

## 【終了報告書】

研修先大学/ 活動先機関名	University of Sydney	参加 プログラム名	春期語学研修シドニープログラム	国名	オーストラリア
氏名		学籍番号		学科	英語英文学科
参加時の 学年	1年	参加費用 (日本円で概算)	100万円		
参加日程	2026年 2月 7日 ~	2026年 2月 28日 ( 3 週間)		記入年月日	2026年 3月 6日

## ① 参加前について

研修・活動に参加する目標は何でしたか。

将来は英語を用いて海外の人々と協働し、いずれは英語圏で働くことにも挑戦したいと考えていました。そのためには、異なる国籍や母語を持つ人々と円滑に意思疎通を図るための英語力が不可欠であり、国際的な環境で活躍するためには実践的な英語運用能力を身につける必要があると考えました。特に、海外で生活しながら英語を使用する環境に身を置き、多様な文化や価値観に直接触れる経験は、語学力だけでなく国際的な視野を広げる上でも重要であると捉えていました。2025年度夏期語学研修ではイギリスに渡航し、異文化環境の中で学ぶことで英語力と視野が大きく広がることを実感しました。その経験を踏まえ、今回はイギリスと同様に多文化社会であり、さまざまな文化的背景を持つ人々が共生するシドニーで学ぶことで、より実践的な英語運用能力を高めるとともに、異文化理解をさらに深めたいと考えました。また、帰国後はTOEICやTOEFLなどの英語の資格勉強にも継続して取り組み、研修で培った英語運用能力を確かな実力として定着させたいと考えていました。

## ② プログラムについて

研修・活動の感想

英語の文法や読解問題だけではなく、実際のコミュニケーションにおけるマナーについても学ぶことができた。例えば、交流の場で誰かと会話をした後には別れる際、単に“Thank you”と言うのではなく、“Thank you for your time.”や“It was nice talking with you.”など、相手と話せてよかったという気持ちを伝える一言を添えることが礼儀として大切であると教わった。“Thank you”は道案内など何か具体的に助けてもらったり教えてもらったりした際に使うという点も印象に残っている。

また、文法の復習をした後に“Kahoot”という四択クイズ形式のアクティビティにも取り組んだ。仮定法過去など、日本語で理解するのが難しく、大学生でも苦戦するような文法を改めて学び直し、それに関する問題をペアで協力してできるだけ早く答えるという形式だった。ゲーム感覚で学ぶことができ、ペアの相手とどうすれば点を稼ぐことができるかと考えながら取り組めたことがとても楽しかった。

一番多かったのはプレゼンテーションだった。例えば、日本語と英語の違いについてグループで考え、文字体系、発音の特徴、言語の起源などの観点から整理した。日本語は漢字・ひらがな・カタカナの三種類の文字を使うのに対し、英語はアルファベット一種類であることや、英語はアクセントが比較的強いのに対して日本語は平坦な発音が多いことなど、言語の特徴について改めて考える機会となった。グループ内で役割を分担し、調べた内容を一枚の大きな紙にまとめ、それをもとにプレゼンテーションを行った。

プレゼンテーションでは、聞き手全員の目を見ること、大きな声で話すこと、スクリプトを丸暗記しないことなどが重要だと先生から指導を受けた。最初は、スクリプトを覚えないと要点を十分に説明できず、聞く人に伝えたいことを伝えられないのではないかと感じていた。しかし、先生の指導の意図は、発表内容を深く理解し、要点を自分の言葉で説明できるようになることだと気付いた。自分の発表内容をしっかり理解し、聞き手にどのように伝えるかを考えて念入りに準備することが重要なのだと学んだ。

研修・活動以外の部分についての感想

ホストファミリーとの生活や友人との日常会話を通して、言語だけでなく文化や価値観の違いについても多くの気付きを得ることができた。ホストファミリーとの生活の中で特に印象的だったのは、謝罪表現の使い方の違いである。日本では、何かをお願いする時や人に話しかける時など、さまざまな場面で「すみません」と言うことが多いが、オーストラリアでは実際に相手に迷惑をかけた場合など、本当に謝る必要がある場面でのみ“sorry”を使うことが多いと感じた。この違いを通して、日本とオーストラリアのコミュニケーションの感覚の違いを実感した。

また、研修期間中は常に一緒に行動していた友人と、できるだけ英語で会話するよう心がけた。会話の中で適切な単語や文法がすぐに思い出せない場合には、その都度調べたり、より簡単な表現に言い換えたりしながら、お互いに伝え合う工夫をしていた。このような日常的な会話を通して、授業だけでなく生活の中でも英語を使うことの大切さを実感することができた。

さらに、現地のお店を訪れることも印象的な経験だった。特に「Yo-Chij」というフローズンヨーグルトのお店は、セルフサービス形式で自分の好きな量のヨーグルトやアイスクリームをカップに盛り付け、チョコスプレーやいちご、コーンフレークなどのさまざまなトッピングを自由に選ぶことができ、最後に重さによって料金が決まる仕組みになっていた。味もとても美味しく、私は滞在中に4回ほど訪れた。また、他の研修参加者の多くも何度か訪れており、それほど人気のお店であった。日本にもこのようなお店があれば良いと感じた。加えて、オーストラリアの天候も印象に残っている。イギリスと似て天気が変わりやすく、晴れていたと思えば突然強い雨が降り、その後すぐにまた晴れるということも多かった。このような気候の特徴も、現地で生活してみても初めて実感することができた。

現地学生との交流について教えてください。 ※交流がなかった場合は、空欄で構いません。

現地の学生との交流では、日本人の研修参加者と共にグループに分かれ、各グループに学生サポーター(コンパニオン)の方が2名ついて活動を行った。1つの教室にはおよそ15人程度が集まり、グループごとにさまざまなアクティビティを通して交流する機会が設けられていた。

活動の一つとして、オーストラリアの動物に関するクイズを行った。例えば、オーストラリアにはどれくらいの種類のクモがいるのかといった問題が出され、グループ内で話し合いながら答えを考え、クモの種類が非常に多いことを知り、オーストラリアの自然環境について新しい発見があったことが印象に残っている。各グループで考えた答えは全体で共有され、どのグループが正解に近かったかを確認する形式で進められた。

また、教室の空間を使ったアクティビティも行われた。例えば「オーストラリアは物価が高いと思うか」という質問に対し、そう思う人は教室の端に移動し、どちらとも言えない人は中央付近に立つという形で、自分の意見を位置で表す活動である。その後、なぜその位置を選んだのかを発表し合うことで、参加者同士の考え方の違いを知ることができた。

## ③ 参加の成果について

今回の参加を経て、ご自身の中での学習面・精神面の成果があれば教えてください。

研修に参加する前は、人と話すことに対して少し不安や恐れを感じる部分があった。しかし、オーストラリアでの生活を通して、日本と異なる文化や価値観に触れ、自分の考え方も変化した。

ホストファミリーとの生活では、「郷に入っては郷に従え」という言葉を意識しながら、相手の文化や生活を尊重することの大切さを学んだ。例えば、食事の場面で苦手な食べ物が提供された場合には、無理に我慢するのではなく、自分の苦手なものをはっきりと伝えるようにした。また、生活の中で困っていることがあれば、相手に迷惑をかけてしまうのではないかと過度に心配するのではなく、勇気を出して伝えてみるようにした。その結果、ホストファミリーはとてもスムーズに対応してくださり、問題もすぐに解決することが多かった。

この経験を通して、日本では「言わなくても察する」「あまり自分の意見を強く主張しない」といったコミュニケーションの文化がある一方で、オーストラリアでは自分の意見や考えを言葉で伝えることが重要視されていると感じた。また、自分の意見を伝えることは必ずしも相手に迷惑をかけることではなく、互いを理解するために大切なことだと気付いた。

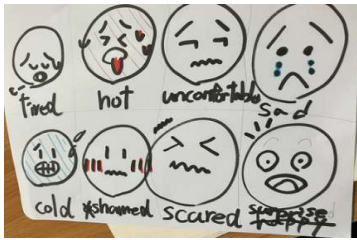
これにより人と話すことに対する恐怖心や過度な思い込みが少しずつ薄れ、自分の気持ちや考えを以前よりも前向きに伝えられるようになったと感じている。また、日本では周囲に気を遣いすぎてしまい、自分自身が疲れてしまうこともあったが、今回の研修を通して、必要以上に背負い込みすぎないことの大切さにも気づいた。気遣いは大切にしながらも、自分の責任の範囲を適切に見極め、より自然体で人と関わっていきたく考えるようになった。

## ④ その他

その他、気づいたことや今後参加する方へのメッセージがあれば記入してください。

今後参加する方にお伝えしたいことが1つあります。ホストファミリーがシャワーの時間は自由でいいよと教えてくださいました。毎日10分程度に収めた方が無難だと思います。私は特に時間を気にせず使用していたら、ホストファミリーが局員さんに罰金を課されてしまいました。

国際センターのHPに掲載してもよい写真があれば添付してください。キャプションもつけてください。



グループ活動において、感情を表す形容詞を思いつく限り挙げて、その感情をイラストで表現したものです。



オペラハウスの外観です。