

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	リーズ大学	氏名	
国名	イギリス	学籍番号	
留学期間	2023年 9月 ~ 2024年 6月	記入年月日	2024年 7月 30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: 社会学・社会政策			
科目名	ELU1002 English for Communication	科目名	SLSP1213 Formations of Coloniality and Modernity
授業内容	英語でのコミュニケーション・プレゼンテーションの実践的な練習。留学生用のクラス。	授業内容	西側諸国の植民地化にが現代に与える影響を社会学の理論やケーススタディを通して考える授業
授業形式	セミナー(週3コマ・各1時間)	授業形式	講義とセミナー(週1コマずつ・各1時間)
単位数	20	単位数	20
サイズ	20人程度	サイズ	100人
難易度 Course No.	簡単	難易度 Course No.	難しい
宿題の量	ほぼなし(10分程度の授業準備とプレゼン準備)	宿題の量	毎週課題図書30ページと授業準備
コメント	日本人の留学生が多く受講していた。英語における基礎的な日常会話から、他の授業にも応用可能なプレゼンの機会があり気軽に参加できる授業であった。講師との距離が近く、授業外の時間に他の授業や生活面での相談にも真摯に乗ってくれたことが印象的であった。	コメント	留学中一番大変だった授業。予習の課題図書が多いので、慣れていない初期の頃は授業以外の時間をこの授業の予習に充てていた。セミナーでは5人程度でグループワークを行うので、あまり慣れていないトピックについて英語で議論することが個人的にストレスであった。出席を取らないので、出席する生徒の数が最終的に20人ほどになったのが衝撃的。
科目名	Debating Welfare States(SLSP1221)	科目名	Crime and Society
授業内容	政治理論を基にイギリスの社会福祉制度がイギリス社会に対する影響を理解する。	授業内容	昨今起きている犯罪の原因や社会に与える影響に関する授業。犯罪のメディア分析が最終課題。
授業形式	講義・セミナー(週1コマずつ・各1時間)	授業形式	講義・セミナー週1コマずつ・各1時間)
単位数	20	単位数	20
サイズ	100人	サイズ	120人
難易度 Course No.	普通	難易度 Course No.	普通
宿題の量	毎週課題図書30ページと授業準備	宿題の量	課題図書20ページ
コメント	座学では基本的に知識や政治理論について学び、セミナーでは10人程度の少人数でケーススタディを行った。座学でわからないことも多くあったが、セミナーの担当講師のオープンアワーに質問することによって解決できた。イギリスの社会福祉政策について学生の視点から社会政策に対する疑問や懸念を共有することができとてもおもしろかった。	コメント	Debating Welfare States(左)同様、全体講義とセミナーで構成されており、最終課題の対策として2回ほど通常の授業の時間外に対策セミナーがあった。他にもセミナー講師のサポートも手厚く、少人数なので友達もできやすい印象だった。ただ、一部講師のアクセントが独特で友人にサポートしてもらった。

科目名	.Introduction of Mucial Theater	科目名	Making Sense of Society
授業内容	ミュージカルの構成・音楽・ダンスによる時代背景や流行の反映方法の分析。	授業内容	社会学の基礎的な理論に関する授業。マルクスをはじめとする社会学者と理論について理解する。
授業形式	セミナー(週1コマ2時間)	授業形式	講義・セミナー(週1コマずつ・各1時間)
単位数	20	単位数	20
サイズ		サイズ	60
難易度 Course No.	普通	難易度 Course No.	普通
宿題の量	事前準備用のリーディングがたまにあった	宿題の量	毎週課題図書30ページと授業準備
コメント	津田塾にはない授業だと思い、他学部の授業ではあったが受講することにした。基本的に先生の講義+グループディスカッションだったが、難しい用語やカジュアルな会話がメインだったので楽しく参加できた。また、固定班に日本人が三人いたため心強かった。	コメント	事前に提示されるオンラインの文書を読み、その内容について講義があり、セミナーでケーススタディをする。現地生の出席率があまりにも少なく、本来15人程度のセミナーに毎回10人弱出席していたのが衝撃だった。社会学の理論がメインではあったが、ケーススタディで現代への反映され方を説明していてわかりやすかった。
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>社会学部の授業では、現地の社会福祉制度や国の政策・社会学の基礎についてが多かったため、政策名や概念を英語で理解できないことに苦労した。日本語ではわかる単語が、英語で言われるとすぐに理解できず、その理解できない間にも授業は進んでしまうので、授業についていけないことも多かった。そこで、担当教員のOpen Hourを積極的に利用して、授業でわからなかった部分の質問や、授業の予習についてのアドバイスをもらい実践した。一度悩みを共有したことで、授業内でのフォローも手厚くなったと感じた。</p>
3	<p>授業以外の活動についてお書きください</p> <p>課外活動として、ボランティアサークルのHomedに所属し、街にいるホームレスの方にフリーフードを提供するボランティアに参加した。イギリスの社会福祉政策についての講義を受講していたので、授業のケーススタディとして住居がなく路上で生活されている方に対してイギリスの政策がどのように影響を与えているのかという当事者からの生の声を聞く良い時間だった。また、ボランティアを通じて現地の学生と交流し、日本とイギリスの若者の政治に対する熱量の違いを知ったり、留学生活で困っていることを相談したりと、新しい人脈を広げるいい機会になった。また、Leeds Hospital Charityという地域の「ボランティアイベント」にも参加することで地域の方と交流できたことが良かった。</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>学生寮CitySideのBlock A 大学の敷地に隣接しており、大学のメインビルであるUnionまで徒歩10分以内。また、キャンパスとリーズの中心街の間に位置しているため日常的な買い出しに便利だった。(Morrisonsまで5分)</p> <p>設備についての簡単な説明</p> <p>トイレ・シャワールーム付きの一人部屋。キッチンとダイニング(テレビ付き)はフラットメイト(6人)で共用。洗濯機と乾燥機は寮の一階に各6個ずつ設置されていますが、Block Aに住んでいる人全員で共用なので時間帯によっては(特に夜)混んでいて使えないことがある。また、洗濯機乾燥機ともに毎回使用料を払って使用するシステムで、大学から支給される£90分のポイントを使い切ると、そのあとは自費で使用しなければならない。CitySideに住んでいる学生専用のジムがっている。</p> <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>日本(2)、韓国、スペイン、サウジアラビア、イギリスと多国籍な寮で、全員女性だった。(性別に関しては事前に申請可能) 清潔感や騒音に関するトラブルは一切なく、フラットメイトが友人を招待する時にも必ず確認してくれたので、とても居心地の良い空間だった。月に1回程度全員で集まってご飯を食べる機会を作り、各国の食べ物を持ち寄り、ピザを頼んだりと仲を深める機会もあった。</p> <p>寝具や生活用品の入手方法</p> <p>円安の影響で、現地での買い物はなるべく減らしたかったので、掛け布団・枕(日本のIKEA)、食器・箸は日本から持参した。それ以外の生活用品はMorrisons, Home Bargain, 現地のIKEAで購入した。また、リーズには日本人留学生(正規/交換問わず)が多くいるので、現地でも出会った日本人の友人からお皿数点を譲り受けた。</p> <p>生活の感想</p> <p>日本で大学生をしていた時よりも時間に余裕があったので、大学の事前準備や友人との外出に時間を割くことができとても良かった。風呂トイレが個別なので、衛生面の違いに関する不満や生活音に関する不満は一切なく、共有部についても事前にゴミ捨ての当番などを擦り合わせていたので、一年を通して快適に過ごすことができた。</p>
5	<p>食事についてコメントを書いてください</p> <p>食事がついていない寮を選んだので、自炊が基本で日本食を作って食べていた。日本では実家暮らしだったので自炊を選択したことに不安を感じたが、結果的に自炊を選んで日本食を食べれる環境だったのは、ホームシック軽減に大変役立ったと思っている。リーズにはアジアスーパーがたくさんあり、割高であることを割り切れば日本の調味料やお菓子を買うことができたので、ホームシックがひどい時にはご褒美として日本のお菓子を食べたこともあった。外食も噂に聞くほどまずいわけではなく普通に美味しいが味が薄めで何より割高なので、基本は自炊で友人と会う時に外食を使っていた。</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																																													
	AIG損壊保険株式会社 海外旅行保険(契約タイプ: WS5)																																													
	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)																																													
	なし																																													
	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>923</td> <td>180,000 円</td> </tr> <tr> <td>帰国旅費</td> <td>796</td> <td>150,000 円</td> </tr> <tr> <td>引越し(往復で)</td> <td>300</td> <td>60,000 円</td> </tr> <tr> <td>保険</td> <td>1,280</td> <td>215,120 円</td> </tr> <tr> <td>語学研修費</td> <td>0</td> <td>0 円</td> </tr> <tr> <td>留学先学費</td> <td>17,800</td> <td>3,448,880 円</td> </tr> <tr> <td>本学学費</td> <td>1,020</td> <td>200,000 円</td> </tr> <tr> <td>教材費</td> <td>3</td> <td>500 円</td> </tr> <tr> <td>住居費</td> <td>7,760</td> <td>1,520,960 円</td> </tr> <tr> <td>食費</td> <td>2,550</td> <td>500,000 円</td> </tr> <tr> <td>その他(交際費)</td> <td>500</td> <td>100,000 円</td> </tr> <tr> <td>()</td> <td></td> <td>円</td> </tr> <tr> <td>()</td> <td></td> <td>円</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>32,932</td> <td>6,375,460 円</td> </tr> </table>	渡航旅費	923	180,000 円	帰国旅費	796	150,000 円	引越し(往復で)	300	60,000 円	保険	1,280	215,120 円	語学研修費	0	0 円	留学先学費	17,800	3,448,880 円	本学学費	1,020	200,000 円	教材費	3	500 円	住居費	7,760	1,520,960 円	食費	2,550	500,000 円	その他(交際費)	500	100,000 円	()		円	()		円	合計	32,932	6,375,460 円	<table border="0"> <tr> <td>換算率 (£1</td> <td>=</td> <td>195 円)</td> </tr> </table>	換算率 (£1	=
渡航旅費	923	180,000 円																																												
帰国旅費	796	150,000 円																																												
引越し(往復で)	300	60,000 円																																												
保険	1,280	215,120 円																																												
語学研修費	0	0 円																																												
留学先学費	17,800	3,448,880 円																																												
本学学費	1,020	200,000 円																																												
教材費	3	500 円																																												
住居費	7,760	1,520,960 円																																												
食費	2,550	500,000 円																																												
その他(交際費)	500	100,000 円																																												
()		円																																												
()		円																																												
合計	32,932	6,375,460 円																																												
換算率 (£1	=	195 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																																													
	卒業生からの奨学金(給付)																																													
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																																													
	<p>多めの日常薬: 情けないことに私は月一程度に風邪をひいてしまって、途中で日本から持ってきていた薬がなくなってしまったので急遽日本から送ってもらった。イギリスの薬も試したがやはり怖いのでいざという時のために多めに持っていくことをおすすめする。</p> <p>電子辞書: パソコンで代用していたが、あまりにも使用頻度が高くて持っていけば良かったと後悔した。</p> <p>・お気に入りの日本食・お菓子: 日本のご飯・お菓子はやっぱり美味しい。ホームシックになった時に日本から持ってきていたグミを食べて気を紛らわせたので、いざという時に食べるように持って行ってほしいと思う。</p> <p>日本製の文房具: 海外製は高い割にすぐ壊れるので、普段使っている文房具や替えを持っていくと安心かも。</p> <p>フリーズドライの日本食・おかゆ: 体調を崩しやすかつたということもあり、食べ慣れた味&手軽さに大変重宝した。</p>																																													
留学前にしておけばよかったこと																																														
<p>①所属学部の基本的な知識(英語で)と用語に慣れておく。日本の専攻と渡航先の選考が違ったので、理論の意味や聞き馴染みのない単語を調べる時間を減らせていけば、もう少し授業の予習復習が楽になっていたのかもしれないと感じた。</p> <p>②渡航先のニュースや社会情勢の情報を意識的にチェックする。ニュースをチェックしておくことで現地の常識や様子について親しみを持つことができるので、渡航後のありとあらゆるハードルが低くなる気がした。セミナーの教授のアドバイスでニュースを見る習慣がついたが、それを渡航前からできていれば知っている文化や情報の範囲が広がっていたらと思う。</p> <p>③みんなが知っている趣味など会話の引き出しを用意しておく。私は洋楽が好きで、アーティストや曲で会話のきっかけを作ることができたが、逆に映画や現地のテレビショーには疎く、会話についていけないことがあった。無理に好きになる必要はないけれど、聞いたことがある・知ってるということは新しい環境での会話において自分を助けてくれると感じたので、適度に流行にも触れておくのがいいかもしれない。</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>【学習面】聞き慣れない社会学の理論やイギリス人なら当然知っている社会常識などを知らない分、社会学・社会福祉の授業を受ける際にとっても苦労した。まずは、事前学習として提示される文献がとても多く、渡航後3ヶ月は予習に関するコツを掴めず空き時間予習ばかりしていた。また、授業を受けても、半分程度しか内容が分からず、家で授業の録画を見ることになっていたため、津田の授業で感じていた以上に、英語で予習・授業・復習をする大変さを実感した。</p> <p>【生活面】10月ごろから徐々に短くなる日照時間とどんよりとしたイギリスの天気が原因で体調を崩したり、現地での人間関係で悩んだり精神的・身体的に負担が大きかった。11月ごろはちょうどホームシックになった頃だったので、夜の時間が長い分安全のためにも自室に籠る時間も増え、慣れない友人関係にも疲れて、塞ぎ込んでしまった。徐々に生活にも慣れ、クリスマスシーズンも始まったことで改善したが、イギリスの冬は噂通り厳しいなあとしみじみ思った。</p> <p>【その他】フラットメイトがムスリムだったので、食の多様性について正しく理解するのに時間がかかった。</p>
10	<p>留学の成果(学習面・精神面)を教えてください</p> <p>【精神面】留学を通して、周りに頼ること・助けを求めること(わからないものをわからないと言うこと)のハードルが下がった。授業についていけなくなってしまった時に、セミナーの担当講師のオフィスパワーを活用し、授業についていけないことを相談すると、授業内で気にかけてもらえるようになったり、予習の方法を提案してもらったりと、一人で悩んでいる時よりも効果的な解決策が生まれただけでなく、新しい環境で相談できる人がいる安心感を得ることができた。それ以降、意識的に周囲の人間に悩みを共有するようになり、友人との仲や授業の理解度が深まった。</p> <p>【学習面】語彙力の面でネイティブが使用する表現を学び使えるようになっただけでなく、自分の今ある語彙力の中で状況を説明する運用能力が一番成長できたと感じている。日本語をそのまま英語に翻訳するのではなく、自分の力で伝えられるように変換することで、自分の力で話すことの自信や会話の中でボキャブラリーを増やす楽しみが増え、英語学習により熱心に取り組めるようになった。</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>【勉強面】現在3年後期の履修を再開している。リーズ大学での日々を通して、社会福祉や社会階級に対する関心が深まり、特にホームレスの方を含めた今支援が必要な人に対するアプローチについて興味を持つようになった。3年セミナーでは異文化コミュニケーション専攻なので、社会におけるバックグラウンドの「違い」と日本社会について学習している。ゼミが英語で行われるため、イギリスで学んだ語学力を活かしてより具体的な討論を行いたいと思っている。</p> <p>また、留学後以前所属していたNGOのスタッフを始め、劣悪な住居環境に住む方へのボランティアを担当している。自分ではもうどうしようもなく、社会制度や政策でも掬い上げられない方へのアプローチを通じて日本の社会階級や福祉政策の影響を実践的に学んでいる。</p> <p>【就活】日系企業に就職活動中。留学中に参加したロンドンキャリアフォーラムの経験も活用しながら、海外支社がある企業をメインに業種問わず幅広く企業研究をしている。</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>今まで留学を経験してきたどの先輩たちもおっしゃっていたことですが、私の留学体験は「行ってよかった」の一言に尽きます。</p> <p>留学に行く理由は人それぞれで、語学力・異文化理解力・世界へ視野を広げるなど様々ですが、私が海外留学を志したきっかけは「海外で勉強すること・生活することへの純粋な憧れ」でした。コロナ禍で留学を諦める直前に、やっとな行けるかもしれないという希望がみえ、2年生の時、国際センターの方に勧めていただき協定校に申し込みました。実際にリーズに行くと、新しい環境で0からスタートする不安と興奮、憧れていた景色が目の前に広がっている感動、新しく来た場所が安心する居場所になっている安心感。ホームシックや人間関係で悩み、授業についていけず苦しいこともあったけど、その瞬間すら楽しいと思える幸せな時間でした。また、私が仲良くしていた友人たちも世界中から集まった交換留学生だったので、世界中に人脈ができたのは1番大きな収穫でした。10ヶ月という長くて短い期間で築いた交友関係が、新しい文化や言語を学ぶモチベーションや「また会いたい」という人生の目標になって、今の自分を支えてくれています。自分の人生設計の規模が、世界に広がったことは間違い無いです。もし後輩の皆さんが挑戦できる環境、挑戦に理解のある環境にいるなら、自分の気持ちに正直にわくわくする選択をしてほしいと思います。応援しています。</p>
13	<p>その他、ご自由に意見を書き込んでください</p> <p>評判が良かったお土産 ・ヨックモック(クッキー) ・ジェットストリームのボールペン(アレルギーや宗教上の理由で食べ物のお土産が不安だったので文房具も持参したところ大好評だったのでおすすめ。)</p> <p>案外リアクションが普通だったお土産 ・抹茶のお菓子(イギリスでも買えるし、人によって好き嫌いが分かれる。) ・百貨店で買える日本っぽい柄のメモ帳</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)

※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。