

## 語学研修 修了報告書

参加プログラム	ヨークプログラム	国名	イギリス	氏名	MS
学籍番号		学科	国際関係学科	研修時の学年	1年
留学期間	2019年	7月	～	2019年	7月
				記入年月日	2020年 4月 15日

## ① 研修前について

研修の準備について教えてください。

出発前:	参加意思決定	2019年	4	月	10	日頃
	ビザ申請(あれば)	年		月		日頃
	ビザ交付(あれば)	年		月		日頃
		年		月		日頃
		年		月		日頃

準備・手続きについての感想や、今後参加を希望する学生にアドバイスがあれば教えてください。

私は海外に行くのが初めてでパスポートをとらなければならなかったのですが、少しギリギリになってしまったので、とらなければならない人は参加が決まった時点で早めにとった方が安心かと思います。また、プログラムに参加する学生向けに大学側から奨学金をもらえる場合もあるので、必要な人はしっかりとチェックしておくとういと思っています。

日本から持参すべきと思ったものはありましたか。

日常で使うものや服は現地でも買えるので特にはありませんでした。しかし、イギリスの水は硬水なので髪や肌がきしみやすく、自分の肌に合った乳液や洗い流さないトリートメントを持って行った方がよいかと思います。後半の方に日本食が恋しくなる人も出てくるので、カップラーメンやインスタント味噌汁なども持って行けばよかったですかと思いました。また、ホストファミリーに最後に何かお礼をしたいのであれば、日本から和風なレターセットや折り紙などを持って行くと役に立つかもしれません。

研修前にしておいてよかったことや、しておけばよかったことはありましたか。

現地の大学が休みの日にどこに遊びに行きたいかをもっとよく考えてから行けば良かったかと思いました。見どころを知ったうえで行くのとそうでないのとはかなり違うし、現地で生活していると忙しい時もあるので事前準備は出発前にやっておいた方が良いです。それに伴って、イギリスは日本とは違い切符の値段が変動するので、その買い方は必ず一度ネットで調べてみてほしいです。私たちは機械での買い方が分からず窓口で買いましたが、団体割引などもあるのでチェックしておいて損はないと思います。また、ホストファミリーとの会話を広げるために、自分の家族や友人、住んでいる場所や家の外観などの写真を撮って持って行くとも良いと思います。

研修に参加する目標は何でしたか。

いちばんは英語でコミュニケーションをとるのに慣れることが目標でした。授業はもちろん英語で行われますが、このプログラムではホームステイをすることでさらに日常的な英語に触れる機会を持つことができます。また、イギリスの文化に触れ、日本との違いに関する気付きを持って帰ってくることも目標のうちの一つでした。現地の大学の授業にはSchool Tripと言って、街や名所を案内してくれる時間も含まれていますし、ホームステイのおかげで現地の人々の生活環境や料理なども知ることができて、日本との違いをたくさん見つけて持ち帰ることができました。

## ② 研修先でのオリエンテーションについて

研修先でのオリエンテーションはどういった内容だったかをお書きください。

基本的には授業についてでした。研修期間に行われる授業の時間割が書かれたプリントを配られて説明され、お世話になる教師の方々も紹介していただきました。大学の施設については学生が構内を案内してくれたりもしました。

③	<b>プログラムについて</b>
<p>研修場所の環境、治安、設備について教えてください。</p> <p>ヨークの治安は良く、中心街には観光客もいてお店がたくさんあり素敵な街並みが広がっていますが、住宅街は自然があるのんびりとしたところでも過ごしやすかったです。ヨーク大学も回り切れないほど敷地が大きく自然もいっぱいでした。ホームステイ、大学共にインターネットや日々の生活における設備等に支障はありませんでした。</p>	
<p>現地学生との交流について教えてください。</p> <p>プログラムの中に、ヨーク大学に留学しに来ている他の国の学生たちと話す授業も含まれているので、交流はあるかと思います。現地学生がお昼ご飯やカラオケなどに誘ってくれたりもするし、個人的に仲良くなった人とLINEなどを交換している人もいました。</p>	
<p>授業の感想</p> <p>津田塾大学でのOral Communicationの授業のようなもので、ホストファミリーと会話する際に使える日常的な英語を練習することから始まり、ゲームなどを通してイギリス、そしてヨークのことについて学んでいきます。最終的にはグループでプレゼンテーションをすることになっていたのも、その準備として街の人へのインタビューの仕方や効果的なプレゼンテーションの仕方、授業に盛り込まれていました。教師の方もとても優しく、授業は段階的に理解できるようになっていたのも特に理解に苦しむことはありませんでした。週末の課題もありましたが、時間がとてもかかるものではないし、それ以外の宿題もなかったのも勉強において不安になることはほとんどないと思います。</p>	
<p>授業以外の部分についての感想</p> <p>ヨーク大学はとても広く、日本で言う学食のようなお店は構内にいくつかあるので、それを巡って違うメニューのものを食べるのも楽しかったです。自然がたくさんあって、野ウサギやリス、大きめの鳥なども見ることができます。構内には大学のグッズを売っているお店もあったので寄ってみてもよいかもかもしれません。また、イギリスの大学では11時から30分間ブレイクタイムがあり、みんなで一杯分の紅茶orコーヒーとビスケットで休憩するのが面白かったです。その代わりお昼ご飯は日本とは違って13時くらいが普通になりますが、授業中にお腹が鳴るということはありませんでした！</p>	
④	<b>研修先での危機管理について</b>
<p>ご自身の身を守るために、気をつけることや、意識したことがあったら教えてください。(例: その国(州) 独特の法律やルール等)</p> <p>特にこれといったことはありませんが、友達はロンドンへ遠出した時に何回か知らない人に声をかけられたそうなので、そのあたりは厄介ごとに巻き込まれないように気を付けた方がいいかもしれません。</p>	
<p>研修校先の担当者から、危機管理について特にアドバイスされたことがあれば教えてください。</p>	
<p>危機管理の観点から、病気等を含め、何かトラブルはありましたか。あった場合、どのように対処しましたか。</p> <p>特にありませんでした。</p>	

<b>⑤ 研修先での生活について</b>	
どのような住まいでしたか。	大学から歩いて10～15分程度にある住宅街の中の二階建ての一軒家でした。中庭がある家で、そこでホストファミリーとお茶をしたりして、のんびりと過ごしやすい住まいでした。部屋の大きさは違いましたが、個人にそれぞれ部屋を割り当ててもらって、棚や洋服を掛けられる箆笥もあり、持ってきた物の置き場所には困りませんでした。
暮らしてみた感想について教えてください。	私のホストファミリーの家は何回も留学生を受け入れているようで、ドライヤーや扇風機、シャワーで使うタオルなどは一人一人の部屋に用意されていてとても助かりました。家庭によっては夕食の手伝いをしたり自分でやらなければならないことが多いところもあるそうなのですが、私の場合は交代でお風呂掃除をして、朝は自分でパンやシリアルを準備して食べるくらいでした。夕食とその後には必ずティータイムがあり、テレビを観ながらホストファミリーとの会話を楽しみました。
食事について、何か感想があれば教えてください。	特殊なものはあまりなかったので全て美味しくいただきました。イギリスの料理は美味しくないというイメージもありますが、決してそんなことはなく、私たちが食べるものとそこまで変わらなかったように思います。私のホームステイ先ではオープンを使うのが主で、肉や魚をオープンで加熱したものやピザなども作ってくれました。テイクアウトの中華料理を食べる機会もあって、日本での中華料理は違ったもので面白かったです。また、日本におけるお米のように毎日食べるものがイギリスではジャガイモなので、ジャケットポテトと言って大きなジャガイモにソースをかけたものはお店でも食べられるのでぜひとも食べてほしいです。
<b>⑥ 研修先での金銭面について</b>	
実際にかかった費用を記入してください。(プログラム費、教材費、お小遣い、その他)	75万円程度
研修先の国の物価は高い/安いですか。買い物など便利ですか。	少し高めだと思います。買い物はヨークの中心街にイオンのようなお店もあるので困りませんでした。
お金はどのように管理しましたか。(クレジットカード、現金等)	現地ではほとんどがクレジットカード払いなので持って行く現金は少なめにしました。
<b>⑦ 研修の成果について</b>	
今回の研修を経て、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。	英語で話すこと、発表することへの抵抗が以前よりもなくなりました。授業で他の国の留学生と関わった時には、彼らの英語のスキルの高さに軽くショックを受けましたが、他国と比べた日本の英語教育の遅れに気付くこともでき、自分はまだまだなのでこれからもっと頑張ろうとも思えました。また、日本との文化や考え方の違いをたくさん見つけることができ、今まであまり興味がなかった教育や食への分野にも手を伸ばして、帰国後の他の授業での発表のテーマにしたりもしました。自分とは異なる他者や国に触れたおかげで、いろいろな物事やテーマについて、他の国ではどうなんだろうと比較して客観視をする癖がつくようになり、英会話の授業でもイギリスで過ごしたことを用いながら話せるので自然と話せる話題が広がったように思います。
<b>⑧ その他</b>	
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。	このプログラムはもちろん英語の技能を高めることが目標のものですが、観光要素が多く、勉強以外の面でもたくさんの発見があるはずですよ。私は初めての海外でしたがとても楽しいものになり、事前に説明会が何回かありますし、現地でもしっかりとサポートして下さるので安心して参加してほしいです。これをきっかけにして海外に行くことへの抵抗はほとんどなくなり、今年の初めにはこのプログラムに参加したことで仲良くなった友達と海外旅行にも行ってきました。学年学科を問わず、たくさんの友達ができて帰国後の大学生活でも仲良くして楽しい生活を送っています。必ず自分の糧になると思うので、迷っている人、何かに挑戦してみたい人はぜひ応募してみてください！



←  
これら4枚はオリエンテーションや授業の写真



←ホストファミリーが作ってくれた夕食



←ホットビーで食べたフィッシュ&チップス



←ヨークの中心街



←ヨークの街の中にある公園