

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2週間以内に提出(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	アペリストウィス大学	氏名	
国名	英国	学籍番号	
留学期間	2025 年 9 月 ~ 2026 年 6 月	記入年月日	2026 年 6 月 19 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: International Politics			
	科目名	International Politics and Global Development	科目名	People and Power: Understanding Comparative Politics Today
	授業内容	グローバルな政治の複雑さを研究し、疎外された問題や声への取り組み方を学ぶ授業。	授業内容	比較政治学の実践の背後にある理論的根拠を学ぶ授業。
	授業形式	講義とセミナー	授業形式	講義とセミナー
	単位数	20	単位数	20
	サイズ	25人程度	サイズ	50人程度
	難易度 Course No.	難しい	難易度 Course No.	難しい
	宿題の量	多い	宿題の量	多い
	コメント	評価形式: セミナー内で実施されるプレゼンテーション、1500単語のレポート、2000単語のレポート。授業に関して: 教授のアクセントと早口な講義に初めは圧倒されたが、セミナーが毎週あり、学生同士で意見交換ができるため、良い刺激になった。	コメント	評価形式: セミナーパフォーマンス、1500単語のBlogレポート、2000単語のレポート。Blog形式のレポートは初めてだったため、戸惑った。セミナーでは白熱した議論が繰り広げられ、興味深かった。
	科目名	Fundamentals of Management and Business	科目名	Justice, Order, Human Rights
	授業内容	組織における人材、そしてマネジメントと組織の関係性に関する理論的概念と実践的意義を学ぶ授業。	授業内容	20 世紀および現代の政治理論における主要な議論を学ぶ。
	授業形式	講義とセミナー	授業形式	講義とセミナー
	単位数	20	単位数	20
	サイズ	70人程度	サイズ	40人程度
	難易度 Course No.	普通	難易度 Course No.	難しい
	宿題の量	少ない	宿題の量	多い
	コメント	評価形式: 1500単語のレポート2本、期末試験。ビジネス学部の1年生の必修科目なので人数も多く、内容も比較的理解しやすかった。そのため、他2つのモジュールが難しかった分、理解できるというモチベーションにもつながった。	コメント	評価形式: 1500単語のレポート、2500単語のレポート。毎回のリーディング課題がとても重かった。人権に対するたくさんの先行研究を比較するという内容が主だった。

	科目名	.Economic Diplomacy and Leadership	科目名	Marketing Principles and Contemporary Practice
	授業内容	先進国と発展途上国が世界経済においてどのように交渉を行っているのかを学ぶ。	授業内容	デジタルマーケティングや消費者行動を通してマーケティングの基本と現代のマーケティングの形態について学ぶ。
	授業形式	講義とセミナー	授業形式	講義とセミナー
	単位数	20	単位数	20
	サイズ	40人程度	サイズ	60人程度
	難易度 Course No.	難しい	難易度 Course No.	普通
	宿題の量	やや多い	宿題の量	普通
	コメント	評価形式: 2000単語のレポート2本。国際政治という視点からの経済外交を見る視点が興味深いと感じた。セミナーは他の科目と比べると人数規模が大きかった。	コメント	評価形式: グループ発表、テスト、1500単語のレポート。実際の企業を例に授業が進められるので学びやすいと感じた。セミナーでは毎回課題が与えられ、それに対する答えをグループで発表するという形態で、楽しく学べた。
	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	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 まず聞き取れないことに困った。解決法としては、授業毎にレコーディングがあったため、それを聞くこと、授業内の友達に聞くこと、教授に直接話しに行くことをした。
3	授業以外の活動についてお書きください 留学始めの頃は寮に住む学生用にイベントがたくさん開催されていたので、友達を作るためにも積極的に参加した。他にも、留学生のグループ内で団欒を楽しむこともあった。また、ソサイエティは韓国文化ソサイエティに所属し、毎週の活動に友達と参加した。後期からはイベントマネージャーに立候補し、務めた。
4	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 寮(またはアパート、フラット)名とその場所 Cwrt Mawr C、大学の敷地内にある、主に国際学生用の寮。 設備についての簡単な説明 キッチン9人で共有、トイレとシャワーはそれぞれ2箇所にあったため、片方を5人で共有していた。部屋にはベッドと勉強机とクローゼットとシンクが備え付けである。 部屋について 1 人部屋 広さ 6 畳くらい ルームメートについて 8人: ナイジェリア、インド、カナダ、ペルー、アンゴラなど。私以外はみんなアベリストウイスの2年生か3年生で、既に1年以上は寮生活をしている学生だったため、特に問題はなかった。 寝具や生活用品の入手方法 全て自力で調達した。入寮する前に、寝具などの生活最低限バックを購入することをお勧めされるが、自分で揃える方が安く済むと思う。 生活の感想 大学が全体的に丘の斜面に面しているので、移動するたびに良い運動になった。タウンは丘を徒歩で20分ほどのところにあり、バスも走っているが、数が限られているのとお金もかかるため、歩くか、車に乗せてもらっていた。寮での生活は特に問題なく、不自由なく過ごせた。
5	食事についてコメントを書いてください 主に自炊で、時折外食やデリバリーなどをしていました。外食は特に高いので、交際費として必要最低限にし、自炊するときはパスタが500g70円くらいで安かったので、よくそれを食べていました。自炊でも外食でも不味さを感じたことは少なく、不便はありませんでした。

6	医療保険についてお書きください																																										
	渡航前に加入した保険																																										
	OSSMA PLUS																																										
	留学先大学にあった医療保険制度																																										
	NHS																																										
7	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)																																										
	・Microgynon 30をもらいに行った ・胸がとても痛くなり、エコー検査をした (全て保険でカバーされた)																																										
	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)																																										
	(現地通貨)																																										
	<table border="0"> <tr> <td>渡航旅費</td> <td></td> <td>65,360 円</td> </tr> <tr> <td>帰国旅費</td> <td></td> <td>73,000 円</td> </tr> <tr> <td>引越し(往復で)</td> <td></td> <td>0 円</td> </tr> <tr> <td>保険</td> <td></td> <td>60,600 円</td> </tr> <tr> <td>語学研修費</td> <td></td> <td>0 円</td> </tr> <tr> <td>留学先学費</td> <td>18,170</td> <td>3,690,875 円</td> </tr> <tr> <td>本学学費</td> <td></td> <td>200,000 円</td> </tr> <tr> <td>教材費</td> <td></td> <td>0 円</td> </tr> <tr> <td>住居費</td> <td></td> <td>0 円</td> </tr> <tr> <td>食費</td> <td></td> <td>生活費に含む 円</td> </tr> <tr> <td>その他(ビザ申請)</td> <td></td> <td>289,603 円</td> </tr> <tr> <td>(生活費)</td> <td></td> <td>300,000 円</td> </tr> <tr> <td>(旅行費)</td> <td></td> <td>200,000 円</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td></td> <td>約 4879000 円</td> </tr> </table>		渡航旅費		65,360 円	帰国旅費		73,000 円	引越し(往復で)		0 円	保険		60,600 円	語学研修費		0 円	留学先学費	18,170	3,690,875 円	本学学費		200,000 円	教材費		0 円	住居費		0 円	食費		生活費に含む 円	その他(ビザ申請)		289,603 円	(生活費)		300,000 円	(旅行費)		200,000 円	合計	
渡航旅費		65,360 円																																									
帰国旅費		73,000 円																																									
引越し(往復で)		0 円																																									
保険		60,600 円																																									
語学研修費		0 円																																									
留学先学費	18,170	3,690,875 円																																									
本学学費		200,000 円																																									
教材費		0 円																																									
住居費		0 円																																									
食費		生活費に含む 円																																									
その他(ビザ申請)		289,603 円																																									
(生活費)		300,000 円																																									
(旅行費)		200,000 円																																									
合計		約 4879000 円																																									
換算率 (£1 = 205~215 円)																																											
8	受給した奨学金(留学用、給付)があれば記入してください																																										
	業務スーパージャパンドリム財団(給付)																																										
	留学前の準備について教えてください																																										
	日本から持参すべきもの																																										
	常備薬、雨具(しかし、基本は現地で手に入る。)																																										
8	留学前にしておけばよかったこと																																										
	開始当初、知り合いがゼロで不安だったため、できれば現地の学生と繋がりを持ちたかった。																																										

9	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 評価方法が日本と異なる点。
10	留学の成果(学習面・精神面)を教えてください (学習面)英語力と興味分野における知識の両面で成長を実感している。各授業に毎週あるセミナーでは毎回たくさんの学術的な資料や文献を読むことが求められ、時を追うごとに抵抗感が薄れていったと感じる。また、英語でエッセイを書いた経験がゼロに等しく、初めは苦戦したが、数を重ねるごとに質の良いエッセイを書けるようになり、結果的にも前期より後期の方が評価も高かった。英語力は全体を通してもちろん表現の幅が広がったが、何より使うことや多少のミスへの抵抗がなくなったのは大きいと思う。興味分野に関しては、特定の分野を深く学ぶという授業スタイルにより専門性が高まったため、今後の卒論テーマにも活かしていきたい。(精神面)環境適応能力とタフな精神力が大幅に向上したと感じる。留学当初は現地に知り合いゼロ、友達ゼロの状態からスタートしたが、とにかく積極的に話しかける、参加するを意識したことですぐに友好関係を築くことができた。また、多少のハプニングが起きても動揺せず、それすら楽しめるようなマインドを手に入れた。
11	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 卒論執筆と就職活動をする予定。
12	留学を目指す後輩へのメッセージをお願いします 1年間の留学というのは大きな決断で簡単にできるものではありません。でも私は留学を決意したことで人生における財産を手に入れたと感じています。日本では築くことのできない友好関係や価値観に触れることができ、刺激のある毎日を過ごすことができました。留学してよかったと心から感じているので、皆さんにもこの経験を味わって欲しいです。ぜひ挑戦してみてください。
13	その他、ご自由に意見を書き込んでください