

## 熊本大学海外派遣留学生 報告書

氏名	A さん（仮名）		
所属	文 学 部		
留学先機関名	リーズ大学 （国名：イギリス）		
留学先所属	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科に所属（                          学部・研究科） <input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修 <input type="checkbox"/> その他：		
留学期間	2017 年 07 月 - 2018 年 06 月	留学開始時 学年	3 年次
奨学金	<input checked="" type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度 <input type="checkbox"/> 国際奨学事業 <input type="checkbox"/> トビタテ！留学 JAPAN 【第                  期】 <input type="checkbox"/> その他（    ）		





## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	エティハド航空	手配	skyticket
移動経路 ※往路のみ	福岡空港→成田空港→アブダビ国際空港→マンチェスター空港→リーズ駅	到着時刻	15:30P.M. 【※移動時間(約 20 時間)】
大学(寮)への移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え <input type="checkbox"/> 知人の出迎え <input type="checkbox"/> タクシー <input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関 ( <input type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> 電車) <input type="checkbox"/> その他( )		
空港から移動する際の注意点 行き方、料金等	キャリーケース等の大荷物に気を取られやすい。携帯やパスポート、財布などスリには要注意。マンチェスター空港着の場合、直通のマンチェスター・ピカデリー駅からリーズ駅まで1本で約20ポンド弱。窓口か券売機でチケットを購入し、電車内で駅員に提示。		
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート その他( )	住居手配	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で その他( )
部屋の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 その他( )	ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input checked="" type="checkbox"/> 他国からの学生 その他( )
住居の申込手順	語学学校に通う期間の寮は事前に決まっている。9月からの住居は、渡航前に希望する寮を申請、8月頭にメールで結果が届く。人気の寮は抽選になり、志望していた所に行けない人も多い。寮費は一括・分割払いどちらも可能で、入居前に必ずデポジット200ポンドの支払いが必要(退寮時に返金される)。		
住居でのトラブル および解決方法	年齢・性別・国籍関係なく多様な学生と同じフラットで生活するため、特に生活習慣など意見の食い違いも多い。互いに心地よく暮らすために、掃除や家具の使い方、私物の管理など事前にある程度ルールを決めておくが良い。		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	Central Village: 徒歩 Liberty Dock: 徒歩またはバス(学割で片道1ポンド)		
生活費および内訳 (概算を円換算)	生活費計    約100000 円/月 (生活費内訳) 住居費(光熱費込):    約80000 円/通学費:    3000 円 食費:    6000 円/通信費:    0 円/書籍代:    1000 円 その他:(交流費)    約10000 円 ※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの: 500-3000 円 (徴収された費用の名目: サークル参加費 )		
その他生活に必要な 手続き、アドバイス (口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など)	口座開設: 私はしていないが、アルバイトをするなら必要かも。 携帯電話: 私は1年間Wi-Fi生活をしてしたが、Uber(アプリを使った配車サービス)を使えないこと以外に特に困ることはなかった。友人はプリペイド式のものを使っているひが多かった。意外と安し、旅行のときはあると安心・便利。 荷物: 衣類は、夏秋物を持っていき、冬物を実家から送ってもらった。だいたい現地で安く揃えられるが、色々な国のコンセントに対応した変換機やコンタクト、常備薬、カイロなどは日本で買っておくと良い。 支払い方法: イギリスは結構キャッシュレス化が進んでいる。航空チケットの予約など、オンラインでの支払いをする場面も多いため、クレジットカードを最低1枚は持って行った方がよい。私は、自分の口座引き落としのカードと、メインでキャッシュカードとして現地のATMで引き落としもでき、クレジットカードとしても使えるキャッシュパスポートの2枚を使用していた。		

### 3. 留学先の大学について

<p><b>授業(カリキュラム)の概要について</b></p>	<p>私が履修していた授業は以下の8つ。          Art&amp; Sci: Photography/Imaging (COL0)          Sustainable Development (SOEE1110)          English for Communication (ELU1002)          Food: Origins and Farm (FOOD1010)          Creating Sustainable Futures (SOEE1610)          Popular Music&amp; the Press (MUSS1811)          Beginners Spanish (FLTU)          Economics and Sustainability (SOEE)</p> <p>様々な学部の授業が履修可能だったため、興味があった環境学を中心に、熊本大学での専攻でもあるメディアや語学などの授業を受講していた。授業内容は、どの授業でも主に座学のレクチャー、討論を行うセミナー、チュートリアルから構成されている。最終課題は、エッセイか筆記テストがほとんどである。</p>
<p><b>履修登録の時期 登録方法</b></p>	<p><input type="checkbox"/> 渡航前                      <input type="checkbox"/> 渡航後                      ⇒ (                      月頃)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録              <input type="checkbox"/> 志願書類の提出</p> <p><input type="checkbox"/> その他 (                      )</p>
<p><b>留学生特例措置 (履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等)</b></p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 有り (具体的には以下のとおり)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・履修制限 (Music や Design 等の専門性の高い授業)</li> <li>・留学生専用のオリエンテーション</li> <li>・チューター制度</li> </ul> <p><input type="checkbox"/> 無し</p>
<p><b>留学先大学でのサポート体制について (語学面/学校生活/住居・日常生活等)</b></p>	<p>語学面：事前に語学学校に通っていたことは、9月からの生活に向けて大きな自信に繋がった。基礎的な英語の授業だけでなく、エッセイの書き方やリファレンス作成方法、セミナーの事前練習やチューターからのFB等、非常に為になるものばかりであった。9月以降も Language Partner 制度や Language Centre を活用でき、語学力向上の場が多く用意されていた。</p> <p>学校生活：チューター制度があり、困ったことがあると個別に相談できる機会があった。また、学内には学部事務や Student Union の学生など気軽に質問できるスタッフが多かった。</p> <p>住居・日常生活等：私が住んでいた寮には24時間対応のレセプションがあり、不具合があったとき等にいつでも報告でき、寮でのイベントによく誘ってくれるような親切なスタッフが駐在していて、日常のサポート体制としては非常に満足である。</p>

<p><b>留学開始後に行った留学先大学の手続き(学生証、履修登録、大学 ID の設定等)</b></p>	<p>学生証の作成 : Student Service Centre にて 履修登録の変更 : 渡航前に申請したものを変更するとき その他 : 学内 Wi-Fi 設定など</p>
<p><b>授業外活動について(サークル、部活、インターン、フィールドワーク等)</b> ※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>サークル : ①Japanese Society は、日本語学科の生徒や日本に興味のある学生が集まるサークル。日本人の割合がかなり多い。週 2 日飲み会とお茶会がある。ハロウィーン・パーティーやボールといったフォーマルな格好で集まるイベントもある。②テニスサークルは、初級者向けのもので週 1 日 2 時間程度。友人の誘いで参加し、学生コーチに教わりながら緩く楽しくプレイしていた。登録費用は用具貸し出し費込で 1 年間 20 ポンド。 ボランティア : Skelton Grange というリーズ中心地から少し離れた施設で環境保護のボランティアをした。きっかけは Facebook の募集。週末に普段は別の仕事をしている方々が集まって施設の運営をしているところで、子供が自然の中で遊べるような遊具づくりや木から柵を作る手伝いをした。</p>

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日
7:00	起床	起床	起床	起床	起床		
8:00	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	起床	起床
9:00	授業	授業	授業	授業	授業	朝食	朝食
10:00							
11:00							
12:00	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
13:00						外出 or 勉強	外出 or 勉強
14:00							
15:00							
16:00	図書館	図書館	図書館	図書館	外出		
17:00							
18:00	夕食	夕食	夕食	夕食			
19:00						夕食	夕食
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
24:00	就寝	就寝	就寝	就寝	クラブ	就寝	就寝

## 5. 留学成果とアドバイス

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

- ・スピーキング力とリスニング力：生活の中では聞く・話す場面が多いため、知らぬうちに様々な言い回しなどを習得。実際に留学後に受験したアイエルツでは、スコアがそれぞれ0.5上がった。
- ・勉強の取り組み方：課題図書やディスカッションの準備、予習復習など、授業外での自主学習が多くなる。同時に、時間のマネジメント能力も成長する。
- ・コミュニケーション能力：待っているばかりでは人との繋がりはできない。英語が出来なくても、積極的にコミュニティに参加する機会を増やすことで友人の輪が広がっていった。
- ・卒論の材料集め：現地でのイベントやボランティアに参加する中で、自分の卒論テーマに関連した情報集めができた。

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

リーズへの留学を志望されている方へ

私が留学していたリーズは、とても良いところでした。イギリス中部に位置しており、そこまで大きい都市ではありませんが、特に不便に感じることもない場所です。

また、大学には様々な国籍の生徒が集い、素敵な出会いが沢山待っています。私たちと同じような留学生も多く在籍しているので、サポート体制も整っています。さらに、様々な学部の授業を受けることができるのは交換留学生の特権です。留学生向けの英語の授業やちょっと関心がある分野の授業など、これを機に熊大では学べないことにチャレンジすることができます。例えば私は、リーズ大学が栄養学で有名だと現地で聞いたので、環境学を学びつつ、栄養の勉強もしてたりしました。

日常生活に関しては、私自身、海外経験がほとんどない上に実家暮らしだったため、渡航前は不安ばかりでしたが、いざ留学してみると様々な初体験ができるので、非常に新鮮で面白かったです。土日には友達の家でホームパーティやドンまで足を伸ばして好きなアーティストのライブに行ったり、長期休みには友達とヨーロッパ旅行に行ったり、日本にいたら中々出来ないことを沢山できました。

以上簡単に述べましたが、留学をする上では分からないことだらけだと思います。不安なこと、迷っていること等あれば、実際に留学した人や国際戦略ユニットの方に何でも尋ねてみてくださいね。（私も先輩に山ほど質問しました(笑)）

### 留学を通しての感想

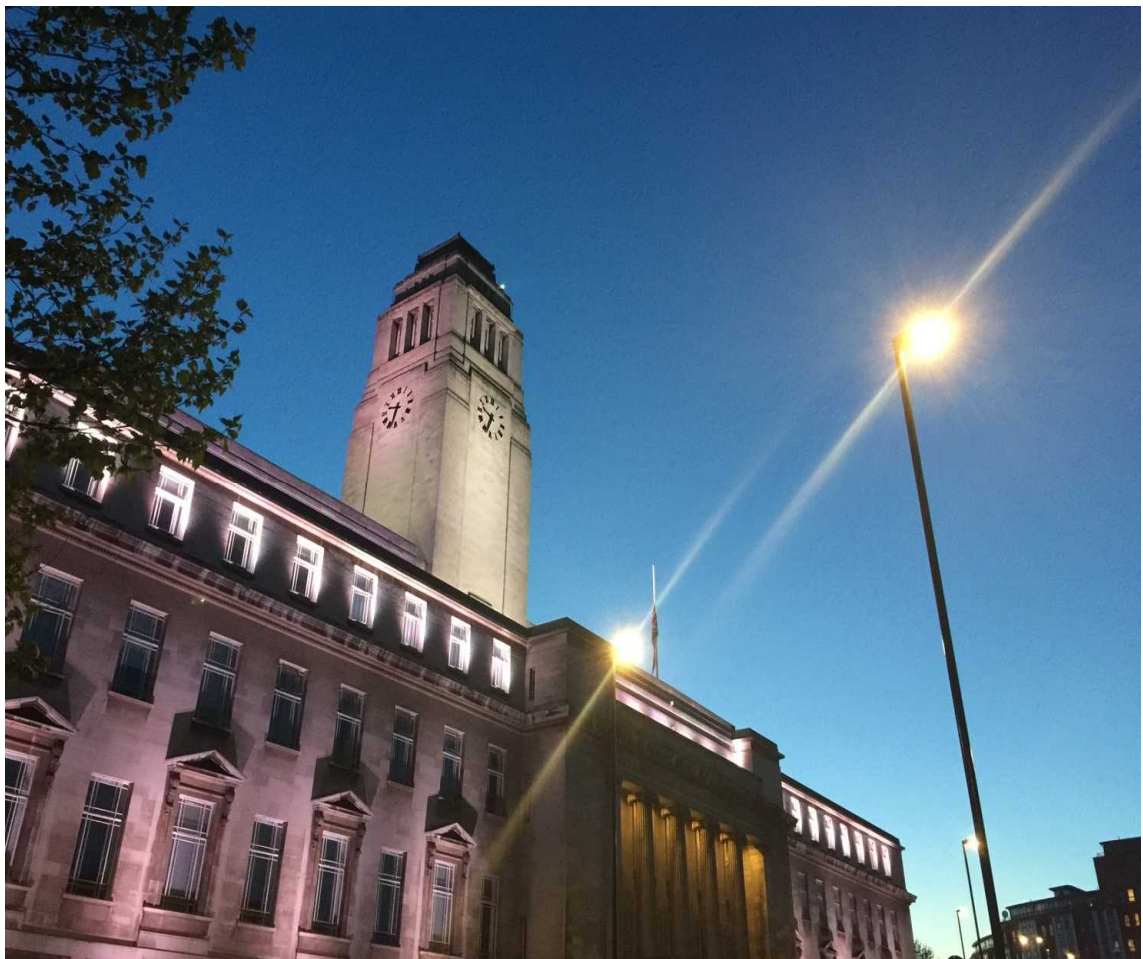
時の流れは辛いときに遅く、楽しいときには早く感じるというが、まさにその通りだった。試験勉強やビザ申請をしていた準備期間は「本当に留学できるのか？」という不安に常に駆られ、もどかしく感じていたし、いざ現地で生活してみると、毎日目新しいものやたくさんの人との出会いがあり、本当にあっという間に時が過ぎた。

今思えば、間違いなくどちらも自分にとって成長する機会であったし、留学することを決意して、試験勉強に励んで、最終的には実現できてよかったと思っている。

そして1年間の留学を通して一番良かったと感じているのは、何よりも今まで交わることのなかった人や文化との「出会い」。現地校では授業やサークルなどを通して、さらには旅先でも、本当に沢山の出会いがあり、それらは今しか経験できない私の中の一生の財産になった。この繋がりに見聞を大切に、今後の自分の進む道に生かしていきたい。

## 熊本大学海外派遣留学生 報告書

氏名	Bさん（仮名）		
所属	文 学部		
留学先機関名	リーズ大学（国名：イギリス）		
留学先所属	特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修		
留学期間	2017年6月－2018年6月	留学開始時 学年	3年次
奨学金	トビタテ！留学 JAPAN 【第6期】		





## 1. 出発前の準備について

ビザの種類	有 種類(学生ビザ)	ビザ申請先	国内 場所(東京・新橋)
必要書類、手続き 手続きに要した期間	住民票、留学先大学の入学許可証、渡航時の旅程表等		
ビザ申請以外で 必要な事前手続き	クレジットカードの発行 (私の場合はキャッシュサポート)		
留学に向けて 取り組んだ語学	英語		
勉強方法	先生に IELTS の勉強会を開いてもらい、夏季にある IELTS 講座にも参加した。		
留学先の手続き (必要書類、大変だったこと、どのように取り組んだか等)	留学先に送る手続き以外にも、熊本大学内での手続きが多くあった。 (文学部や国際課に対する書類提出など)		
事前の必要経費 (留学前に必要な 支払い費用) ※概算費用	語学研修費 45万円 ビザ申請 10万(代行会社を挟んだ場合) 渡航費(往復) 約15万円 海外旅行保険料 年17万円		

## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	エティハド航空	手配	スカイチケット
移動経路 ※往路のみ	アブダビ経由マンチェスター行	到着時刻	12:00 【※移動時間（約28時間）】
大学（寮）への移動手段	公共交通機関（電車）		
空港から移動する際の注意点 行き方、料金等	当日だと高くなるので事前に電車を予約しておくのもいいかもしれない。約15ポンド。		
住居のタイプ	寮	住居手配	大学の斡旋
部屋の種類	一人部屋	ルームメイト	イギリス人
住居の申込手順	入学準備時に送られてくる寮申し込みから。		
住居でのトラブル および解決方法	騒音や掃除。 管理人に相談、掃除当番を決める。		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	徒歩		
生活費および内訳 (概算を円換算)	<p>生活費計14万円/月 (生活費内訳)</p> <p>住居費：7万円/光熱費：0円/通学費：0円 食費：5万円/通信費：0円/書籍代：5000円 その他：交遊費1万円</p> <p>※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの：45万円 (徴収された費用の名目：語学学校代)</p>		
その他生活に必要な 手続き、アドバイス (口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など)	<p>携帯電話は現地でSIMを入れた方が使いやすい。 支払方法はカードが多いので、VISAカードなど持っておくと便利。 冬は寒くなるのでカイロやヒートテックなど持っていくと使える。</p>		

### 3. 留学先の大学について

<p><b>授業(カリキュラム)の概要について</b></p>	<p>様々な学部の授業を取れる。だが、IELTS のスコア、学年などで制限される授業もある。</p>
<p><b>履修登録の時期 登録方法</b></p>	<p>渡航前6月 渡航後9・10月頃 オンラインで登録</p>
<p><b>留学生特例措置 (履修制限、優先措置、 留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等)</b></p>	<p><input type="checkbox"/>有り (具体的には以下のとおり)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ IELTS の点数での履修制限</li> <li>・ 留学生が受けやすい授業</li> <li>・ 留学生のためのイベント</li> <li>・ ランゲージパートナー</li> </ul>
<p><b>留学先大学でのサポート体制について (語学面/学校生活/住居・日常生活等)</b></p>	<p>留学生には相談できる先生が割り当てられている。 ジャパニーズソサエティもあるため、日本に興味のある多国籍な友達ができる。</p>
<p><b>留学開始後に行った留学先大学の手続き (学生証、履修登録、大学 ID の設定等)</b></p>	<p>学生証の発行や、大学 ID の設定は、スチューデントオフィスに行って、カウンターで手続き。 履修登録はネット上で。</p>
<p><b>授業外活動について (サークル、部活、インターン、フィールドワーク等)</b> ※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>ジャパニーズソサエティ 入学時にソサエティ勧誘イベントがあるので、行ってみることをお勧めします。</p>

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日
7:00					休み (勉強したり、友人と遊んだり、出かけた)		
8:00							
9:00		授業					
10:00	授業						
11:00	授業		授業				
12:00			授業				
13:00							
14:00							
15:00		授業	勉強	授業			
16:00		授業	勉強	授業			
17:00			勉強				
18:00	ソサエティ	勉強	勉強	勉強			
19:00		勉強	勉強	勉強			
20:00		勉強		勉強			
21:00		勉強		勉強			
22:00		勉強		勉強			
23:00							
24:00							

## 5. 留学成果とアドバイス

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

#### ●語学

授業についていくため、文献を読んだり、授業の録音テープを繰り返し聞いたりしたため、おのずとリーディング・リスニング力はついた。

#### ●ものの考え方や取り組み方

タイムマネジメントができるようになった。授業の時間は短い、予習復習が重要なため、自分で時間をコントロールして勉強しなければならなかった。

#### ●コミュニケーション能力

寮で、イギリス人とともに共同生活するには、コミュニケーションをうまくとることが必要だった。英語で話すことに苦手意識があったが、臆することなく話せるようになった。

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

リーズ大学は日本人学生も多く、ソサエティも充実しているので、とても生活しやすい大学だと思います。しかし、私が一番大変だったことは寮のルームメイトとの関係性です。騒音に悩まされたり、共同スペースの掃除などで喧嘩したりしたこともしばしばありました。私が暮らしたのはヘンリープライスという寮なのですが、9人でキッチン共有、2人でバス・トイレ共有でした。大体9人中1人が留学生で、あとは正規の1年生という振り分けが多かったので、うまくコミュニケーションが取れなければ辛かったと思います。寮によってある程度、静かか静かでないか、留学生が多いのか多くないのかが分かるので、現地での情報交換もしてみてください。

### 留学を通しての感想

留学は辛いこともありましたが、総括してとても有意義な時間でした。その理由は主に2つあります。

まず一つ目は語学力の向上。やはり毎日英語で授業を聞いたり、レポートを書いたりすると慣れていきました。最初はついていくことに必死で、相当の時間を授業の予習復習にあてていました。その結果英語を使うことに苦手意識がなくなりました。

二つ目は人脈が広がったことです。リーズは多国籍な学生が多く在籍しているので、様々な国の友人ができ、日本の他大学の人達とも仲良くなりました。またいろんな国に行って現地の人と交流し、とても人脈が広がりました。私は留学中にアフリカに短期インターンをしましたが、そこでの体験は私の人生を変えたと言っても過言ではありません。私は留学に行ったことを心から良かったと思っています。

## 熊本大学海外派遣留学生 報告書

氏名	Cさん（仮名）		
所属	文学部		
留学先機関名	University of Leeds（国名：イギリス）		
留学先所属	<input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修		
留学期間	2017年9月－2018年6月	留学開始時 学年	3年次
奨学金	<input type="checkbox"/> トビタテ！留学 JAPAN 【第7期】		

## 1. 出発前の準備について

ビザの種類	<input type="checkbox"/> 有 種類(Tier4)	ビザ申請先	<input type="checkbox"/> 国内 場所(東京、英国ビザ申請センター)
必要書類、手続き 手続きに要した期間	パスポート、リーズ大学からの CAS 番号、IELTS 成績表、戸籍謄本、オンライン申請書、奨学金の証明書 約 1 か月の手続き期間		
ビザ申請以外で 必要な事前手続き	航空券の購入、寮の申請、授業選択、海外保険の加入		
留学に向けて 取り組んだ語学	<input type="checkbox"/> 英語		
勉強方法	所属する英文学科での授業における文学作品の英語での精読。また、語学試験である IELTS の基準スコア取得のため問題集に繰り返し取り組んだ。		
留学先の手続き (必要書類、大変だったこと、どのように取り組んだか等)	ビザ申請のための申請書の作成に苦労した。多くの質問が英語であったため時間がかかった。		
事前の必要経費 (留学前に必要な 支払い費用) ※概算費用	<input type="checkbox"/> 授業料 0 円 <input type="checkbox"/> 寮費約 30000 円 <input type="checkbox"/> 語学研修費 0 円 <input type="checkbox"/> 教材費 0 円 <input type="checkbox"/> ビザ申請約 55000 円 渡航費 (片道) 約 130000 円 海外旅行保険料約 100000 円 <input type="checkbox"/> その他 (生活用品購入等) 約 50000 円		

## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	エミレーツ航空	手配	EXPEDIA ※利用したサイト、旅行会社等
移動経路 ※往路のみ	ドバイ経由	到着時刻	12:15 【※移動時間（約22時間）】
大学（寮）への 移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え <input type="checkbox"/> 公共交通機関（ <input type="checkbox"/> 電車）		
空港から移動する 際の注意点 行き方、料金等	空港から電車等を利用する際は事前に調べることが必要		
住居のタイプ	<input type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート その他（                    ）	住居 手配	<input type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で その他（                    ）
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋	ルーム メイト	なし
住居の申込手順	学校の寮のサイトに登録後申請		
住居でのトラブル および解決方法	学校のオフィスに寮の変更を申請		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	バス 1年間で約40000円		
生活費および内訳 (概算を円換算)	<p>生活費計約136000円/月 (生活費内訳)</p> <p>住居費：約70000円/光熱費：0円/通学費：4000円 食費：20000円/通信費：2000円/書籍代：0円 その他：(交際費等) 40000円</p> <p>※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの：0円</p>		
その他生活に必要な 手続き、アドバイス (口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など)	<p>口座は特に作る必要はない。形態はSIMフリーのものであると現地のSIMカードを利用できる。オリエンテーションで学校から配布される。盗難にあう可能性があるため保険は携行品のプラン付きの物が良い</p>		



### 3. 留学先の大学について

<p><b>授業(カリキュラム)の概要について</b></p>	<p>英文学の授業が語学力の問題で履修できなかったため、ベーシックな文学とメディアの授業を主に受講した。すべての授業が、1年生向けに開講しているものを選択したが、内容が難しいものもあり、学期末のエッセイとテストに苦労した。</p>
<p><b>履修登録の時期 登録方法</b></p>	<p><input type="checkbox"/> 渡航前 仮登録 <input type="checkbox"/> 渡航後 登録の修正⇒ (9月末頃) <input type="checkbox"/> オンラインで登録</p>
<p><b>留学生特例措置 (履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等)</b></p>	<p><input type="checkbox"/> 有り (具体的には以下のとおり) ・ 選択できる授業、授業数に制限あり ・ 留学生向けのオリエンテーション ・ Language パートナー制度</p>
<p><b>留学先大学でのサポート体制について (語学面/学校生活/住居・日常生活等)</b></p>	<p>学校生活では在学証明や寮変更等留学生向けオフィスが対応してくれた。語学面でも Language Center がサポートしてくれた。</p>
<p><b>留学開始後に行った留学先大学の手続き (学生証、履修登録、大学 ID の設定等)</b></p>	<p>学生証やビザの受け取りはオリエンテーション期間に大学で行った。</p>
<p><b>授業外活動について (サークル、部活、インターン、フィールドワーク等)</b> ※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>トビタテの活動で日本文化発信イベントを行った。学校ではなく街の美術館を借りて土曜日に開催した。</p>

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日
7:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝
8:00	起床	起床	起床	起床	起床	起床	起床
9:00	フリー	授業 or 勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	フリー	フリー	フリー
10:00	フリー	授業 or 勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	フリー	フリー	フリー
11:00	勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	勉強	フリー	フリー
12:00	勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	勉強	昼食	昼食
13:00	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	買い物	フリー
14:00	勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	勉強	フリー	フリー
15:00	勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	勉強	フリー	フリー
16:00	勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	授業 or 勉強	勉強	フリー	フリー
17:00	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー
18:00	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	夕食
19:00	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	サッカー
20:00	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	サッカー
21:00	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	サッカー
22:00	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー
23:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝
24:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

## 5. 留学成果とアドバイス

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

今回の留学を通して、私の英語力は大幅に向上したと思います。やはり、日常生活から半ば強制的に英語に囲まれるのは、日本にはなかなか経験できることではないと思います。最初は、やはり生活するうえで英語が理解できず苦勞することもありましたが、リーズでは現地の学生や、他の日本からの留学生が多くのサポートをしてくれたため楽しく留学生活を送ることができました。また、熊本では出会う機会がない人たちと出会う機会も多く、刺激的な毎日を送ることができました。日本にいたときよりも、私は周囲の人たちに支えられながら生きているんだと強く感じました。

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

イギリス国内は、物価が高いため、外食よりも自炊することを勧めます。野菜はとても安く手に入れることができ、アジアンマーケットには多くの日本の調味料等もあります。お米も韓国枚を購入でき、炊飯器も約 3000 円程度で購入できます。また、ロンドンには電車でも行けますが、バスだと時間はかかりますがかなり安く利用できます。電車を多く利用する人は Train Ticket を買うと、30%の割引でチケットを購入できます。

### 留学を通しての感想

今回の留学を経験して、多様な価値観や文化背景を持つ人々と交流し、周囲の目や常識にとらわれず、自分自身の幸福や自分らしい生き方を今後大切にしていこうと考えるようになりました。私にとって海外での生活は初めてであり、周囲の景色や人々の生活等全てが新鮮で刺激的でした。中でも、イギリスという多様な人種が集まる空間においては、人々は個人の幸福を優先していると強く感じました。そのため、日本のように生活のタイムスケジュールを細かく区切り慌ただしく生きるのではなく、それぞれが余暇を楽しむ時間を設けていました。私は、このことから個人の幸福を優先することで、他人にも幸福を分け与えることができるということを学びました。

## 熊本大学海外派遣留学生 報告書

氏名	D さん（仮名）		
所属	文 学部		
留学先機関名	リーズ大学 （国名：イギリス ）		
留学先所属	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科に所属（                          学部・研究科） <input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修 <input type="checkbox"/> その他：		
留学期間	2017 年 10 月 - 2018 年 6 月	留学開始時 学年	4 年次
奨学金	<input type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度 <input type="checkbox"/> 国際奨学事業 <input checked="" type="checkbox"/> トビタテ！留学 JAPAN 【第 7 期】 <input type="checkbox"/> その他（                          ）		



リーズ大学といえば！な建物、Parkinson Building



訪問した学校



住んでいた寮の外観



弓道クラブのメンバーと

## 1. 出発前の準備について

ビザの種類	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 種類(Tier 4 )	ビザ申請先	<input checked="" type="checkbox"/> 国内 <input type="checkbox"/> 現地 場所(大阪 )
必要書類、手続き 手続きに要した期間	<p>※2017年時点での情報です。ビザ申請のルールは頻繁に変わるため、最新のものとは異なる可能性があります。VFS Global というサイトで最新の情報を必ず確認し、以下の手順は参考程度にしておいてください。</p> <p>&lt;手元に用意するもの&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・大学が発行する CAS これは稀なケースだと思いますが、CAS に書いてある内容が間違っていました。リーズ大学に連絡を取り、大学とビザ発行機関の間で連絡を取ってもらい解決しました。CAS が届いたらまず内容を確認してください。</li> <li>・パスポート(過去のものも) 過去10年の渡航歴や以前のパスポート番号について記入する欄があるため、イギリス留学を視野に入れている方はパスポートを更新する際、古いものを手元に残してください。</li> <li>・リーズ大学が作っている入力例 PDF(ダウンロードしておく)</li> </ul> <p>&lt;手続き&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① Visa4UK(ビザ申請サイト)のアカウントを作る。</li> <li>② サイト内で申請書の入力、申請に出向く日時の予約を行う。                         <ul style="list-style-type: none"> <li>・サイトの形式が変わっていなければ、パスポートの Issuing Authority 欄に Ministry of~が入りきらないと思います。略して(MOFA など)入力しましたが、問題ありませんでした。</li> <li>・リーズ大学が大学に関連する欄の入力例を PDF で出しているのので、書いてある通りに入力します。</li> <li>・ビザセンターですが、大阪を選ぶと追加料金がかかります。</li> <li>・ビザの料金、国民保険の料金、大阪ビザセンターの利用料金は、オンライン申込時にクレジットカードを使って払います。レートによって変動しますが、私はビザ+大阪利用料 57,720 円、国民保険料 22,200 円でした。</li> </ul> </li> <li>③ 全部入力し終わったら、申請書、予約確認書、バーコード区切り用紙を印刷する。                         <ul style="list-style-type: none"> <li>・Print~のボタンがあると思うので、それを押します。申請書に予約確認書はくっついて来ないので注意！別々に印刷します。</li> </ul> </li> </ol>		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・必ず A4 の紙に印刷します。また、書類は電子スキャンされるため、折り曲げないようにしてください。</li> </ul> <p>④ 必要書類を持って、予約した日時に大阪か東京のビザセンターへ行く。</p> <p>&lt;持ち物&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・印刷した申請書</li> <li>・印刷した予約確認書</li> <li>・書類につけるバーコード区切り用紙</li> <li>・CAS</li> <li>・パスポート、パスポートのコピー</li> <li>・現金</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・残高証明書ですが、イギリスの大学が発行する CAS を持っている日本人は原則要らないようです。</li> <li>・顔写真はその場で撮影したものが使われるため、必要ありません。</li> <li>・予約時間の 15 分前には着かなければいけない上、ビザセンターはかなり分かりにくい場所にあります。余裕をもって行動することをお勧めします。</li> <li>・ビザセンターにて追加オプションとして、ビザの郵送サービス、書類確認サービス、優先サービスなどがあります。</li> <li>・書類確認サービスは、必要な書類があるかどうかの確認のみで、書いてある内容まで見てもらえるものではありません。</li> <li>・郵送サービスは 2000 円程で、もう一度大阪に行くよりも安いので利用しました。</li> <li>・優先サービスを利用したところ、火曜日に申請してその週の金曜日にビザが下りたとの連絡があり、次の週の月曜日にはビザが貼られたパスポートが届きました。ただ、30000 円程かかりました。</li> </ul> <p>⑤ 直接ビザセンターに行くか、郵送でパスポートを受け取る。</p>
<p><b>ビザ申請以外で 必要な事前手続き</b></p>	<p>IELTS 受験、入学手続き、履修登録、寮の申込、留学保険の加入、往路の飛行機などの手配、デビットカード申込(持っているると便利です)</p>

留学に向けて 取り組んだ語学	<input checked="" type="checkbox"/> 英語 <input type="checkbox"/> 独語 <input type="checkbox"/> 仏語 <input type="checkbox"/> 中国語 <input type="checkbox"/> 韓国語 <input type="checkbox"/> その他（                              語）																								
勉強方法	<p>主に IELTS 対策を行っていました。ライティングとスピーキングに苦戦したので、練習問題を解くことと使えるフレーズを増やす事を中心に勉強していました。</p>																								
留学先の手続き (必要書類、大変だったこと、どのように取り組んだか等)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ BRP カードの受け取り イギリスでの身分証明になるカードです。指定された場所で受け取ります。</li> <li>・ 国民保険の手続き(かかりつけ病院の登録)</li> </ul>																								
事前の必要経費 (留学前に必要な 支払い費用) ※概算費用	<table> <tr> <td><input type="checkbox"/> 授業料</td> <td>円</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 寮費</td> <td>約 30,000 円</td> </tr> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/> 語学研修費</td> <td>約 460,000 円</td> <td><input type="checkbox"/> 教材費</td> <td>円</td> </tr> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請</td> <td>約 110,000 円</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>渡航費( <input type="checkbox"/>片道    <input checked="" type="checkbox"/>往復)</td> <td>約 140,000 円</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>海外旅行保険料</td> <td>約 120,000 円</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> その他(                              )</td> <td></td> <td></td> <td>円</td> </tr> </table>	<input type="checkbox"/> 授業料	円	<input checked="" type="checkbox"/> 寮費	約 30,000 円	<input checked="" type="checkbox"/> 語学研修費	約 460,000 円	<input type="checkbox"/> 教材費	円	<input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請	約 110,000 円			渡航費( <input type="checkbox"/> 片道 <input checked="" type="checkbox"/> 往復)	約 140,000 円			海外旅行保険料	約 120,000 円			<input type="checkbox"/> その他(                              )			円
<input type="checkbox"/> 授業料	円	<input checked="" type="checkbox"/> 寮費	約 30,000 円																						
<input checked="" type="checkbox"/> 語学研修費	約 460,000 円	<input type="checkbox"/> 教材費	円																						
<input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請	約 110,000 円																								
渡航費( <input type="checkbox"/> 片道 <input checked="" type="checkbox"/> 往復)	約 140,000 円																								
海外旅行保険料	約 120,000 円																								
<input type="checkbox"/> その他(                              )			円																						

## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	FINNAIR	手配	H. I. S ※利用したサイト、旅行会社等
移動経路 ※往路のみ	福岡空港→ヘルシンキ空港 →ヒースロー空港→キングズクロス駅→リーズ駅	到着時刻	17 時ごろ 【※移動時間(約 13 時間)】
大学(寮)への 移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え <input type="checkbox"/> 知人の出迎え <input checked="" type="checkbox"/> タクシー <input type="checkbox"/> 公共交通機関( <input type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> 電車) <input type="checkbox"/> その他(                              )		
空港から移動する 際の注意点 行き方、料金等	<p>ヒースロー空港に着いた後近場のホテルで 1 泊し、次の日の朝から地下鉄と電車を使ってリーズに移動しました。 リーズまでの電車のみ、事前に National Rail のサイトから予約していきました。</p> <p>&lt;移動方法&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① ヒースロー空港とその付近のホテルをまわっているシャトルバスがあるので、それに乗ってホテルから空港まで戻る。</li> <li>② ヒースロー空港の地下鉄駅で Picadilly line に乗り、キングズクロス駅まで行く。(約 1 時間) ・オイスターカードというプリペイドカードを買って乗ると、切符を買うよりお得です。</li> <li>③ キングズクロス駅で電車に乗り換え、リーズへ。(約 2 時間半)</li> </ol>		



住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート その他(                    )	住居 手配	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で その他(                    )
部屋の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 その他(                    )	ルーム メイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input checked="" type="checkbox"/> 他国からの学生 その他(                    )
住居の申込手順	大学のアコモデーションポータルサイトで学校からの距離、シャワーをシェアするかどうか、フラットメイトの性別などの希望を出したのち、大学から割り振られます。第一希望の寮がどこかも希望を出すのだが、その通りにいかないことが多いです。		
住居でのトラブル および解決方法	設備に関しては、大抵のことはレセプションに言えば解決します。私が住んでいた Sentinel Towers は、レセプションの開いている時間が平日の朝 2 時間、夕方 2 時間のみだったので少し不便でした。また、イギリスの火災報知機は感度がいいのか、月に何回も鳴ってうるさかったです。		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	徒歩約 20 分		
生活費および内訳 (概算を円換算)	生活費計    約 140,000 円/月 (生活費内訳) 住居費：94,000 円(光熱費含む) 食費：27,000 円/通信費：1,500 円 その他：弓道クラブ会費：5,000 円 日用品など：7,500 円 その他いろいろ：5,000 円		
その他生活に必要な 手続き、アドバイス (口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など)	<p>・デビットカードを作って行くことをお勧めします。買い物だけでなく、家賃や携帯料金もデビットカードで支払いできます。イギリスで銀行口座を作らなくても、デビットカードのみで問題なく生活できました。</p> <p>・携帯は SIM フリーのスマートフォンを日本で購入し、giffgaff という携帯会社の SIM を挿して使っていました。giffgaff のサイトで利用手続きをして使います。国内通話 500 分、SMS 無制限、データ通信 3GB で月々10 ポンドのプランにしていました。プリペイド式なので、月初めにその月の料金を払います。月々のプランとは別にお金をチャージしておけば、国際通話も可能です。</p> <p>・荷物を送る際は parcel force という運送会社のサービスを使います。荷物を持って郵便局へ行き、申込書をもらい、宛先、中身の品目、保証金額などを書きます。そして、窓口で荷物を計測してもらい、配送プランを選択し、料金を払います。追跡ができるプランを選んだ方が安心です。8kg・保証金額 100 ポンド以下で追跡機能をつけて荷物を送ったのですが、113 ポンドかかりました。</p>		

### 3. 留学先の大学について

<p>授業(カリキュラム)の概要について</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・着いてから10週間は、語学研修を受講しました。エッセイの書き方を学んだり、プレゼンテーションの練習ができたりと、その後の大学での授業に役立つ事を勉強できました。</li> <li>・基本的に1学期50~60単位になるように履修します。1つのモジュールは10~20単位です。週1回の講義のみ、1週間に講義1回とセミナー1回など、モジュールによって授業形態が様々です。また、日本のように1限・2限と明確に区切られていないため、各授業の時間が被らないように考えて授業を組む必要があります。私は教育学の分野の授業と、第二外国語のドイツ語を履修しました。</li> </ul>
<p>履修登録の時期 登録方法</p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 渡航前                      <input type="checkbox"/> 渡航後                      ⇒ (              月頃)  <input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録      <input type="checkbox"/> 志願書類の提出  <input type="checkbox"/> その他 (                      )     </p>
<p>留学生特例措置 (履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等)</p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 有り (具体的には以下のとおり)  <ul style="list-style-type: none"> <li>・留学生が取れる授業は限られています。</li> <li>・授業によっては、IELTS のスコア等で履修制限をかけているものもあります。</li> </ul> <input type="checkbox"/> 無し     </p>
<p>留学先大学でのサポート体制について (語学面/学校生活/住居・日常生活等)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・留学生向けに英語を学ぶ授業(10単位)が開講されています。また、語学をサポートする講座やイベントも図書館や Language Centre で行われています。</li> <li>・Student Services Centre のカウンターか Study Abroad Office(両方とも Marjorie and Arnold Ziff Building にあります)に行けば、大体のことは解決できました。住居の設備に関しては、寮のレセプションで対応してもらえます。</li> </ul>
<p>留学開始後に行った留学先大学の手続き (学生証、履修登録、大学 ID の設定等)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学生証の発行</li> <li>・履修登録の修正</li> </ul>

<p><b>授業外活動について (サークル、部活、インターン、フィールドワーク等)</b></p> <p>※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ Manchester Kyudo Group (社会人の弓道クラブ) 「UK Kyudo」で検索したら出てきました。毎週土曜日にマンチェスターにある高校の体育館で練習していました。会費は段位によりますが、月々35ポンドでした。弓矢は先生からお借りして、他の道具は日本から持って行きました。足袋やギリ粉、弦などの消耗品はクラブがまとめ買いしているものを購入できます。幅広い年齢の方と交流できて楽しかったです。</li> <li>・ Our Lady Queen of Peace Catholic Engineering College 訪問 トビタテ生としての実践活動の一環として、スケルマーズデイルにある学校を2週間訪問し、学校の授業やホームルームを見学させていただき、日本語の授業にアシスタントとして参加しました。訪問する学校は、日本のIIPという会社を通して探しました。ですが、自分で探した方がお金もかからず良かったな、と思います。</li></ul>
--	---

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日
7:00						マンチェスターへ行く	
8:00	起床	起床	起床	起床	起床	道場到着	起床
9:00				授業		弓道	
10:00		授業		授業		弓道	
11:00		授業				弓道	
12:00			授業(隔週)			弓道	
13:00						帰る	
14:00		授業					
15:00		授業					
16:00		授業		授業			
17:00				授業			
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
24:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

## 5. 留学成果とアドバイス

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

授業では、リーディングやディスカッション、エッセイなどをこなしていく中で、自分の勉強したかった教育学についての知識が深まった事は勿論ですが、英語の運用能力も鍛えられました。また、現地で英語を使って生活していく中で、少しずつコミュニケーションをとれるようになっていきました。IELTS のスコア取得に苦戦した事もあり、語学力に不安を抱えたまま留学しましたが、渡航前に比べると 4 技能全てにおいて力がついたなと思います。

語学面以外で留学して身についた事は、積極性や度胸です。留学中は自由時間がたくさんあるため、大学、寮、学外、全ての場所で自分から動く事が求められます。待ちの姿勢でいると、時間だけがどんどん過ぎてしまいます。私はもともと消極的な方だったのですが、自分に合うコミュニティを探したり、留学先でのトラブルを解決したりする中で、積極的に動けるようになりました。

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

#### <事前準備について>

IELTS はとにかく早めの申込、早めの受験を！スコアは 2 年間有効なので、早く受けてしまった方が本当に楽だと思います。留学の手続きをしながら並行して IELTS も受けるのは、かなりしんどかったです。

また、IELTS は受験料が約 25,000 円と高額です。場数を踏んで試験に慣れていく事が厳しい額なので、試験日と申込期間（試験 19 日前の 12 時まで）を確認し、試験対策→受験のスケジュールをしっかりと組んで挑むことが大切だと思います。九州の受験地は福岡と熊本のみで、定員に達するのが大都市に比べて早く、申込期間ぎりぎり席を取れる事はまずありません。

語学研修を受ける方は IELTS for UKVI という、東京か大阪でしか行われていない試験を受ける必要があります。受験料は約 30,000 円です。

#### <治安について>

リーズは治安がかなり良い街です。ですが、夜間の 1 人での外出は控える、やむを得ず夜間に移動する際はタクシーや UBER を使うかなるべく明るい道を通って帰るなど、最低限の事は気を付けて過ごしていました。なお、リーズではスリに遭ったという声を聞いたことはありませんが、ロンドンなどの観光地ではスリ対策をしっかりしておいた方が良いと思います。

#### <大学生活について>

・たくさんのソサエティー（サークル）があり、新歓期はたくさんのイベントや体験会が行われているので、人脈を広げるためにもどんどん参加することをお勧めします。オンラインでの事前予約が必要なイベントもあります。

・リーズ大学は留学生がとても多い大学だからか、事務の方が留学生の対応に慣れていきます。渡英前から手厚いサポートを受けられるので、安心して留学生活を送ることができました。困った時はサポートオフィスに行けば、大抵のことは解決します。

#### <日常生活について>

・電車での移動をする人は、Railcard という 1 年有効の割引券を買うと良いです。通常の 2/3 くらいの値段で切符が買えるようになりますし、数回の利用で元が取れます。インターネットか駅の窓口で購入できます。

・眉毛を剃る用のかみそりが近所のどこのドラッグストアでも見つからなくて困りました。持って行っておいた方が良いかもしれません。

#### <寮が合わなかったときは>

もし割り振られた寮が合わないと感じた場合、引越し希望を出すかルームスワップを行って別の寮に移ることが可能です。フラットメイトとの相性が悪かった、思ったよりも寮が大学から遠かったなど、理由は様々です。私は家賃がとても高い寮(CitySide)に割り振られたため、少しでも安いところに住みたくて引越しを決めました。

・引越しを希望する場合、引越しを希望する理由や転居先に求める条件、転居したい寮を用紙に書いてアコモデーションオフィスに提出します。希望の条件の寮に空きが出れば大学から連絡が来て、引っ越すことができます。引っ越す前に内見をしたい場合は、引越し先の寮のレセプションに電話をすれば見せてもらえます。私は空きが出たとの連絡が来るまでに 1 ヶ月弱かかりました。

・ルームスワップは、専用の掲示板に寮の設備やフラットの雰囲気、連絡先を貼り出し、転居希望の学生同士で連絡を取り合ってお互いの部屋を交換する制度です。交換を決めるまでの過程に大学が介入しないので、自分でコミュニケーションをとる必要があります。私が交換に出したのが人気の寮だったからか、「私の寮はあなたが希望する家賃より少し高いけど、差額を毎月手渡しするから交換して」とか、女性のみフラットなのに男性が連絡を取ってきて「僕はゲイだからいいでしょう、直接説得したいからフラットメイトと合わせてほしい」とか、常識はずれの連絡をしてくる人も多かったです。もちろんそんな人ばかりではなく、何人かとは直接会ってお互いの部屋を内見しましたが、最終的に交換には至りませんでした。

なお、どちらの方法で転居をしても、手数料 40 ポンドがかかります。

#### <体調を崩したときは>

・イギリスの病院は、基本完全予約制です。国民保険適応の病院より、保険適用外のプライベートホスピタルの方が予約を取りやすいです。私が利用した病院では、診察 15 分で 70 ポンドかかりました。このように料金は高いですが、病院でも支払いにカードが使えますし、後から保険金を請求できるので心配いりません。診断書と領収書、その他各保険で必要な書類を作ってもらう事を忘れずに！

・おでこに貼る冷却シートが近所のドラッグストアで見つかりませんでした。体調を崩した時のために日本から持って行っておくと安心です。

### 留学を通しての感想

留学生活は辛い時もありましたが、楽しかったという気持ちの方が大きいです。イギリスに行ったから学べた事・身についた事がありますし、留学したから出会えた友達もいます。想像していたよりも辛い事は多かったです。異国の地で困難を乗り越えた経験は自信につながりました。IELTS のスコアがなかなかクリアできず全ての手続きが遅れてしまい、留学を諦めかけた時期もありましたが、留学できて本当に良かったです。私が留学できるように助けてくださった、全ての方々に感謝致します。今後は留学で得たものを失わないように、留学先で頑張った事を糧にして、日々を過ごしていきたいと思えます。

## 熊本大学海外派遣留学生 報告書

<b>氏名</b>	D さん（仮名）		
<b>所属</b>	____ 教育 ____ 学部		
<b>留学先機関名</b>	リーズ大学 （国名： イギリス ）		
<b>留学先所属</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部・研究科に所属（ 音楽 学部・研究科） <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修 <input type="checkbox"/> その他：		
<b>留学期間</b>	2017 年 9 月 — 2018 年 6 月	留学開始時 学年	____ 4 ____ 年次
<b>奨学金</b>	<input checked="" type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度 <input type="checkbox"/> 国際奨学事業 <input type="checkbox"/> トビタテ！留学 JAPAN 【第 ____ 期】 <input type="checkbox"/> その他（ _____ ）		









#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
8:00							
9:00							
10:00	ピアノ練習室		授業				
11:00	ピアノ練習室				授業		
12:00	ピアノ練習室	授業	授業	授業			
13:00			昼食をとりながら言語交換				
14:00		授業	ピアノ練習室	ピアノ練習室	ピアノ練習室		
15:00		授業	ピアノ練習室	ピアノ練習室	ピアノ練習室		
16:00		授業	ピアノ練習室	ピアノ練習室	ピアノ練習室		
17:00							
18:00	勉強						
19:00	勉強	勉強	勉強	勉強			
20:00	Japanese Society パブソーシャル	勉強	勉強	勉強	友達と出かける		
21:00	Japanese Society パブソーシャル	勉強	勉強	勉強			
22:00	Japanese Society パブソーシャル						
23:00							
24:00							

## 5. 留学成果とアドバイス

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

英語がペラペラになりたい、人間的に成長したい、ヨーロッパのおしゃれな街を歩きたい…最初はそんな思いで留学を決めました。留学中は実感がありませんでしたが、少しずつ自分が思い描いていたように、成長できたのではないかと思います。

1日中英語に囲まれて、毎日新しい人に出会い、新しい場所で、新しいことに挑戦するという一生の中でもなかなかない経験をしたことで、初めてのことに挑戦したり、いろんな人に出会ったりすることが好きになりました。留学前は取り組む前から不安だったようなことでも、とりあえずやってみて、自分に合うかどうか、続けていくかどうかは後で考えればいいと思うようになりました。

また、日本の友達に負けなくらい深い仲になった友達もできました。言語や生まれ育った環境が全然ちがっても、帰国後も連絡を取り合ったり、会いに行ったりすることを考えたりするほどの友達ができるのだということを実感しました。

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

私はリーズが留学先でよかったです。リーズ大学は世界各国からたくさんの留学生を受け入れていて、留学生へのサポートがかなりしっかりしています。何か問題があればインターナショナル専用のオフィスに行けば大抵のことはすぐに解決します。また、ソサエティというサークルのようなものも本当にたくさんあり、友達もつくりやすいです。毎日大量の課題をこなし勉強する代わりに、週末は学内にもバーやクラブがあり、そこで思いっきり遊ぶような生活でした。私はこのオンオフの切り替えをはっきりして、勉強と遊びのどちらにも全力なイギリスの学生のスタイルがとても好きでした。今までで一番勉強して、ピアノを弾いて（専攻だったため）、今までで一番遊んだ10か月間でした。つらいこともたくさんありましたが、全部絶対に忘れたくない思い出です。今すぐにでもリーズに戻って、あの生活をもう一回してみたいです。

### 留学を通しての感想

留学中は気づきませんでしたでしたが、帰国して、留学してよかったと毎日のように思います。留学生の数が多く、現地の学生も、教授も、留学生だからといって大目に見てくれるようなことはほとんどありません。現地の学生と対等に、ディスカッションしたり、エッセイを書いたりしなければなりません。最初はあきらめかけた授業もありましたが、自分に負けたくない思いがどこかであって、その都度教授の部屋に直接行き、わからないことは全部聞くようにしました。教授に頼んで、演奏の授業中の先生と学生からのアドバイスを録音していたこともあります。この経験が私の中でとても大きかったです。どんなことがあっても、方法を考えればなんとかなるということを実感できましたし、必死な姿を見てくれている人が意外といて、助けてくれることもあるということもわかりました。留学で得られたものはお金に代えられないくらい、数え切れないほどありました。留学を応援してくれた家族、友達、熊大の先生方に感謝しています。