言い出す力が重要だと感じました。

●ネット環境及びその他の参考情報

・ネット環境は、同行した先生が所持していたポケットWi-Fi、ホテルの無料Wi-Fi、大学内のWi-Fi（1時間のみ使用可能）の3つでした。このほかに、現地のSIMカードを利用した携帯電話も使用しました。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
1～5日目	英語研修（座学）	現地の大学生へのインタビュー、まとめと発表
6日目	ゴミ山コミュニティ訪問	ハウジングプロジェクト訪問
7日目	自由行動（リゾート地へ）	自由行動（リゾート地へ）、パーティ
8日目	現地NPO法人の説明、市社会福祉課訪問	NPOの支援を受けた人へのインタビュー
9日目	スラム内家庭訪問、一人親支援説明会の見学	NPOの活動の見学、ホームレスの人々を訪問
10日目	たこやきのデモンストレーション（起業提案）	プレゼン発表準備
11日目	プレゼン発表準備	プレゼン発表、修了式、お別れパーティ



現地のスチューデントアンバサダーと



ゴミ山で暮らす子どもたちと



ビドゥリシウ財団の皆さんと

短期留学

岩手大学生 留学体験談

留学のタイトル：「国際社会の光と闇を目の当たりにした刺激的な二週間」



留学先： フィリピン／セブ島／セブ市／
サンカルロス大学

留学期間： 2018年 9月9日～9月21日
(2週)

氏名： 玉木 穂香

留学した時の学年： 2年

学部・研究科名： 人文社会学部

学科・課程名・コース名： 地域政策課程

● 留学の内容

・・・「貧困」を中心とした今日の国際社会の現状を理解するために、先進国である日本と途上国であるフィリピンの比較を通じて理解を深めることが本研修の主軸として置かれていた。その主軸に沿って、研修先であるフィリピンでは貧困層が生活するスラムやゴミ山の視察、それらの人々を支援するNPO法人の取材、そして支援団体からサポートを受けた被支援者らへのインタビューを行い、体験的な学びを実施した。

● 留学の動機

・・・私がフィリピンの海外研修を履修した動機は、貧困やジェンダーといった社会問題に強い関心があったことと、他の学生が経験できないような経験をしたいと思ったためです。その点で当研修プログラムでは、先進国である日本と途上国であるフィリピンの両者における社会問題の比較をしながら深い学びを得ることができる内容であったため、ぜひ自身も参加することで体験に基づいた深い学びを得たいと考えました。

● 留学の成果

・・・本研修では、講義や参考書といった机上の学びでは知り得ないことを学ぶことができ、現状をこの目で見て、肌で感じることでできる点、さらにその学びや体験を今後の社会問題の解決に還元できるという点で、単なる語学研修や他の研修プログラムでは得られない学びや体験に溢れているといえます。よって、それらを享受できたことが自身にとって最大の成果であると考えます。

● スペシャルエピソード

・・・現地に行くまで、私はフィリピンに対して「治安の悪い国」というイメージを抱いていました。ですが、実際に現地で生活してみると人々のあたたかさや優しさに触れる機会に多く遭遇し、私は自身の思い描いていたイメージとの差に驚きました。そして、同時に「実際に海外に足を運ばなければ分からないことがある」ということにも気づかされ、海外研修の重要性も再認識することができました。

● これから留学したい人へアドバイス

・・・海外経験は「量」ではなく「質」であると考えます。そのため、留学を考えているみなさんにはぜひ一度、自身はそこで何を学び、どんな経験を培うことができるのか、そしてそれらを今後の人生にどう生かすことができるのかという観点から留学の内容を設定していただきたいと思います。それが結果として、自身にとってどれだけ留学経験が有意義なものになるのかが変わってくるのではないかと考えます。また、成果を最大限発揮するためには、現地に行ってから努力するのではなく、事前の準備がどれだけできていたかが後になって響いてくるので、留学を考えたらすぐにそのための行動を起こしていくようにいただきたいと思います。

●留学費用について

①総費用：184,032円

(内訳 渡航費 58,000円、学費 76,991円、宿泊費 円、食費 10,000円、ビザ・保険料 3,980円、お土産代他 20,000円 など)

②費用負担 自己負担 120,000円、親からの支援 0円、留学奨学金 70,000円

③使ったお金の割合：現金 100%、クレジットカード 0%、トラベルプリペイドカード 0%、その他 0%

●留学先宿舎について

・形態：サウスポール・セントラル・ホテル

・参考情報：ホテルのグレードは日本のビジネスホテルと同等に感じられました。部屋は落ち着いた内装で清掃も行き届いていました。空調もついているため快適でした。大学の真向かいにあるホテルであったことから通学もしやすかったです。また、ホテルではランドリーサービス、書面のコピー、フルーツカットといったサービスを受けられます。その際、サービスを受けた場合は相当のチップを支払うことに留意してください。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：研修当初は英語を発することすらままならない状態でしたが、英語研修で度胸を鍛えると共に現地の生活に少しずつ慣れていくことで、最終的に日常会話レベルの英語は不自由なくできるようになりました。

・適正レベル：英語検定準2級またはTOIECスコア500点程度

●ネット環境及びその他の参考情報

・研修先の大学と滞在先のホテルでは無料Wi-Fiを利用することができ、比較的ネット環境も安定していました。また、現地での連絡手段は事前に配布された簡易携帯にSIMカードを挿入して利用するため、インターネットが利用できない場合でも現地の学生や先生方と連絡を取り合うことができました。

・現地のコンセントは変電器がなくても接続可能でしたが、不安な人は持って行った方が良いでしょう。また、フィリピンは衛生面があまり良くないため、研修期間は除菌シートやアルコール消毒剤(手ピカジェルなど)を常に携帯することをお勧めします。パスポートと携帯を収納できて首から掛けられるホルダーもあった方が便利です。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
1週目/月～金曜	サンガルロス大学での英語授業	同大学で現地学生に英語インタビュー①～⑤実施
1週目/土曜	ゴミ山で生活する人々を訪問	住居支援プロジェクトを実施する地区を視察
1週目/日曜	セブリゾート観光	現地大学関係者とセレモニー
2週目/月曜	ビデウリシウ財団での研修、市の社会福祉課を取材	元被支援児童を取材
2週目/火曜日	貧困家庭を取材	ピアサポートグループの活動、スラム生活者を視察
2週目/水曜	ビデウリシウ財団の被支援者にたこ焼き作り指導	自由時間、発表練習
2週目/木曜	最終発表会	修了式、修了証書授与



現地の子どもたち



ゴミ山で生活する人々の様子



現地学生との交流

短期留学

岩手大学生 留学体験談

留学のタイトル：「フィリピンとの出会い」



留学先： フィリピン／セブ島
サンカルロス大学・ビデウリシウ財団
留学期間： 2018年 9月9日～21日
(2週間)

氏名： 池田 紗也華
留学した時の学年： 2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

…サンカルロス大学では、授業を受けたりアンバサダーや先生との交流がありました。また、貧困層を支援しているビデウリシウ財団のお話を聞いたり、被支援者の方のお話を聞いたりしました。実際にスラム街を訪問したり、子どもたちとの交流もしました。他にも行政の福祉担当の方からお話を聞いたり、ビデウリシウ財団の活動の見学にも行きました。休みの日は、ビーチに連れて行ってもらい、遊びました。

●留学の動機

…以前から英語を学びに海外に行きたいと思っていました。また、この研修のテーマが「貧困」で、興味があったからです。

●留学の成果

…英語を話したり聞くことへの抵抗が少なくなりました。また、貧困やジェンダー問題について、さらに深く考える機会になりました。実際にスラム街へ行き、貧困問題をより身近に感じるようになりました。

●スペシャルエピソード

…ホテルの近くにあるスーパーマーケットでフルーツを買い、学生皆で集まって食べました。新鮮で甘いフルーツを手軽に食べられますので、フィリピンに行く際はぜひ食べてください。

●これから留学したい人へアドバイス

…英語力もあるに越したことはないですが、それよりも自分から話しかけようという度胸が必要です。なので、英語が不安でも、心配しすぎなくて大丈夫です。

●留学費用について

①総費用：18万円程度

(内訳 留学費用15万円、ビザ・保険料8000円、お土産・食事代2万2千円)

②費用負担 自己負担なし、姉からの支援11万円、親からの支援なし、留学奨学金7万円

③使ったお金の割合：現金のみ

●留学先宿舎について

・形態：大学に近いホテル

・家賃額：不明

・参考情報：外観や内装はきれい。部屋の設備はベッド、机、鏡、洗面台、トイレ、シャワー、テレビなど。朝食はおいしく、フルーツも出る。ホテルでは、1キロ30PHP（70円くらい）で洗濯してもらえる。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：読み書きや話すレベルはあまり変わりませんでした。聞く力はつきました。また、話しかけづらさが少なくなりました。

・適正レベル：難しい大人の話を聞くには高い能力が必要でしたが、現地の人と簡単な会話をするにはそこまでの能力は必要ありませんでした。

●ネット環境及びその他の参考情報

・私はスマートフォンとパソコンを持って行きました。そのほかに、現地で使える携帯電話を支給されました。ホテルや大学でWIFIを使えたため、スマートフォンやパソコンは、それに繋いで使っていました。携帯電話は、現地でSIMカードを買い、WIFIがなくても連絡を取り合えるようにしていました。

・コンセントのプラグ変換は必要ありませんでしたが、現地は日本に比べ電圧が高いため、ドライヤーが熱くなりやすかったです。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜～金曜/1～5日目	その日に与えられたテーマについての授業、文法の授業、ランチ	そのテーマについてのインタビュー、プレゼンテーション、日本人留学生との交流
土曜/6日目	スラム街への訪問	住居プロジェクトの訪問
日曜/7日目	ビーチ	ビーチ、サンカルロス大学学長とアンバサダーとお食事会
月曜/8日目	ビデウリシウ財団への訪問	行政の社会福祉担当の方とお話、ビデウリシウ財団の被支援者とお話
火曜/9日目	ビデウリシウ財団の活動を見学	スラム街、漁港への訪問
水曜/10日目	ビデウリシウ財団にてたこ焼きづくり	自由時間（スライドづくり）
木曜/11日目	スライドづくり	発表、アンバサダーとお別れ会



フィリピンってこんな感じ



ビーチで遊んだ



ビデウリシウ財団でたこ焼きづくり

「衝撃の連発！ & 子どもたちがかわいすぎた」



留学先： フィリピン／セブ／ サンカルロス大学
留学期間： 2018年 9月9日～21日
(約2週間)

氏名： 紫葉 小百合
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

第一週目は、サンカルロス大学で貧困やジェンダーについてフィリピンと日本を比較しながら学び、サンカルロス大学の学生に、自国の貧困問題や日本についてどう思うかインタビューした。第二週目は、フィールドワーク中心に活動し、スラム街やごみ山を訪れた。また、貧困家庭やひとり親の支援を行っている団体や、市役所を訪問し、どのような支援を行い、どのような課題を抱えているのか聞いた。本研修で学んだことをサンカルロス大学で最終プレゼンテーション。

●留学の動機

もともと子どもの居場所づくりと貧困問題に興味関心があり、絶対貧困と言われているフィリピンでは、どのような支援がなされ、課題があるのか自分の目で見て、肌で感じることで日本の貧困問題について考える新たな切り口を得たかったから。

●留学の成果

貧困解決は、フィリピンでも日本でも難しいことであるが、実際に、財団の支援を受けて大学に通うことができた学生や、訓練を受け自分で収入を得られるようになった母親など、支援が介入したことでプラスの方向に進んでいる人々を間近で見ることができ、支援をし続ける重要性が改めて分かった。

●スペシャルエピソード

治療が完了していたはずの歯が、帰国前々日の夜に痛み始め、一睡もできなかった。翌日、先生と一緒に大学内にある歯医者に行ったが、明日帰国だから治療できないと言われ、フィリピンの抗生物質と痛み止めを処方してもらった。皆さん歯は大切にしましょう。(笑)

●これから留学したい人へアドバイス 5 6

本研修を通して、目を背けなくなる自分の弱いところや、自信を持てる強みを再確認できた。自分と向き合うことは非常に辛いことだが、確実に成長に繋がる。人生の内、約4年しかない大学生という貴重な時間を、自分の成長のために存分に使い切りましょう！

●留学費用について

①総費用：19万円

(内訳 渡航費6万円、学費8万円、食費1万円、保険料1万円、お土産代他2万円)

②費用負担 自己負担12万円、留学奨学金7万円

③使ったお金の割合：現金100%

●留学先宿舎について

・形態：ホテル

・家賃額：3千円/日(食費含まない)

・参考情報：新しく思った以上に綺麗。一部屋にシングルベット、ダブルベットが各1ずつ、ユニットバス、テレビ、クローゼットのなも、最低限のアメニティグッズ

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：留学前よりは英語に対して抵抗感がなくなった。

・適正レベル：会話は中学校英語くらい。

●ネット環境及びその他の参考情報

・私物のパソコン、スマートフォン持参。

・大学のWIFIは1時間しか接続できない。ホテルのWIFIは支障なく利用できる(パスワードが直ぐ変わる)

●留学中の主なスケジュール

曜日/日程	午前	午後
1～5日目	サンカルロス大学で英語研修&インタビュー	インタビューの内容をまとめ・発表、ショッピング等
6日目	ごみ山コミュニティ訪問	ハウジングプロジェクト訪問
7日目	セブリゾートホテル	セブリゾートホテル
8日目	市役所訪問	元被支援児童へのインタビュー
9日目	スラム訪問、ひとり親家庭支援プログラム見学	ピアサポーターグループ活動見学、スラム訪問
10日目	学生による小規模企業提案デモンストレーション	財団事務局長との意見交換
最終日	修了プレゼン準備	修了プレゼン、修了証授与式



スラムの子どもたち



ハウジングプロジェクトに住む子どもたち



ごみ山付近に住む子どもたち

留学のタイトル：「世界最大級のムスリム国家インドネシアでの10日間」



留学先：インドネシア／東ジャワ／スラバヤ&ジョクジャカルタ
アイルランガ大学

留学期間：2018年8月27日～9月5日(10日間)

氏名：玉木 春香

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：国際文化課程欧米言語文化コース

●留学の内容

まずは、インドネシアの世界遺産に関係しているジャワ島の歴史について講義で学びました。その後、実際に世界遺産を訪れ、現地の方にインタビューするなどしながら、管理の仕方やどのように活用しているかを学習しました。最終的には、アイルランガ大学の学生と協力して日本語版のパンフレットを作成しました。

●留学の動機

研修内容に直接関係はないのですが、「The Act of Killing」というインドネシアが舞台のドキュメンタリー映画を見て、インドネシアという国に興味を持ったことが一番の理由です。また、世界最大のムスリム国家であるにも関わらず、他宗教の寺院が世界遺産に登録されていることについて、現地の人々がどのように感じているかを確かめてみたいと思いました。

●留学の成果

研修に参加した事で、自分の中で一番変化したのは、ムスリムに対するイメージです。参加前はムスリムに対してあまりいい印象を持っていませんでしたが、実際に交流してみてそういったイメージが払拭されました。周囲の意見や情報を鵜呑みにするのではなく、自分の目や耳で確かめてから、自分で判断することの大切さを改めて実感しました。

●スペシャルエピソード

インドネシアの方々とはとにかくフレンドリーで、たまたま観光地に居合わせた団体客のみなさんや、ホテルの従業員の方と、気が付いたら一緒に写真を撮るという場面が多かったです。撮影後には奇妙な一体感が生まれていて、日本にはないノリの良さを楽しんで来ました。

●これから留学したい人へアドバイス

迷ったらとりあえず行ってみましょう。自分を変えられるのは他の誰でもなく自分だけです。ただし、「なんとなく」行くのではなく、目的意識を持つことは必要です。日本にいても気付けるようなことや学習できることではなく、そこでしかできないことを目標にするのがいいと思います。

●留学費用について

①総費用：15万7千円(参加者によって若干異なるので参考までに)

(内訳 渡航費5万5千円、ホテル代1万5千円、食費1万円、保険料7千円、お土産代2万円、電車代4千円、拝観料5千円、Wi-fiレンタル代6千円、盛岡上野往復新幹線代2万5千円、その他1万円)

②費用負担 自己負担7万7千円、親からの支援1万円、留学奨学金7万円

③使ったお金の割合：現金60%、クレジットカード(JCB) 40%

●留学先宿舎について

・形態：ホテル ・宿泊費：10日間で計1万5千円

・参考情報：ホテルによってはルームサービスが頼めたり、湯沸かしポットがあつたりします。飲料水やバスタオルはホテルが毎日用意してくれます。メインで宿泊したEvoraホテルはとても綺麗でした。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語、インドネシア語

・語学レベルUP：インドネシア語…出発前は全く話せませんでしたが、帰国する時点では挨拶や簡単な自己紹介ができるようになり、数字、料理名なども理解できるようになりました。

・適正レベル：英語…インドネシア語が話せない以上、現地のレストランやホテルでは英語が必須であるため、日常会話や旅行でよく使う単語は最低限覚えていた方がよいと思います。

インドネシア語…挨拶と「ありがとう」さえ覚えていれば問題ないです。最悪現地に行ってからでも大丈夫です。

●ネット環境及びその他の参考情報

・大学内やホテルではWi-fiが使用できましたが、速度が非常に遅いです。屋外ではルーターが必要です。

・スリッパ代わりになるのでビーチサンダルは必携です。日差しが強いので日焼け止めはもちろん、日傘もあった方がいいです。

●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	成田からスラバヤまでフライト	スラバヤ着→ホテルにチェックイン
火曜/2日目	コース説明、授業①	授業②、ディスカッション①
水曜/3日目	授業③、ディスカッション②	City Tour
木曜/4日目	スラバヤからジョグジャカルタまで移動	授業④、ガムランの生演奏があるレストランで夕食会
金曜/5日目	Prambanan, Sewu, Ratu Boko見学	
土曜/6日目	Borobudur, Pawon見学	ジョグジャカルタからスラバヤまで移動
日曜/7日目	Free day (現地の学生と一緒にショッピング)	
月曜/8日目	授業⑤・⑥	パンフレット制作①
火曜/9日目	Trowulan見学	
水曜/10日目	ディスカッション③、パンフレット制作②	Farewell Party
木曜/11日目	スラバヤから成田までフライト	成田着→解散



写真①大学内の食堂にて



写真②ガムラン体験中



写真③団体客のみなさんと記念撮影

短期留学

岩手大学生 留学体験談

「EUで最もエコな市にバイオマスエネルギーを学びに」



留学先：スウェーデン／Vaxjo／
リンネ大学他

留学期間：2018年9月9日～9月21日
(現地10日間)

氏名：八木伽萌

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・生命理工学科化学コース

●留学の内容

…2030年までに化石燃料の使用0を宣言し、EUで最もエコな街として認定されたVaxjo市に主にバイオマスエネルギーについて学びに行った。期間は10日間で、だいたい午前に2つと午後に2つか3つ、大学や県庁、会社話を聞きに行った(時間はだいたい1つ1時間)。現地では鈴木先生が付きっきりで案内をしていただき、土日は観光にも連れて行ってくれた。宿泊先の現地の人との交流の機会もあった。

●留学の動機

…海外に行ったことがなかったため、学生のうちに海外に行きたい思いが強かった。しかし1から自分のみで探したり準備したりするのは自信がなかったし、先輩から「海外行くなら旅行ではなくきちんとした目的をもっていった方がいいよ」という話を聞いていた。そんな時にこのプログラムを見つけ、さらに環境問題・エネルギーという自分の興味のあることを学びに行くものだと思って参加を決意した。

●留学の成果

…まず英語力についてだが、私のもともとの能力は低く、英語科や自分で積極的に英語を勉強している人には参考にならないが、大きい部分としては英語に対する壁や嫌悪感のようなものが少なくなったと思う。次に日本との違いについて、1つは教育の面で主に奨学金の制度が日本よりもしっかりしている。2つ目はエネルギーの面で日本は電力会社が実際に任されて動いている印象だが、Vaxjoは町全体として動いている印象を受けた。その違いは人々の環境問題への意識の差にも影響すると思うので、日本がまねしてほしい点であると思った。

●スペシャルエピソード

…Vaxjo市は田舎だが、日本の田舎のようではなく建物や道路がきちんと整備されており、木々も手入れがされているように感じた。清潔感と言う意味でも素敵な街並みと言う意味でも綺麗なまちだった。トイレが男女でわかれておらず、男女ともに使える個室があるところが多かった。コーヒーは酸味が強くてお菓子は日本の方がおいしい。ただしアップルパイは絶対食べるべき。あとカラスがとてもかわいい。

●これから留学したい人へアドバイス

…ずっと海外に行ってみたいとばかり言って、自分から行動していなかった。留学のための資金を稼ぐ事も、英語の勉強をすることも行くと決めてからではないと私はすることはなかったと思うのでまずは行動することが大事だと思う。また、スウェーデンのおすすめをすると、スウェーデンはキャッシュレス化が進んでおり、現地のお金に換金する必要がないのでとても楽だと思う。

●留学費用について

①総費用：約20万円

（内訳 渡航費10万円、日本国内の移動2.3万円、宿舍費3.4万円、食費1万円程度、保険料3240円、お土産代他2.6万円、日本での準備1万円程度）

②費用負担 自己負担7万円、親からの支援5万円、留学奨学金8万円

（奨学金は帰国後にもらうため、感覚的には 自己負担15万円、親から5万円、奨学金はカード返済に足りない分とアルバイトできない期間のための来月の収入という感じであった）

③使ったお金の割合：現金5%、クレジットカード（VISA）95%

※スウェーデンでの個人的な支払いには全てカードを使用。現金は鈴木先生が立て替えてくれた分の返金に使用したがそれも別の1人が代表してくれて、帰国後その人には日本円で返金した。個人的にはコペンハーゲンでのコインロッカーのみに現金を使用。

●留学先宿舍について

- ・形態：Vaxjo：ユースホステル、コペンハーゲン：ホテル（どちらも4人部屋）
- ・家賃額：Vaxjo：9日で2.7万円（光熱費水道代コインランドリー代含む）、コペン：7500円
- ・参考情報：ユースホステルの部屋にはタンス、机といすがあった。共同キッチン・シャワールーム・トイレ、フリーWi-Fiあり（場所によってつながらない）

●語学力について

- ・現地で使用した言語：英語
- ・語学レベルUP：正直短期なためあまり感じない。強いて言えばリスニング力
- ・適正レベル：日常会話ができるレベルは必要

●ネット環境及びその他の参考情報

- ・パソコンは個人の課題をしたい人だけでいい。特に使わない。ハンガーとスリッパ持っていくと便利。

●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	到着	お買い物、オリエンテーション
火曜/2日目	リンネ大学・Vaxjo市を見学	生ごみ処理場・汚水処理場・Plus Houseの講義
水曜/3日目	エネルギー需要共有・都市計画の講義	省エネカウンセリング・プレハブ工場の講義
木曜/4日目	風力パークの講義	ホテルでのペレット利用・風力発電見学
金曜/5日目	森林組合の講義	持続可能な社会に関する教育及び研究の講義
土曜/6日目	自由	日本人留学生とボランティア活動
日曜/7日目	遠出（ガラス工場、ヘラジカパーク、リンネの生家、IKEAミュージアム・1号店）	
月曜/8日目	バイオエネルギーの講義1	木質バイオマス燃料のコージェネ工場見学、サッカー観戦
火曜/9日目	バイオエネルギーの講義2	木質チップの生産現場見学
水曜/10日目	Vaxjo駅出発	コペンハーゲン観光



EUで最もエコな市



現地の人との交流



リンネ大学にあるお城（今はレストラン）

「山あり谷ありカンガルーもあり、波乱万丈オージーライフ」



留学先： オーストラリア／ノーザンテリトリー／ダーウィン／
Navitas English Darwin
留学期間：2017年 3月 ～ 12月

氏名：小野寺 雄紀
留学した時の学年：2年生修了時
学部・研究科名：人文社会科学部
学科・課程名・コース名：国際文化課程・欧米文化コース

●留学の内容

ワーキングホリデーという渡航先の国で労働することが可能な制度を利用し、自分で働いたお金で生計を立て、1年間という限られたVISAの有効期間で国内旅行をしたり、地元の人と同じような生活を送り、交換留学等の制度利用で過ごすことの出来る生活とは大きく異なった刺激的かつ魅力的な体験をしていました。

●留学の動機

岩手大学に入学する以前から海外留学をしたいという想いはあったのですが、自分の語学力が十分ではなく、交換留学の制度を利用することができなかったため自力で海外に行き、ゼロから自分の生活を始めなければいけないワーキングホリデーで自分の限界に挑戦してみたいと思ったからです。

●留学の成果

留学当初は英語を聞き取ることも、言いたいことを伝えることも殆ど出来なかった僕が日本に帰国する直前には生活に殆ど不自由なく、仕事を見つけ、仮に現地の言葉を扱うレベルで劣っていたとしてもその点を気にせず自信を持って生活することが出来るようになっていました。そういう意味では様々なことへ能動的に活動しなければいけない状況下でコミュニケーション能力、自分の生活における全てのマネジメント能力の向上が一番の成果だと感じています。

●スペシャルエピソード

オーストラリアで語学力に自信が無かった当初は友人作りの為に地元のサッカーチームの練習に参加したり、公園でのミニゲームに混ぜてもらうなどをしていました。そして、そのままプレーを続けていると、友人から地域の社会人チームへの招待を貰い、そのチームでシーズン優勝を果たすことが出来ました。偶然にも給料がもらえるセミプロフェッショナルのチームだったので副業でサッカーをしていたことになっていました（笑）そのチームでの数か月間でチームメイトとの交流や戦術理解、意思の疎通が必須だったので英語力が非常に上がったと感じた時間でもありました。

●これから留学したい人へアドバイス

海外での生活において不安に思う点は出発前にいくつも出てくると思います。でも一番大切なことは滞在している時間をどれだけ有意義にしようとするかを考えて行動することだと僕は思っています。それらの不安も最終的には自分を成長させてくれる「なにか」になり、最高の留学に向けた必要不可欠なものであると思います。困難を楽しめる人は向かうところ敵なしです（笑）

●留学費用について

①総費用：70万円

（内訳 渡航費6万円、学費25万円、宿舍費11万円、光熱水費3万円、食費5万円、ビザ・保険料20万円、お土産代他0円）

②費用負担 自己負担65万円、親からの支援5万円、留学奨学金0円

③使ったお金の割合：現金 50%、クレジットカード 40%、トラベルプリペイドカード 10%、その他 0%

●留学先宿舍について

・形態：最初の1か月ホームステイ後、自力で家を探してシェアハウスを転々と、、、

・家賃額：1週間 AUS\$ 120（光熱費ネット代含む）

・参考情報：基本的に家具設備が充実した家を探して住んでいました。探し方としてはインターネットのシェアメイト募集掲示板でシェアハウスを探して、多種多様な人たちがいる家をピックアップ。（オーストラリア自体が多国籍な国なのでとてもグローバル）

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：大学1年次英語初級→現地で働くことが可能なレベル

・適正レベル：最低限の会話を出来るレベル or 会話をしようとする気持ちがあれば伸びます！

●ネット環境及びその他の参考情報

・スマートフォンはSIMを入れ替え可能なiPhoneを持っていきました。PCは一応持っていきましたが、移動が多い生活スタイルだったので荷物にはなりませんでした。市営の図書館でもPCは利用可能なので他にも手段はたくさんあるかと。WIFI自体は街中のFree-WIFIやレストランもあるので格安SIMで問題ないと思います。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	仕事オフ、映画鑑賞	ショッピング、サッカーのトレーニング
火曜/2日目	7時半出勤	17時仕事後、同僚とディナー
水曜/3日目	7時半出勤	仕事後、シェアメイトと家でゆっくり
木曜/4日目	7時半出勤	仕事後、サッカーのトレーニング
金曜/5日目	7時半出勤	仕事後、英語の勉強や自宅のジムで運動
土曜/6日目	7時半出勤、12時仕事終了	週末のサッカーリーグ戦、試合後は仲間と飲み会
日曜/7日目	仕事オフ、ショッピング	友人宅でBBQ, etc...



セミプロのサッカーチームで優勝した時の写真



仕事終わりに同僚たちとバーベキューした様子

「水質改善と生態系復帰の先進技術獲得を目指して」



留学先：カナダ／サスカチュワン州／サスカ
トゥーン／サスカチュワン大学

留学期間：2017年9月～2018年8月
(11か月)

氏名：門脇 日向

留学した時の学年：3年

学部・研究科名：農学部

学科・課程名・コース名：共生環境課程

●留学の内容

語学学校に通った後、サスカチュワン大学の付属研究所であるGlobal Institute for Water Securityで水関連の研究を約半年間行いました。主に2つのプロジェクトに関わりながら、授業の聴講や、フィールドワーク等も行いました。その後、生物学部に籍を移動し、フィールドワークを中心に、河川や湖沼の生態系についての学びを4か月間行いました。

●留学の動機

高校生の時は英語は苦手でした。センター試験で104点取るくらい苦手でした。でも大学入学後に漠然と海外に魅力を感じ始め、自分のやりたいことをできる、英語力を問われない留学を探しました。それがトビタテでした。

●留学の成果

私は1年間留学してきた割に英語が苦手です。でもコミュニケーションは取れます。コミュニケーションは一人じゃ取れません。相手が必要です。私はたくさんの「人」と留学を通して出会い、コミュニケーションを取ってきました。その出会った「人」たちが私の留学の成果です。

●スペシャルエピソード

12月末、真冬のトロントアイランドで-20℃の中、入るお店もなく彷徨っていたとき。自転車に乗って向かい側から走ってきたおじさんが、家が近いからうちに来て温まりな、と招待してくれました。お邪魔すると、そこにはチキンとアイスワインが。美味しく頂きました。これが本当の「お・も・て・な・し」ですね。

●これから留学したい人へアドバイス

成功しても、失敗しても、挫折しても、貫徹しても、それはあなたの人生であって、他の誰のものでもありません。自分の人生に責任を持てるのは自分だけです。だからやりたいことを思いっきりやればいいと思います。やりたいことがゲームなのか英語なのか恋愛なのかは人それぞれで、そこに正解はないと思います。やりたいことがない人は、とにかくやれることをやるべきです。何かやっていたら、そのうち見つかるんじゃないですかね。ちなみに私も見つかってないです。

●留学費用について

①総費用：約200万円

（内訳 渡航費20万円、学費40万円（語学学校）、宿舍費70万円、食費30万円、ビザ・保険料10万円、その他30万円）

②費用負担 留学奨学金200万円

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

●留学先宿舎について

・形態：ホームステイ&シェアハウス

・家賃額：シェアハウス 月45000円（水道、ガス、電気、ネット等すべて含む）
ホームステイ 10週間約20万円（食費等すべて含む）

・参考情報：言い方が悪いですが、ホームステイには当たり外れがあります。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語

・語学レベルUP：TOEIC500点程度→日常会話ができるレベル

・適正レベル：英語力はあるだけあったほうがいいです。でも、無いから行けないわけではありません。

●ネット環境及びその他の参考情報

・研究するならパソコンは必須です。ワードや、エクセルなどの設定を英語にしていた方が、授業の時に楽です。携帯電話はSIMフリーのものを日本で買って、現地のSIMカードを入れればよいと思います。

・現地で楽しみたいのなら、英語は勉強してってください。私は最高に辛かったです。

●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	日本語のクラス、研究	研究
火曜/2日目	研究	研究、ジム
水曜/3日目	研究	研究
木曜/4日目	大学院生向け授業聴講（研究手法について）	大学院生向け授業聴講（水について）
金曜/5日目	日本語のクラス、研究	研究、ジム
土曜/6日目	庭の芝刈り（冬は雪かき）	ショッピング
日曜/7日目	大家さんとお出かけ	大家さんの家でパーティー



湖の氷に穴をあける実習
（氷90cmだった気が…）



イエローストーン国立公園にて



有志で集まった学生で
日本ブース出展

留学のタイトル：「『岩手発』で再生可能エネルギーの浸透を」



留学先：ドイツ／Baden-Württemberg州／
Heidelberg, Waldkirch／F+U Academy of
Languages, Arch Joint Vision
留学期間：2017年10月～2018年2月
(5ヶ月)

氏名：中田 秀樹
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：地域政策課程

●留学の内容

・・・留学の内容は、主に以下の3つでした。

- ①エネルギーシフト視察研修(10月)岩手県中小企業家同友会様の視察研修に同行させて頂き、**ドイツやスイスの再エネ事業、省エネに関する取り組み、現状に至るまでの背景の違いなどを学ぶことができました。**
- ②語学学校+調査活動(10～12月)午前はドイツ語を勉強、午後は周囲の施設を見て回ったりしました。
- ③調査活動(12～2月)助言を受けつつ、**地域の事例見学、環境NPOや環境教育などドイツの創エネに関わる団体での研修、エネルギー部門に関する情報収集**などを行いました。

●留学の動機

・・・元々分析するのが好きで、分析のし甲斐があると感じた再生可能エネルギーの分野に関心を持ちました。調べていくうちにドイツの先進的な事例を知り、より詳細に分析を行うためには少なくとも一度ドイツに行っておかなければと考えるようになりました。学部2年の後期に時間がとれたこともあり、良い機会だと考え留学を決めました。

●留学の成果

・・・実践事例を直接見る事ができたことは勿論、それを実行に移した事業者に会い、考えを聞いたことも貴重な成果だったと感じています。**再生可能エネルギー、省エネルギーの競争力**を実感できました。また今回が初海外だったため、「**当たり前が当たり前でなくなる瞬間**」にいくつも遭遇できました。

●スペシャルエピソード

・・・視察研修の最初のタイミングで、コーディネーターさんがおっしゃっていた「日本との違いは目につきます。ですから、あえて「同じところ」を探してみてください」という言葉が印象に残っています。**あらゆる前提が違うからこそ、同じに見えて見逃してしまうところにヒントが隠れていることがある**というのは発見でした。

●これから留学したい人へアドバイス

・・・私は入学当初、留学をするということは全く考えていませんでした。ただ日々の授業や活動に打ち込む中で、いつの間にか留学という選択肢が現実味を帯び、こうして半年の留学をしていくという結果にまで届きました。当然ながら留学をするのであればお金も時間も必要ですし、安全に帰国するためには多くの事前準備が、実のある留学にするためには事前学修も必要になります。**しかし、それを揃えさせてくれたのは自分の場合、結局のところ好奇心だったようにも思います。**もし既に留学したいという気持ちがあるのであれば、**その気持ちはどこから来ているのか、何のためにどんな留学をしたいか**を掘り下げてみるとよいのではないのでしょうか。

●留学費用について

①総費用：125万円＋準備費用35万円

（内訳 渡航費15万円、研修参加費40万円、授業料15万円、宿舍費40万円、食費交通費等15万円、岩手大学の授業料(休学しなかったため)等その他準備費用35万円)

②費用負担 自己負担30万円、留学奨学金130万円

③使ったお金の割合：現金40%、クレジットカード（VISA） 20%、トラベルプリペイドカード（キャッシュパスポート） 40%

●留学先宿舍について

・形態：語学学校寮、民泊（日本人宅）

・家賃額：月額 10万円前後（水道光熱費含む）

・参考情報：ドイツは空き家率が非常に低い＝アパートの空き部屋を探すのはかなり難しい、です。一番楽なのは語学学校の寮を利用することでしょうか。

●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：ほぼ聞き取れない（翻訳アプリ頼り）→最低限の日常会話は可能

・適正レベル：ドイツ語はB1レベルになると日常会話で困ることは減ってきます。それ以下でも、日本人の視察研修に参加したり、翻訳アプリを使うことで一時的には対応できました。

●ネット環境及びその他の参考情報

・語学学校の寮、民泊共にWi-Fiは使えました。また携帯についてはテザリング機能付きのSIMフリー携帯を持っていたので、mineoの海外用SIMを購入していききました。

・交通については、「DB Navigator」というドイツ鉄道のアプリを使うと、路線案内からそのままQRコードでチケットが発券できる(支払いはクレジットカード)のでとても便利でした。

●留学中の主なスケジュール

曜日	午前	午後
月曜	語学学校でドイツ語の授業	語学学校の宿題/近隣の施設訪問
火曜		
水曜		
木曜		
金曜		
土曜	語学学校の宿題/近隣の施設訪問/休日/観光 等	
日曜		

後半の研修期間では、見学に行くイベントの日程に合わせて柔軟にスケジュールを調整していました。



視察研修で訪れた熱供給施設。巨大なタンクから、地域に暖房用の温水が供給されています。



住宅技術展示会。再生可能エネルギーだけでなく、省エネも強く推進されています。



展示会で行ったケルンKölnの夜景。奥にあるのは世界最大のゴシック様式の建築物、ケルン大聖堂です。

留学のタイトル：「かもめの玉子で岩手を発信!!」



留学先：台湾／台北／
機関 名 淡江大学
留学期間：2018年 8月13日～9月21日
(6週間)

氏名：吉永 圭吾
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：植物生命科学科

●留学の内容

留学のテーマは、岩手の銘菓である「かもめの玉子」を紹介すると同時に岩手のこと紹介し、岩手の知名度を上げるというものでした。そのために、台湾にある日本アンテナショップでかもめの玉子試食会を開いたり、語学学校で岩手紹介イベントを企画、実行したりしました。また、岩手の伝統工芸品である南部鉄器と浄法寺漆を各企業にお借りして、かもめの玉子と一緒に紹介をしました。計画を持続的なものにするために普段は淡江大学の語学学校で中国語を学習していました。

●留学の動機

去年の夏にベトナムでビジネスインターンをした際に、日本を好きなベトナム人と仲良くなったのですが、そのひとは岩手のことについて全く知らなかったということがとてもさみしく感じ、もっと世界に岩手の良さをアピールするべきだと考えたからです。

●留学の成果

かもめの玉子試食会では220人以上からアンケートをとり、今後の海外展開戦略を考えるためのデータを集めることができました。また、語学学校で新しい言語を学び、多文化交流ができたことで、学び方や生き方の新しい視点をもてるようになりました。

●スペシャルエピソード

語学学校でクラスメイトに日本人がひとりもいなかったのもので、友達をつくるのに苦労するかと思っていましたが、日本のことが大好きなひとが多かったおかげですぐにたくさんの友達できました。最後に授業の日にクラスメイトがバスケットボールに寄せ書きしてプレゼントしてくれたことに感動しました。

●これから留学したい人へアドバイス

今回の留学を計画、実行する際、それまでに関わった多くの周りの大人や友達を頼るようになりました。普段からつながりをつくる機会に飛び込み、そのつながりを切らないようにすることが大切だと思います。また、自分は興味がないと思っていたことでもやってみると意外と楽しいと思えることがあるので、色々なことにチャレンジすると思います。

●留学費用について

①総費用：約35万円

（内訳 渡航費5万円、学費5万円、宿舍費6万円、食費 7 万円、ビザ・保険料2万円、お土産代他5万円、エージェント費 6 万円 ）

②費用負担 自己負担 2 万円、親からの支援10万円、留学奨学金27万円

③使ったお金の割合：現金80%、クレジットカード（マスター） 20%、

●留学先宿舍について

・形態：外国人向け宿舍。

・家賃額：日額 1800円（光熱費含む）

・参考情報：日本人が多く滞在している。毎朝大学までのバスが出る。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語、中国語

・語学レベルUP：英語は日常会話レベルから外国人の友達と問題なく談笑できるレベルになりました。中国語は 0 から初めて簡単なコミュニケーションをとれるレベルになりました。

・適正レベル：英語は日常会話レベル。中国語は店員さんと話せるレベル。

●ネット環境及びその他の参考情報

・たいていの公共機関にWi-Fiがありますが、SIMカード買うか、ポケットWi-Fiをもっていると便利です。

・台北だと交通機関（特にMRT）が安くて快適で便利なのでどんどん利用するのがおすすめです。

●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	中国語授業、クラスメイトとランチ	クラスメイトと観光or図書館で勉強
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	留学計画のイベントor観光or勉強	留学計画のイベントor観光or勉強
日曜/7日目		



友達と観光



試食イベント



クラスメイト

留学のタイトル：「世界の被災地から学ぶ多言語・図表記」



留学先：インドネシア／アチェ州／バンダアチェ／
ファジャルハラパン高校

留学期間：2018年 2月～3月
(6週間)

氏名：山口 大河

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

2004年スマトラ島沖地震により有史以来最大の津波被害を受けたインドネシアのアチェ州を訪れ、現地の大学や研究機関を中心に災害時の外国人次対応に関する調査を行なった。具体的な調査方法としては、津波研究所や津波博物館を訪問し災害発生当時から現在に至るまでの外国人次対応の変化について調査を行なった。また、在住外国人や外国人観光客に対してインタビューを行い、津波が来たらどこに避難するか、多言語・図表記看板は有効的であるかなど生の意見を聞いた。また、東日本大震災追悼式典にてのスピーチや教育機関で東日本大震災についての説明をするなど3.11について世界に発信する活動も行なった。また、東京大学の学生との意見交換会を設け、災害に関する日本とインドネシアの類似点や相違点について話し合った。

●留学の動機

高校時代にドイツやアメリカで東日本大震災の被害状況・復興状況を広める活動を行っていた。その中で多くの外国人と災害について考える機会があり、岩手県においても災害時の外国人次対応について考えなければならぬと感じたため。

●留学の成果

災害時の外国人次対応が進んでいるアチェ州では街の至る所に避難所を示す多言語・図表記看板が設置されており、たとえ言葉がわからない外国人でも避難しやすいまちづくりが行われていた。

●スペシャルエピソード

アチェ州は東南アジアで最もイスラム教への信仰が強い地域であり、滞在期間は私もムスリムの生活に合わせて過ごしていた。イスラム教では5回の礼拝が義務付けられており、毎日朝5時には起きなければならないことが最も大変な経験であった。

●これから留学したい人へアドバイス

トビタテ留学JAPAN地域人材コースは、渡航前後にインターンシップが必須であるため、地域の現状や課題を理解した上で海外と岩手県との違いを比較することができる。インターンシップと留学がセットであるこのプログラムでは自分の探究心を追い求めることができ、それと同時に課題解決能力を身に付けることができる。

●留学費用について

①総費用：30万円

（内訳 渡航費10万円、学費5万円、宿舍費0円、光熱水費0円、食費3万円、ビザ・保険料2万円、お土産代他10万円、・・・）

②費用負担 自己負担3万円、留学奨学金27万円

③使ったお金の割合：現金95%、トラベルプリペイドカード（キャッシュパスポート）5%

●留学先宿舎について

- ・形態：高校寮
- ・家賃額：0円
- ・参考情報：全寮制の高校に滞在し、食事も提供していただいた。

●語学力について

- ・現地で使用した言語：インドネシア語・アチェ語・英語・日本語
- ・語学レベルUP：最も使用頻度の高かったインドネシア語においては大学付属の語学学校で学び挨拶程度の語学力から簡単な日常会話ができるようになった。日常生活ではインドネシア語とアチェ語、研究及び調査では英語、日本語を学ぶ学生とは日本語を使用していた。
- ・適正レベル：日常会話に加えて自分の留学テーマに関する専門用語を理解しておく。現地語（アチェ語）を話すとさらに親密度が増した。

●ネット環境及びその他の参考情報

- ・お店等にWifiはないので現地でポケットWifiを契約した。
- ・基本的に治安は良いが、タクシーに乗る前は必ず運転手と料金の確認をするべき。

●留学中の主なスケジュール

曜日／日程	午前	
月曜/1日目	語学学校でインドネシア語の授業	津波博物館で調査
火曜/2日目	語学学校でインドネシア語の授業	外国人への聞き込み調査
水曜/3日目	津波研究所で研究	津波研究所で研究
木曜/4日目	語学学校でインドネシア語の授業	災害情報施設への訪問
金曜/5日目	語学学校でインドネシア語の授業	災害看板の調査
土曜/6日目	小・中・高で日本語の授業	住民への聞き込み調査
日曜/7日目	大学で日本語の授業	大学の友人と食事



多言語図表記災害看板



グランドモスク



伝統的な結婚式に参加

留学のタイトル：「I DESIGN いわたの木製雑貨で起業！」



留学先：英国 & フィンランド／
Cheltenham & Helsinki／
inlingua Cheltenham & Aalto University
留学期間：2018年8月～10月（3か月）

氏名：高橋 佳苗
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：環境科学課程

●留学の内容

英国の留学では、語学学校で自分の英語を生きたものにし、木製品の調査を行うことができました。午前中の授業で色々な国（オマーン、チェコ、リトアニア、ベラルーシ、スペイン、ブラジルなど）から集まったクラスメイトと共に文法を中心に学びました。午後はアンティークの店などを訪れ、ものが大切に扱われる文化を感じました。フィンランドの留学では、Aalto大学のOpen Universityというプログラムで、初級フィンランド語を英語で学びながら、Helsinki Design Weekのボランティアを体験したり、Habitateというデザインフェアでデザインについての考えを深めました。岩手の岩泉純木家具とつながりのある、NIKARIという家具メーカーの工場兼ショールームを訪れ、これからの木製品業界について、女性のCEOの方と意見交換をすることもできました。

●留学の動機

大学在学中に、マレーシアでパームオイルプランテーションの増大による森林破壊が起こっていることを現地で自分の目で見たことや、岩手の国産自然塗料メーカーでのインターンシップで感じた生活の木材離れから、森林の環境問題に関心を寄せていて、将来は自分で木製雑貨のブランドを岩手で作りたいと考えていました。留学によって、地元企業と海外の結びつきを深めるとともに、自分の視座を高められたらという思いがありました。

●留学の成果

以前と比べて自分が変わったと思うことは、「私にはできない」なんて思わなくなったことです。自分で計画して自分で実行するトビタテの留学プログラムは、どんな留学になるか、自分も含め誰にもわかりません。自分が総責任者のようなものなので、自分にしかできない留学をし、自分の人生をデザインしている感覚が常にありました。

●スペシャルエピソード（文字サイズ12～14pt、3行程度）

フィンランドの人は、自然享受権に基づき、森の中を自由に歩いてまわったり、きのこやベリーを摘んだりして森を愉しみます。私も一緒にどこまでも平坦な森のなかに入り、きのこ狩りをしました。自分で採ったものを自分で食べることができる喜びは格別で、自然とのつながりを感じさせてくれる素晴らしい文化だと思いました。

●これから留学したい人へアドバイス（文字サイズ12～14pt、最大5～6行程度）

日本はとってもちっぽけな場所です。今悩んでいることが日本の一歩外に出たら、「素晴らしいあなたの長所だよ」なんて言われるかもしれません。英語はいつでもあなたのもので、扉はいつでもあなたの前に開かれています。海外への留学は不安なこともついてまわりますが、その1つ1つを助けを借りながら自分が丁寧に解決していく他に良い方法はありません。留学の準備をしているときは、暗いトンネルのなかをずっと走っている感覚でした。しかし、留学はその先の開けた素晴らしい未知の世界でした。誰も見たことのないものを見て、誰も会ったことのない人に会って、みなさんが自分の人生を深められることを願っています。

●留学費用について

①総費用：88万円

(内訳 渡航費25万円、学費18万円、宿舍費22万円、食費5万円、保険料・OSSMA3万円、
ポケットWIFIレンタル代10万円、お土産代他5万円)

②費用負担 自己負担3万円、留学奨学金85万円

③現地で使ったお金の割合：現金40%、クレジットカード（VISA） 60%

●留学先宿舍について

・形態：ホームステイ（英国&フィンランド）、ホテル（フィンランド）

・家賃額： 英国（1か月、食費込み）9万円

フィンランド（ホテル2週間13万円、ホームステイ1か月）15万円

・参考情報：フィンランドのAalto大学で公開授業を受けていたのですが、寮は長期の学生のためのものなので、短期滞在で滞在先を探すのが大変でした。フィンランドは物価も高く、ホテルでさえ高額なので、途中でホストファミリーを見つけられたことは本当に幸いでした。

●語学力について

・現地で使用した言語：英語、少しのフィンランド語

・語学レベルUP：自分の考えていることは拙い言葉でも伝えられるようになり、
以前より多くの単語を聞き取れるようになった。

・適正レベル：日常会話レベル（いつでも自分の考えを持っていることの方が大切だと思います。）

●ネット環境及びその他の参考情報

・私物パソコン、スマートフォン、レンタルWIFIを使用しました。

・学内メールが海外では利用できなくなるので、あらかじめGmailアドレスなどを国際課に伝えておくといいです。

・スマートフォンアプリなどでお金の動きを可視化することが大事だと思います。また、通貨換算アプリが便利でした。

●留学中のある1週間のスケジュール（フィンランド）

曜日／日程	午前	午後
月曜/1日目	洗濯＆宿題	Aalto大学の初級フィンランド語の講義
火曜/2日目	Fiskarsへ移動	NIKARI（家具メーカー）工場兼ショールーム訪問
水曜/3日目	Helsinkiへ移動	Aalto大学の初級フィンランド語の講義
木曜/4日目	宿題	スーパーで食材の買い出し
金曜/5日目	木製品デザイナーの仕事場訪問	日本食パーティー開催＆洗濯
土曜/6日目	部屋の片付け	Suomenlinna島観光
日曜/7日目	掃除	スーパーで食材の買い出し



英国の語学学校のクラスメイトと先生



Helsinki Design Weekのボランティア



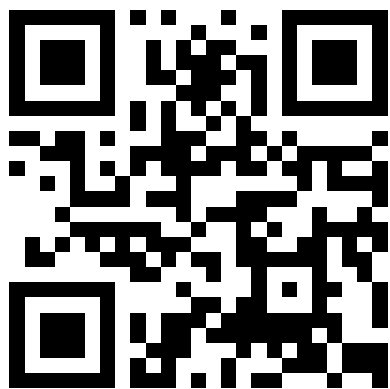
フィンランドの家具メーカー NIKARI



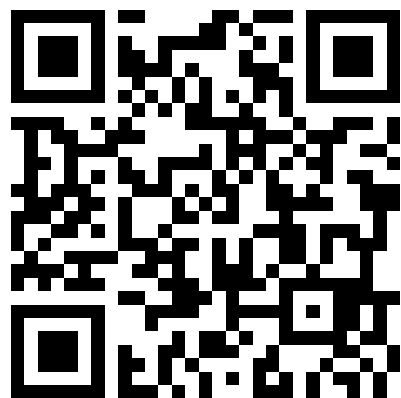
岩手大学国際交流の
Facebook と **Twitter**
もご覧ください！！

留学や様々なイベントに関する情報が
盛りだくさん！

Facebook



Twitter



岩手大学国際交流

019-621-6076/6057

iuic@iwate-u.ac.jp