

協定校留学【終了】報告書

※現地の様子や大学の風景、ご友人との写真を添付して頂けると大変参考になります。ご協力ください。
 ※帰国後1カ月以内に提出(送信)してください。
 ※津田塾大学海外留学(派遣・受入)奨学金受給者はこの報告書をもって奨学金受給者報告書とします。

留学先大学	アベリストウィス大学	氏名	
国名	イギリス	学籍番号	
留学期間	2022年 9月 ~ 2023年 6月	記入年月日	2023年 9月 10日

1 履修したすべての科目についてお書きください			
主な専攻分野: Drama and Theatre			
科目名	Studio Theatre Project	科目名	Design Skills
授業内容	スタジオでパフォーマンスを上げる授業です。物語性のあるパフォーマンスではなく、イメージを意味が追う、という考え方に基づく現代的なものです。	授業内容	メインキャンパスから少し離れた場所にあるスタジオで、小さな模型にデザインをしたりして舞台美術の基礎を学ぶ授業です。1日4時間×週2日と長丁場でしたが、あっという間でした。
授業形式	Workshop, Lecture (初回のみ)	授業形式	Workshop
単位数	20	単位数	20
サイズ		サイズ	-
難易度 Course No.	CQFW Level4	難易度 Course No.	CQFW Level4
宿題の量	普通(教科書数ページ読み200wordsでまとめる)	宿題の量	あまりない(粘土で人型を作ってくる、など)
コメント	一押し授業です。1年生用の授業で、パフォーマンスの基本的な考え方、理論、実践方法を小さなグループに分かれて学びます。メンバーは年によると思いますが大体11人くらいです。最終課題はパフォーマンス、1500 wordsのエッセイです。	コメント	グループワークや個人作業が多い授業です。最終課題はポートフォリオ、グループ課題(舞台模型製作)でした。メンバーは全員アート系の勉強をしている人々なので、クリエイティブなことが好きな人には刺激になると思います。先生も素晴らしい人でした。
科目名	Body, Boice, Perception	科目名	Site-Specific Performance Project
授業内容	空間と時間、重さ、流れの中でどのように身体を存在させるか学ぶ授業です。簡単に言えば、私たちの身体はどのように今、この空間で動くことができるか学ぶ授業です。	授業内容	Studio Theatre Projectに似ていますが、「場所の記憶」に着目し、スタジオ外でパフォーマンスを行う授業です。私のグループは森で授業を行いました。
授業形式	workshop	授業形式	Workshop, Lecture (初回のみ)
単位数	20	単位数	20
サイズ		サイズ	
難易度 Course No.	CQFW Level4	難易度 Course No.	CQFW Level4
宿題の量	普通(課題文献を読む&ジャーナルにまとめる)	宿題の量	普通(課題文献を読み、200 words程にまとめる)
コメント	とても実践的な授業で、自分の身体、人間の身体について見直すきっかけになりました。科目変更をした際に履修した授業なので、途中からの参加となりました。最初は何をしているのかさっぱり分かりませんでした。ただ楽しむことに集中し、後で文献と共に振り返るとなんとなく授業が目指していたものがわかってきます。最終課題はソロでのパフォーマンス(5分ほど)、ジャーナルでした。	コメント	Aberystwyth大学の横には小さな森があるため、そこでパフォーマンスを行いました。雨の日などはぬかるんでいて大変で、理論を解釈するのも難しかったですが、とても興味深い授業でした。別のグループは大学内の小さな映画館でパフォーマンスを行っていました。最終課題はパフォーマンスと、2500 wordsのエッセイです。

科目名	Making Short Film 1	科目名	Reading and Writing Fantasy Fiction
授業内容	科目名通り、短い映画をグループでつくります。カメラに触れたことがない人でも理論や実践を一から教えてもらえます。	授業内容	Fantasyとは何か、そのジャンルとは何かなどを学びつつ、自分で物語を書くという授業です。
授業形式	workshop, lecture	授業形式	Lecture
単位数	20	単位数	20
サイズ		サイズ	
難易度 Course No.	CQFW Level4	難易度 Course No.	CQFW Level5
宿題の量	普通(中間課題で1分のショートビデオ製作)	宿題の量	普通(毎回1000wordsの物語執筆)
コメント	ストライキで授業がかなり潰れたため、知識がないまま映画を作らなければならず大変でしたが、グループのメンバーに助けをもらいながらなんとか最終課題を提出することができました。最終課題は、5分ほどの映画一本、1500 wordsのレポート、カメラテストでした。	コメント	基本的に、レクチャーを受け、学んだことをもとに物語を書き、任意ですがそれを提出すればクラス内でフィードバックをもらうことができるという流れでした。2年生用のクラスのため、物語の書き方を既に学んだ人がほとんどで苦労しましたが、言葉で遊ぼうと試みるうちに英語という言語の面白さを再確認することができました。
科目名		科目名	
授業内容		授業内容	
授業形式		授業形式	
単位数		単位数	
サイズ		サイズ	
難易度 Course No.		難易度 Course No.	
宿題の量		宿題の量	
コメント		コメント	
科目名		科目名	
授業内容		授業内容	
授業形式		授業形式	
単位数		単位数	
サイズ		サイズ	
難易度 Course No.		難易度 Course No.	
宿題の量		宿題の量	
コメント		コメント	

2	<p>授業において困ったこと、その解決法について教えてください</p> <p>渡英直後は英語が聞き取れず、指示がわからないことに悩まされました。私は実技のクラスを多く履修していたので、指示がわからなくても周りの人を見ればなんとかなることが多かったのですが、個人作業人になるとよく分からなくなるので、しょっちゅう友人や先生に質問をしていました。また、Theatre and Dramaを学ぶのは初めてだったので想像と異なる授業内容に戸惑うこともありましたが、教授陣はとても優しくサポートティブな人が多いので、何かあればしっかりと説明・フォローしてくれます。クラスメートも皆いい人ばかりだったので助かりました。Reading and Writing Fantasy FictionはEnglish Literature & Creative Writingのクラスで、2年生用でした。すでにフィクションの書き方を教わっている人がほとんどで、やはりレポートとはかなり異なるので苦労しました。本を読んで、書き方を真似するのが一番だと思います。</p>
3	<p>授業以外の活動についてお書きください</p> <p>Aberystwyth大学はsocietyと呼ばれるサークルの活動が盛んで、本当にたくさんの種類があります。私は合唱、オーケストラなど複数のsocietyに所属していました。活動頻度は様々ですが、大体週1~2くらいでした。日曜日は友人に誘われてタウンで合唱をしていました。地域の人も集まる場所だったため、様々な人と交流することができました。イギリス全土に当てはまることかはわかりませんが、少なくともAberystwythは先生がつきっきりで指導するよりも自習を推奨するスタイルなので、授業は津田と比べると圧倒的に少なく、よく休みがあったので課題の合間にビーチに行ったり、友人とおしゃべりをしたりしていました。テスト期間中は図書館が棲家になっていました。</p>
4	<p>寮(またはアパート、フラット)の生活について教えてください</p> <p>寮(またはアパート、フラット)名とその場所</p> <p>Cwrt Mawr. 大学内にある寮で、学費に費用が含まれている一番ベーシックなものです。キッチン、トイレ、シャワーが共用で、部屋は個別です。ベッド、机、デスクランプ、シンク、クローゼットがあります。寮は早い者勝ちで、私は遅めに申請したためか一番古い建物が割り振られました。</p> <p>設備についての簡単な説明</p> <p>キッチンはHIS、冷蔵庫、テーブル、椅子が揃っています。寮の大きさによって変わるようですが、私のフラットには二つ冷蔵庫があり、それを6人でシェアしていましたが、二人、Semester1の終わりに帰国したのでかなり広々使えました。備え付けのキッチン用具などはないので購入する必要があります。シャワーは小さなシャワールームが二つです。ヘッドが外れるものでしたが、寮によっては外れないものもあるようです。トイレも二つありました。掃除は自分達で行い、時々accommodation officeからチェックがきます。パスしないと最悪罰金の時期もあるようです。キッチンには掃除用具とアイロン、アイロン代が備えられています。</p> <p>部屋について</p> <p style="text-align: center;">Cwrt Mawr 人部屋 広さ 体感7 畳くらい</p> <p>ルームメートについて</p> <p>ルームメートは6人おり、全員インターナショナル(ドイツ、アメリカ、イスラエル、ポーランド出身)でした。それぞれが自分のペースで生活していたので、学校が始まった後は会うことは少なくなりましたが、クリスマスにはピザパーティーを行うなど関係は良好でした。一方、掃除の方はかなり問題があり、誰も生ごみを捨てなかったり、掃除も決まった人しかやらないことが多々ありました。当番はしっかりと決めたほうが良いと思います。</p> <p>寝具や生活用品の入手方法</p> <p>事前に、unpackedという寝具などの日用品を配達してくれるサービス(大学から案内がきます)に申し込んでいたので、ベッドシーツなどは事前に届けてもらいました。羽毛布団、枕×2、ベッドシーツなどを頼みましたが、かなりお安く済んだのでおすすめです。キッチン用品などは備え付けのものはないので、自分で購入することになります。Fresher's weekに寄付されたお皿、服、小物など色々無料でもらえる日があるので、キッチン用品などはその日を利用したり、タウンにあるTesco, Pound Landなどで購入すると良いと思います。シャンプーなどはタウンで購入可能ですが、服はそこまで店がないのでオンラインで買うか最低限自分で持っていくのが良いと思います。</p> <p>生活の感想</p> <p>渡英前はトイレやシャワーのことなどで不安になっていましたが、実際は食生活が少し変わったくらいで快適に生活できました。治安も良かったため、怖い目に遭うこともほぼなかったです。また、部署にもよりますが大学はとても協力的です。特にGlobal Opportunity Teamという留学生を司る部署の人々はとても優しく、いつもにこやかに対応してくれました。</p> <p>Aberystwythはとても治安が良いので、あまり警戒する必要はないかもしれませんが、夜は街灯が少なくとても暗いので帰り道などでは大通りを歩くなど、最低限のことは気をつけたほうが良いと思います。また、イギリス全土が治安が良いというわけではないので、旅行で他の街に行く際は気をつけましょう。</p>
5	<p>食事についてコメントを書いてください</p> <p>イギリスの食事はまずい、という言葉聞いたことのある人は多いと思いますが、それほど悪くありません。ただ、問題は費用で、お金を出せばちゃんとしたものが食べられますが、高いです(1食で2000円はとぶ)。大学にはカフェテリア、生協のような軽食を買える店、学食があり、お昼はよくそこを活用していましたが、メニューは健康的とは言えないものが多いです。タウンにあるTescoにはアジア系の食材もあり、Lidlでは安く野菜・果物・肉(魚はあまり種類がなく、高い)などを買えますが、大学寮からタウンに行くには坂を下るので、重たい荷物を持って再び坂を上がるのが大変でした。</p>

6	<p>医療保険についてお書きください</p> <p>渡航前に加入した保険 津田塾大学推奨のOssma Plusに加入しました。お手軽な値段で補償してもらえるのでおすすめです。</p> <p>留学先大学にあった医療保険制度 イギリスは、ビザを取るときにImmigration Health Surchargeに納金しなければいけません。結構高いですが、払えば公共医療サービス(NHS。無料)を利用できます。</p> <p>留学中に受けた診察(もし差し支えなければ記入してください) 私は幸いなことに全く医者にかかりませんでした。NHSは無料ですが、利用したことのある友人などによれば、かなりサービスは悪いようなので、渡英前に日本でできるだけ診療してもらうことをお勧めします。</p>																																													
7	<p>費用について教えてください(実際にかかった費用のみ記入してください)</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">(現地通貨)</th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>渡航旅費</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">約10万 円</td> </tr> <tr> <td>帰国旅費</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">約10万 円</td> </tr> <tr> <td>引越し(往復で)</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">円</td> </tr> <tr> <td>保険</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">26,190 円</td> </tr> <tr> <td>語学研修費</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">円</td> </tr> <tr> <td>留学先学費</td> <td style="text-align: center;">14300£</td> <td style="text-align: right;">2,615,005 円</td> </tr> <tr> <td>本学学費</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">20万 円</td> </tr> <tr> <td>教材費</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">円</td> </tr> <tr> <td>住居費</td> <td style="text-align: center;">約600£(退寮後)</td> <td style="text-align: right;">109,720 円</td> </tr> <tr> <td>食費</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">約60万 円</td> </tr> <tr> <td>その他(旅費)</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">約40~50万 円</td> </tr> <tr> <td>()</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">円</td> </tr> <tr> <td>()</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">円</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td style="text-align: center;">_____</td> <td style="text-align: right;">4,250,915 円</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">換算率 (1£ = 182 円)</p>	(現地通貨)			渡航旅費	_____	約10万 円	帰国旅費	_____	約10万 円	引越し(往復で)	_____	円	保険	_____	26,190 円	語学研修費	_____	円	留学先学費	14300£	2,615,005 円	本学学費	_____	20万 円	教材費	_____	円	住居費	約600£(退寮後)	109,720 円	食費	_____	約60万 円	その他(旅費)	_____	約40~50万 円	()	_____	円	()	_____	円	合計	_____	4,250,915 円
(現地通貨)																																														
渡航旅費	_____	約10万 円																																												
帰国旅費	_____	約10万 円																																												
引越し(往復で)	_____	円																																												
保険	_____	26,190 円																																												
語学研修費	_____	円																																												
留学先学費	14300£	2,615,005 円																																												
本学学費	_____	20万 円																																												
教材費	_____	円																																												
住居費	約600£(退寮後)	109,720 円																																												
食費	_____	約60万 円																																												
その他(旅費)	_____	約40~50万 円																																												
()	_____	円																																												
()	_____	円																																												
合計	_____	4,250,915 円																																												
	<p>受給した奨学金(留学用、給付)があれば記入してください 津田塾大学卒業生の寄付による奨学金</p>																																													
8	<p>留学前の準備について教えてください</p> <p>日本から持参すべきもの 空いた袋を止めるクリップのようなもの…血眼で探しましたがありませんでした。 耳かき…同上 強い紐…洗濯機、乾燥機は寮のそばについていますが、一回につき3~4£ほどお金がかかったので、よく部屋のシンクで手洗いしていましたが、その際に日本から持って行った強い紐が役立ちました。基本、日本の百貨店で売っているような小物は役に立ったりします。 マスク…なかなか手に入らなかったもので、日本から送ってもらいました。空気が乾燥している夜などは役立ちます。 葛根湯、目薬など薬系…特に葛根湯は調子が少し悪い時に飲むと長引かないので重宝しました。 ちょっとした日本のお菓子…お世話になった人への贈り物や誕生日プレゼントとして使えます。和三盆は日持ちが良く、砂糖のみなのでアレルギーのある人やベジタリアン、宗教的制約のある人への贈り物としても幅広く使えました。</p> <p>留学前にしておけばよかったこと Drama & Theatreを学んでいたもので、もう少し日本の舞台に関する知識を身につけておけば良かったなと思いました。特に能の舞台はよく引き合いに出されていたのですが、よく知らなかったので後悔しました。また、歴史の勉強をしておく旅行をした際に楽しいです。イギリスの人々は気軽に政治について語る人が多いので、その価値観や現在の政治の問題点などを学んでおくとも良いと思います。</p>																																													

9	<p>適応しにくかったこと(学習面・生活面)があれば、記入してください</p> <p>渡英直後は気候から英語まで慣れないことばかりで、かなり焦りましたが、生活しているうちに慣れていきました。特に津田ではアメリカ英語を教わるのでイギリス英語は聞き取るのがかなり難しく、聞き取れない→話せないという負のループに陥ることが度々ありましたが、聴きまくる、喋りまくるを繰り返すことでかなり慣れることができました。やはり練習しかないと思います。</p> <p>生活面においては、水や食べ物合わないのではないかと考えていましたが、水道水を飲むことができましたし、アジアの食材も割と売られています。唯一困ったのは、やはり円安で、普通のレストランに行くだけで1800円～2000円とぶのが普通でした。</p> <p>Aberの人はとても優しい人が多く、治安も良いのでとても過ごしやすかったです。特に寮で暮らしていると、友人も大学も距離が近いので交流の機会はいくらでも見つけることができます。</p>
10	<p>留学の成果(学習面・精神面)を教えてください</p> <p>楽観的であることの大切さを学び、何かあっても、どんと構えて余計に不安になりすぎないマインドを身につけることができました。留学中は何かしらのトラブルがつきもので、その度に母語以外の言語で他の人に助けを求めたり質問しなければなりません。そんな時に、リラックスして分からないものはわからないという精神が非常に大切であることを留学中によく学びました。また、かなり異なる文化での生活に慣れるのにはやはり時間が必要ですが、リラックスして緊張しすぎないことが重要だと感じました。</p> <p>学習面に関しては、実践的な授業や学んだことのない科目をたくさん履修できたために、興味の幅が広がりました。学ぶことを躊躇していたDrama & Theatreは、非常に興味深い学問でした。下にも書きましたが、留学中の経験から、今は大学院でさらに勉強したいと考えているほどです。</p>
11	<p>今後の学習計画および進路について(就職活動)教えてください</p> <p>今は、海外の大学院でDrama & Theatreを学びたいと思っていますが、まだ未定です。教職を履修しているため、取り柄あえず教員免許の取得と大学院進学、そして卒論執筆の準備に励もうと思っています。</p>
12	<p>留学を目指す後輩へのメッセージをお願いします</p> <p>私が留学を決めたのは出願ギリギリで、それまではコロナや金銭面での兼ね合いで悩み、決めかねていました。留学が決まってからも、VISAの準備や提出書類などに悩まされましたが、結果的に留学した一年間は本当に充実した、とても濃い時間となりました。自分の英語力や思考力のなさに悩まされたり、自己嫌悪に陥る瞬間もありましたが、かけがえのない思い出、友人を得ることができ、日本しか見てこなかった頃とは異なる視野を得ることができました。私は旅行を除いては海外に行ったことがなく、ヨーロッパも訪れるのは初めてでした。そのため海外を理想化していたり、ステレオタイプを持っている部分が少なからずあったのですが、やはり、日本からみる海外と現地で感じる海外にはギャップがあることに現地で気がつきました。また、上記のように今を楽しみ楽観的に物事を捉える視野を手に入れ、留学前よりもあらゆることを肯定的に捉えることができていると感じています。留学は準備・費用の工面など大変な部分も多いですが、その苦労を忘れられるほど得られるものが大きいです。ありきたりの言葉ではありませんが、少しでも留学に興味のある人は強く実行することをお勧めします。</p>
13	

※本報告書は国際センターホームページに掲載します。下記のいずれかに✓をしてください。

国際センターホームページへの報告書の掲載を

(許可する (写真含む) 写真掲載のみ不可 許可しない)

※写真の掲載を許可する場合は、写真に写っている全員の許可をとってください。

※Web掲載を許可する場合は、報告書は手書きではなくパソコンで入力してください。

※ホームページに掲載する際は、個人情報(学籍番号および氏名)は非公開とします。