

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	エディンバラ大学	氏名	
国名	イギリス	学籍番号	
留学期間	2022年 9月 ~ 2023年 5月	記入年月日	2023年 6月 8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: 政治			
科目名	Politics in a Changing World: An Introduction for non-specialists	科目名	International Development, Aid and Humanitarianism
授業内容	1年生向けの政治の授業です。政治分野の基礎として経済や環境問題、テロや陰謀説まで様々なトピックを毎週勉強します。週のトピックを様々な視点から学びます。	授業内容	1年生向けのアフリカ研究の授業です。開発事業と人道支援の始まりから、今まで行われてきた実際のプロジェクトとその問題点を勉強します。
授業形式	毎週2時間の講義と1時間のチュートリアル	授業形式	週2日1時間の講義と1時間のチュートリアル
単位数	20	単位数	20
サイズ	講義は大きめ。チュートリアルは10人程度。	サイズ	講義は大きめ。チュートリアルは10人程度。
難易度 Course No.	Level 08	難易度 Course No.	Level 08
宿題の量	中間期末エッセイ(2000字と2500字)	宿題の量	中間エッセイ(1500)期末試験(3000字)
コメント	ざっくりと政治分野を学ぶにはお勧めの授業です。沢山の分野をしっかりと勉強できるので、自分の興味がある分野を知るのに役立ちました。ただ予習が多く、毎週最低でも4本のエッセイを読まないといけないので、大変でした。2学期に3年生以上向けの政治の授業を取るには、この授業か他の2つの決められた授業を取らないといけないので、履修してよかったと思います。	コメント	実際に開発事業に携わったことのある教授の講義を聴くことができ、実状を学ぶので興味深い授業です。どの事業にもある問題点を知ること、深い議論ができるようになります。予習課題が多く、また期末試験はオンラインで2時間で3問、それぞれ1000字で回答するのがとても大変でしたが、試験勉強をすることも授業の内容を知ることができるので、開発事業に興味のある人におすすめです。
科目名	Foundation Korean Language 1	科目名	Foundation Korean Language 2
授業内容	韓国語の基礎を勉強します。ハングル文字から勉強をし、簡単な日常の挨拶と文法や単語を勉強します。グループワークやペアワークが多いです。	授業内容	FKL1から少しレベルが上がります。主に文法の勉強で、グループワークやペアワークを通じてスピーキングの練習をします。
授業形式	講義とチュートリアルが週2時間ずつ	授業形式	講義とチュートリアルが週2時間ずつ
単位数	20	単位数	20
サイズ	1クラス15~20人程度	サイズ	1クラス15~20人程度
難易度 Course No.	Level 07	難易度 Course No.	Level 07
宿題の量	予習課題多め、試験頻繁	宿題の量	予習課題多め、試験頻繁
コメント	楽しい授業でした。予習であらかじめ先生が作ったスライドを見て文法を勉強し、教科書の練習問題を解いてから授業に参加しないといけないので準備に時間がかかります。ですが、授業は他の生徒と会話をすることが多いので友達を作りやすく、またKPOPなどの共通の趣味を持った友達ができやすいので良かったです。2週間に1回程度にオンラインで試験があります。	コメント	エディンバラ大学が提供している韓国語の授業の中で一番レベルが高い授業になるので、大変でした。他の生徒もレベルが高く、毎週授業についていくのが大変でした。しかし2週間に1回程度の頻度であるオンラインの試験のためにたくさん勉強をしますので、授業にはついていけるようになります。友達ができやすく、また先生もとても優しいのでおすすめの授業です。

科目名	.War and Justice	科目名	Sociology of Illicit Markets and Criminal Organizations
授業内容	正戦論を学びます。前半はJus in bello、後半はJus ad bellumに別れています。毎週異なる議題があり、その議論について勉強していきます。3年生以上向けの授業です。	授業内容	違法薬物やマフィア、ヤクザなどの犯罪組織を社会学の視点から観察します。犯罪者になる理由や、麻薬が横行する経緯などを学びます。3年生以上向けの授業です。
授業形式	講義週1時間、チュートリアル週1時間	授業形式	講義週1時間、セミナー週1時間
単位数	20	単位数	20
サイズ	講義50人程。チュートリアル12人程	サイズ	講義40人程度、セミナー20人程度
難易度 Course No.	Level 10	難易度 Course No.	Level 10
宿題の量	中間期末エッセイ(2000字ずつ)	宿題の量	中間期末エッセイ(1,500字、4000字)
コメント	勉強していて楽しい授業でした。エディンバラ大学の政治分野で一番有名な授業らしく、人気も高かったです。戦争行為の正当性について勉強をし、日本では全く勉強したことがない分野なのでとても興味深いです。ただ倫理的な話が多く、内容が複雑なので理解をすることがとても大変です。戦争に興味があり、履修したい人は早めに履修申請を出すことをお勧めします。	コメント	勉強していて楽しい授業でした。小規模の授業ですが、セミナーなどでは教授と実際にかかわることができるので、主体的に勉強ができる授業です。犯罪者の手書きの文書を読んだりなど、刺激的な授業です。しかし、私は社会学をあまり勉強したことがなく、4000字の期末エッセイがとても大変だったので、社会学の知識がある程度ある状態での履修をお勧めします。
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>講義では、自分にあったメモの取り方を見つけることに苦労しました。講義を理解するには、あらかじめ指定されている論文を読んでから講義に参加することで理解力が上がります。またチュートリアルやセミナーに備えないといけないので、予習が必要不可欠ですが、リーディングの量が多いため、とても大変でした。他の授業との勉強時間配分や、そもそもの英語の問題、そして長い論文から情報を整理して大切なポイントを読み取ることが始めは大変でした。1年生向けの授業では、まだリーディングのやり方に慣れていない生徒が多いことから、チュートリアルの先生が論文の読み方の指導をしてくれたり、またはYouTubeで論文の読み方を解説している動画を先生がお勧めしてくれました。自分では一つの論文にかける時間を決めたり、音読をしたりと色々方法を変えて取り組みました。また、チュートリアルとセミナーでは参加度が成績に反映するので、私はグループディスカッションが苦手でしたが、最低でも1回は毎回発言するという目標を立てて参加していました。</p>
3	<p>授業以外の活動についてお書きください</p> <p>授業以外の時間は課題をしていることが多く、図書館やカフェなどで友達と勉強をしたりして時間を過ごしていました。日本の大学よりも遥かに課題の量が多いので、授業数は少ないですが、勉強時間は津田にいるときよりも多かったです。エディンバラ大学の法学部の図書館がお気に入り、試験前によく図書館に行き勉強をし、お昼ご飯を友達と食べるが多かったです。カフェが多いので、友達とカフェ巡りをしたり、夕方から夜は友達の寮で料理をしたりしました。また大学のジムに加入し、泳いだり走ったりなど運動するように心がけていました。さらに、私はHarry Potter Societyに参加していました。ハリーポッターのサークルのようなものです。月に1回イベントがあり、寮の組み分けや街のツアー、杖作りなどに参加しました。</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>9月から11月中旬まではBeaverbankに住んでいました。大学から歩いて40分、寮のシャトルバスでは15分程度の距離にあります。11月中旬からはEast Newington Placeに住んでおり、大学から徒歩15分程度のところにあります。</p> <hr/> <p>設備についての簡単な説明</p> <p>寮はケータリングか自炊、そしてバスルームを共有するか個人で持つか選ぶことができます。私は自炊の寮に住んでいました。Beaverbankでは自分のバスルームがありましたが、East Newington Placeでは他3人の女の子と共有していました。キッチンも両方の寮とも共有です。バスルームが共有の寮は、毎週掃除が入り、共有エリアはすべて掃除してくれるので、自分のバスルームがついている寮よりは清潔度が高いと感じました。また洗濯機と乾燥機は寮にあります、威力が強かったり、たまに全く乾かなかつたりと機能性は悪いです。基本はエディンバラ大学が提供している寮に住む方が大学から近く、安く、楽なのでお勧めです。しかし古いのでエレベーターがなかったりシャワーの温度が変えられなかったりなど、寮や部屋によって当たりとハズレがあります。寮の振り分けは大学側が決めます。</p> <hr/> <p>部屋について</p> <p>1 人部屋 広さ 6 畳くらい</p> <p>ルームメイトについて</p> <p>Beaverbankではキッチンで2人のイギリス人1年生と日本とフランスからの留学生と共有していました。East Newington Placeではイギリス人の1年生1人とアメリカとフランスからの留学生と住んでいました。フラットメイトは運で、いい人もいるし汚かったりうるさい人もいます。East Newington Placeではアメリカ人とイギリス人のフラットメイトと仲が良かったので、一緒に旅行に行ったりチーズフォンデュやチョコフォンデュをしたりしました。</p> <hr/> <p>寝具や生活用品の入手方法</p> <p>エディンバラ大学で寮の受け入れを認証した際に、UniKitというサイトで寝具や生活用品の購入を勧められます。私は夕方にエディンバラに着く予定だったので、少し高かったですがUniKitで寝具をあらかじめ購入し、部屋に着いた時には寝具が部屋に届いているようにしました。他はAmazon Prime Studentに介入して炊飯器など必要な物を購入したり、近所のスーパー(TescoやLidl)で徐々に買い足していきました。UniKitの調理器具は質が悪かったので、買うことをお勧めしません。私は留学が終わったら食器などは全部置いて帰る予定だったので、プラスチックの安いものをTescoで買い、1年間過ごしていました。たまに調理器具やお皿はフラットメイトと共有している人もいますので、寮に到着してからフラットメイトと相談するのもいいと思います。</p> <hr/> <p>生活の感想</p> <p>エディンバラは歩いてどこまででも行けるので、学生にはとても住みやすい街でした。夜も週末は特に人通りが多いので、一人で歩いてもあまり心配はいりませんでした。またスコットランドは21歳以下はバスを無料で乗ることができるので、雨が降った時などはバスを使ってキャンパスまで通っていました。友達も大半が大学周辺の徒歩圏内に住んでいることから、友達のフラットで遊ぶことも楽にできます。街にはおしゃれなカフェが多いので、友達とお茶をしたり、また観光地もすべて徒歩圏内にあるので、エディンバラは歩くのが沢山あり、とても楽しい街だと思いました。しかし道路が石畳なので雨が降るととても滑りやすく、また平らではないので、スニーカーが必需品です。雨がよく降りますが、風が強いので傘をさしても意味がなく、フード付きの上着や手袋などがあると過ごしやすそうです。</p>
5	<p>食事についてコメントを書いてください</p> <p>「イギリスはご飯が不味い」とよく聞きますが、そうでもありません。ただ、ランチの選択肢の大半がサンドイッチなのが残念でした。レストランも不味いわけではありませんが、食べ物の質の割には値段が高いと感じます。外食は高いので、自炊をする方が出費を抑えることができます。スーパーでは特に野菜、バナナ、卵などが安いです。全体的に食材の質があまり良くないので、他の国に旅行した時に「イギリスのご飯はおいしくない」と感じますが、普通に生活できるので心配しなくて大丈夫です。エディンバラはアジア人の人口が多いのでアジア系スーパーが多くあります。そこでみりんなどの調味料やカレーのルーなどを時々買っていました。</p>

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	
	ジェイアイ傷害火災保険(大学で勧められた保険)	
	留学先大学にあった医療保険制度	
	NHS(イギリスの国民保険)	
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)	
	メンタル、ものもらい、ハイキング中に転んで手に刺さったトゲ	
	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)	
	渡航旅費	16万1880 円
帰国旅費	11万8695 円	
引越し(往復で)	円	
保険	23万 円	
語学研修費	円	
留学先学費	£20,700 351万9000 円	
本学学費	10万 円	
教材費	£45.23 7,689 円	
住居費	£4,824.18 82万110.6円 円	
食費	£1,369.66 23万2842.2 円	
その他(日用品)	£599.13 10万1852.1 円	
(交際費)	£1,362.7 23万1659 円	
()	円	
合計	399万4170 円	
換算率 (£1 = 170 円)		
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ーム財団 給付型の奨学金 120万円		
8	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	
	履きなれたスニーカー(雨が降っても靴下が濡れず、すべらない靴)、洗濯ネット数枚(洗濯機の威力が強く、破けるので少し多めに持って行くといいです)、小さい物干しのハンガー(乾燥機で乾ききらなかった時に便利です)、クレジットカード最低2枚(デビットカードでも◎。違うカード会社で、海外からでも上限金額の操作などができるブランドが良いです)、プラグ変換機(海外の電圧に対応した、日本のプラグで差し込める延長コードがあると便利です)、冬服、フード付きの雨に濡れてもいい上着、折り畳み傘、薬、足つぼマッサージ(たくさん歩く日が多いので、あるとスッキリして気持ちがいいです)、時短調理器具(特にみじん切りにできる器具が個人的には良かったです)、ポンド現金(多くのレストランで学割が使えますが、現金しか受け付けないところが多いです。あとは田舎の方に行くとトイレが有料で、現金しか受け入れないところもありました)、ユーロ現金(多分ヨーロッパ旅行に行くこともあるので、現金があると便利です)、薄手の可愛いトップス(パブやパーティーなどで着る機会があります)、カメラ(思い出記録用)、日記帳(思い出記録用)、エコバック、日本の可愛い小物やシール(仲良くなった友達にあげると喜ぶます)、スキンケア	
留学前にしておけばよかったこと		
現地のリサーチです。特に私はお金に関するリサーチを怠ったので、クレジットカード1枚と現金しか持っていかず、大失敗だったと思います。Apple payの設定をしていなかったり、またVisaカードだと送金ができなかったりなどがあるので、お金に関するリサーチはしておいた方がいいと思いました。あとはTik tokなどでエディンバラの行きたい場所をあらかじめ調べていくといいと思います。かわいい場所や有名な場所が沢山あるので、事前に調べておくどこに行きたいか悩まず、時間を無駄にすることがなくなると思います。あとはWelcome weekのイベントの予約です。この週はソサイエティなど沢山の大学の団体がイベントを開催しているので、行くかわからなくても、興味があるイベントは予約しておくといいと思います。直前になると予約がいっぱいでイベントに参加できないことが多かったです。あとは料理のレポートを増やすことです。日本であらかじめ料理の練習をしておくことで、留学先で料理に時間をそんなに費やさなくなると思います。		

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>学習面ではスコットランドの訛りに慣れることが大変でした。しばらく何を言っているのか全く理解できませんでしたが、半年ほどたってやっと慣れました。フラットメイトがグラスゴー出身の子で、始めは全く会話が成り立たなかったのですが、途中からは少しわかるようになり、スコットランドの言葉を教えてもらったりなどしていました。生活面では天気に慣れることが大変でした。特に冬は日照時間が短く、2時間ほどしか太陽が出ていないことが多いです。午後4時には外が真っ暗になっていたため、生活リズムが崩れなように体調管理に気を付けていました。太陽の光が少なく、また課題や海外生活などのストレスでメンタルに影響が出やすくなるので、ビタミン剤を毎日飲んでいました。また、2学期からは大学のジムのメンバーシップを購入し、運動をすることでストレスを発散し、メンタルヘルスに気を使っていました。</p>
10	<p>留学の成果(学習面・精神面)を教えてください</p> <p>日本にいたときと比べて勉強量がとても多く、また授業もレベルが高く自分の意見を持たないといけなかったため、英語力も含めて、学習面ではより深く物事を考えられるようになったと思います。勉強をしていて、上辺だけの回答ではなく、しっかりと根拠を提示して理由を述べることもできるようになったと思います。また勉強の選択肢が広いことから自分が何に興味があるのかを見極めることもできたと思います。特に多くの論文やエッセイを書いたことで、どのように議論を進めれば説得力があるのか、またどのような構成で話を展開していけばいいのかわかるようになったので、毎回エッセイに費やす時間が短くなっていくと感じました。精神面でも成長したように感じます。留学を終えて多くの課題をやりこなしたことや、複雑な手続きをこなすことができたことで、自分の自信に繋がりました。また留学中に多くの人に出会ったことから、考え方が柔軟になったこと、またヨーロッパの方がアジアよりもメンタルヘルスに対する理解やサポートが浸透していることから、自分との向き合い方や感情の管理などが上手できるようになったと感じます。</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>私は津田塾大学卒業後は国際関係学の修士課程を取得するために、海外の大学院への進学を希望しています。特に現在はロンドン周辺か、またはアジア圏内の大学院で勉強をしたいと考えています。エディンバラ大学で受講したWar and Justiceという授業がとて興味深かったため、正戦論を中心に勉強をしたいと思っています。その後はロンドンで就職を希望しています。</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>留学は準備も含めて大変なことが多いですが、その大変さをかき消すぐらいの楽しさがあるので、大学生活中に留学に行くことはとても良いことだと思います！留学は言語を上達させる以外にも、一人で海外で暮らすことによって得られる生活スキルや自分に対する自信など、大変なことを乗り越えてこそ得ることができるものが沢山あると感じます。留学先には様々な人がいて、毎日刺激が強い日々です。色々な人と会うことで自分の常識や、将来の予定、また自分に対する考え方や人生の見方が大きく変わることがあると思います(少なくとも私はそうでした！)。外国に行くことでホームシックになったり、帰国後の進路など不安なことも多いですが、どんなに小さいことでも毎日の生活が新鮮で、人と会うことで学べるものが沢山あるので、留学に行くメリットは本当に大きいと思います。留学に行くまでの大学への書類の準備だったり、必要な英語スコアの獲得やビザの申請など大変なことが多いですが、留学先で友達と楽しい時間を過ごしたり、大きな大学の図書館で勉強をしている自分の姿を想像しながらモチベーションとテンションを上げて、準備を頑張ってください！日本語でない言語で生活をし、勉強をすることは自分の自信にも繋がります。最後にアドバイスとしては、留学が決まったら現地のリサーチをしっかりとすることです。特にお金関係は重要です。私はクレジットカード1枚しか持って行かず、クレジットカードの上限でカードが使えなくなったり、現地でオンラインの銀行口座の開設ができなかったなどのお金面のトラブルが多かったです。なので、留学の書類準備だけでなく、生活面でのリサーチもしっかりして、留学生活を楽しんでください！！</p>
13	<p>その他、ご自由に意見を書き込んでください</p> <p>私は高校生の時に1年間アメリカに留学をしたので、ここでは高校留学と大学留学の比較を通じて、大学留学がどのような感じだったか書いていきたいと思っています。まず大学での留学は勉強が生活の中心になると思います。高校ではあまり勉強する必要がありませんでしたが、海外の大学では、授業数は少ないですが、予習や課題が多いので、試験前でも勉強している時間がとても多いです。試験前は特に大変ですが、終わった後の達成感が大きいです。言語面では、大学留学の方が求められる言語力が高いです。高校では他の留学生的英語のレベルもそんなに高くなく、また現地のアメリカ人と留学生的の存在の差がはっきりしていたので、言語面での周りからのサポートは大きかったですが、大学では正規の生徒としての留学生的が多いことから、現地出身の生徒と留学生的との扱いの差がありません。なので、授業で先生がゆっくり話してくれたり、また生徒間でも留学生的のことを考慮して話すことはありません。交換留学生的も含めて、大学ではみんなの言語力が高いと感じました。なので、日本でできるだけ現地の言語を実践的に使えるようにした方が、友達作りやすいと思います。生活面において、高校時代はホームステイだったので自分で料理や掃除をする必要もなく、家に帰ってもホストファミリーがいたことからホームシックにはなりませんでした。大学では寮生活なので自分の身の回りのことをする必要があることから時間の管理が必要なこと、あとは孤独感が強いと感じました。でも一人なので自由に生活できるとことが良かったです。</p>

※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)

※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。



春のエディンバラは桜がキレイです！エディンバラのトートバックはエディンバラ大生の必需品です！

フラットメイトとスコットランド旅行に行きました(オレンジが私)。後ろの川に顔を10秒つけると永久の美が手に入るらしいので、真冬の川に顔を付けて



ロンドンの大学に通う高校時代の友達を尋ねに行きました！ちょうど戴冠式の時にロンドンにいました。ロンドンエディンバラから電車で4時間ほどで行けます。

Law Libraryです！試験前は座れないほど生徒であふれています。法学部の生徒でなくても利用できます。ホグワーツの図書館のような雰囲気です！



フランス人の友達にクレープの作り方を教え

