「2014 年度春季短期研修報告書」の発刊にあたって

グローバル教育センター長
戸谷　陽子

本報告書は、お茶の水女子大学の 2014 年度春季短期研修派遣プログラムにより、オタゴ大学（ニュージーランド）、モナシュ大学（豪）、ニューサウスウェールズ大学（豪）、ハル大学（英国）、トムスク国立教育大学（露）、ブッパタール大学（独）の 6 大学で研修を受けた合計 42 名の学生の帰国報告をまとめたものです。派遣先は異なりますが、それぞれに慣れない生活様式や気候、異文化体験を新鮮に受けとめて、いっしょうけんめい勉強し、どの学生もたいへん充実した、そしてかけがえのない体験をし、大きく成長して帰国したことが、生き生きと手にとるように伝わってきます。

本学では、平成 16 年より海外短期研修を開始しました。当初は英語語学研修プログラムのみでしたが、現在は、英語以外の言語の語学研修や語学研修にインターンシップを加えたプログラム、派遣大学が開設する正規の専門科目の聴講等、さまざまな選択肢を備えた魅力的なプログラムを提供しています。また、本学が協定をもつ、英語圏の協定大学付属機関で英語の語学研修を受けたり、協定大学の正規授業の聴講することで、本学の単位（コア科目英語）が 4 単位まで認定されることも、本学主催の短期研修の魅力です。さらに、2010 年度春季プログラムから、「インターンシップ科目」1 単位も認定されています。

本学主催の短期研修のもうひとつの魅力は、グローバル教育センターが研修の質を保証できるプログラムを提供していることです。研修の内容を精査した上で、本学と協定を結んだ大学へのみ学生を派遣するという方針、渡航前オリエンテーションおよび「異文化適応」や「危機管理」に関する事前研修の提供、説明会に加え、前年度研修参加者との短期留学相談会を開催するなど、短期研修の効果を最大限に高める機会を提供しています。研修は比較的短期間ですが、事前準備から帰国後の振り返りまで、きめ細かく一貫したサポートをすることで、研修の体験をいっそう充実したものにするお手伝いをしています。

報告書を読むと、海外で実際に生活することで、さまざまな価値観に触れ、自身の日本人としての視点を求められることを実感し、確実にグローバルな視点を獲得して成長している参加者の姿が浮かびます。大学生活に留学を組み込むことを考えている学生のみなさんにもぜひ参考にしていただきたいと思います。

本プログラムの企画・運営にたずさわるグローバル教育センターとしても、参加者に充実した体験を提供できたことを実感し、たいへんうれしく思います。短期研修プログラム推進主担当として説明会や事前研修、個人相談等企画から運営まで尽力されたアソシエイトフェロー李京和先生をはじめ、特任 AF 酒井彩先生、特任講師の渡辺紀子先生、長塚尚子グローバル教育センター教務補佐、有家佐和子同教務補佐、お茶の水女子大学国際課職員のみなさんには、このプログラムを支えていただきました。この場を借りて深く御礼申し上げます。

2015 年 8 月吉日

目次　Table of Contents

2014 年度春季　短期研修の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1

研修参加者の Reports

University of Hull（イギリス）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3

Monash College（オーストラリア）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・33

University of New South Wales（オーストラリア）・・・・・・・・・・・・・ 57

University of Otago（ニュージーランド）・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 61

Tomsk State Pedagogical University（ロシア）・・・・・・・・・・・・・・・79

University of Wuppertal（ドイツ）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 93

研修参加者からの Advice ＆ 研修先での Tips

University of Hull（イギリス）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・102

Monash College（オーストラリア）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・104

University of Wuppertal（ドイツ）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・106

Tomsk State Pedagogical University（ロシア）・・・・・・・・・・・・・・・108

編集後記　Editor’s Note・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・116

グローバル教育センター　アソシエイトフェロー
Kyunghwa Lee 李京和（い・きょんふぁ）

2014 年度春季（2015 年 2 月～3 月）研修の概要

University of Hull（イギリス）

期間：2 月 14 日～3 月 23 日
滞在：学生寮
参加費：文系コース　約 605,000 円　（授業料＋旅行代金＋宿泊代など）
　　理系コース　約 675,000 円　（授業料＋旅行代金＋宿泊代など）
　　奨学金 16 万円支給
研修内容
＜文系コース＞
①週 20 時間の英語コース　②イギリス文化研究コース　③HULL 大学正規学部科目の聴講
④HULL 大学日本語クラス参加　⑤現地小学校の訪問

＜理系コース＞
①週 20 時間の英語コース　②理系英語コース　③HULL 大学正規学部科目の聴講
④HULL 大学日本語クラス参加　⑤現地小学校の訪問

コア英語 4 単位認定

Monash College（オーストラリア）

期間：2 月 14 日～3 月 22 日
滞在：ホームステイ
参加費：約 620,000 円（授業料＋旅行代金＋ホームステイ代など）
　　奨学金 14 万円支給
研修内容　①東北・一橋・埼玉・東京学芸・名古屋・大阪・九州大学の学生とのジョイント英語研修
　　②お茶の水女子大学学生向け、特別プログラム
　　『ﾃﾞｨﾍﾞｰﾄ･ﾃﾞｨｽｶｯｼｮﾝ』題材：「豪日比較文化」
　　③現地モナシュ大学日本語クラスへの参加
　　④現地メルボルンの学校訪問
　　⑤フィールドトリップ
　　⑥ホームステイ（食事付き）

コア英語 4 単位認定

University of New South Wales（オーストラリア）

期間：2 月 14 日～3 月 29 日　　滞在：ホームステイ

参加費：約 715,000 円（授業料＋インターンシップ代＋旅行代金＋ホームステイ代など）
　　奨学金 14 万円支給

研修内容：①4 週間の英語コース（アカデミック・イングリッシュ）
　　②2 週間のインターンシップ（今年度は現地高校で日本語アシスタント）
　　③ホームステイ（食事付き）

コア英語 4 単位認定

University of Otago（ニュージーランド）

期間：2 月 14 日～3 月 31 日　　滞在：ホームステイ

参加費：約 750,000 円（授業料＋インターンシップ代＋旅行代金＋ホームステイ代など）
　　奨学金 14 万円支給

研修内容：①オタゴ大学付属語学センターでの英語研修
　　②オタゴ大学での正規授業聴講
　　③インターンシップ
　　④ホームステイ（食事付き）

コア英語 4 単位認定

Tomsk State Pedagogical University（ロシア）

期間：2 月 16 日～3 月 7 日

滞在：大学寮

参加費：授業料免除、大学寮滞在費（食事抜き、自炊）無料、登録費 3000RUB のみ（約 7500～8000 円：2015 年度 2 月現在）、航空券・個人滞在費用・海外保険などは各自負担、奨学金 7 万円支給

研修内容：72 時間の集中ロシア語・文化セミナーとワークショップコース

2ECTS（欧州単位互換制度）取得、海外交換留学認定科目 4 単位認定

University of Wuppertal（ドイツ）

期間：3 月 2 日～3 月 13 日

滞在：大学寮

参加費：授業料＋滞在費　€750（約 110,000 円、2015 年 3 月現在）航空券・海外保険・食費・交通費などの個人滞在費用は自己負担

研修内容：Sustainable Chemistry - Primary Renewable Resources（英語で授業）

海外交換留学認定科目 2 単位認定

UNIVERSITY OF Hull

The United Kingdom

参加者 14 名

ハル大学短期研修を振り返って

文教育学部言語文化学科１年　兵後彩果

（英語のクラスの先生と）

ハル大学での５週間の短期研修では、様々な貴重な体験をすることができました。その中でも英語のクラスと観光について書きたいと思います。

ハル大学での英語のクラスは留学生で構成されています。クラスは三つあり、ハルキャンパスのお茶大生７人も３つのクラスに分かれました。私のクラスはサウジアラビア、リビア、中国から来た生徒がいました。皆とても親切で、日本の文化について質問してくれたり、反対に自国の文化について教えてくれたりしました。初めはお互い発音の癖もあり、なかなか聞き取れなかったのですが、だんだん会話できるようになっていったのがとても嬉しかったです。先生方もとても優しく、熱心に教えて下さいました。私は英語に苦手意識があり、授業についていけるかとても不安でした。しかし先生方がゆっくりわかりやすく話して下さったので理解することができました。また、週末に観光に行くというとその場所について教えて下さり、週明けの授業では「どうだった？」と聞いて下さるなど先生がとてもフレンドリーで、お話しするのが楽しかったです。ハル大学での英語の授業は、生徒同士でディスカッションをしたり、問題を解いたりと話す時間が多くありました。そのため生徒同士も仲良くなることができ、お別れのときはとても悲しかったです。たくさん英語を話すことで英語の能力も上がったように思います。

また、週末は観光に行きました。私は普段、週末は家でゆっくりしていることが多いのですが、せっかくイギリスに来たのだからとかなりアクティブに動きました。最初の週末は Hull campus のお茶大生 7 人と大学で仲良くなった２人で Beverley に行きました。Beverley はハルから１時間程度で行くことができます。朝市を回ったり、Beverley Minster や St Mary's Church を訪れたりしました。日本にいるときはイギリスに Beverley という街があることも知らなかったのですが、訪れるととても見ごたえがあり、街並もとても綺麗で来て良かったと思いました。次の週末は昨年９月からイギリスに長期留学している姉が Hull に遊びに来ました。姉がイギリス留学していることが私が Hull での短期研修に参加しようと決めたきっかけでもあるので会えてとても嬉しかったです。姉の滞在中は２人で Hull を散策しました。また、その次の週末には私が姉のところに列車を使って遊びに行く予定だったので、列車の切符の買い方を教えてもらいました。Hull station から利用で

（ハルの街並）

きる列車は日本で私が普段利用している電車とは異なり、新幹線に近いです。切符も高額なのですが、16 歳から 25 歳用の Rail card を３０ポンドで購入すると切符の値段が３分の１お得になるのでそれを利用しました。姉の住む Nottingham に行くには乗り換えがあるので一人で行けるかとても不安でした。しかし駅員さんや乗客に聞いて無事到着することができました。Nottingham では姉の友達と会いました。日本語を勉強している方が多かったのですが、本当に日本語が上手で、日本文化についても詳しく、驚きました。私が英語の勉強をしていると知ると英語で話してくれ、間違っているところを直してくれたり、街を案内してくれるなどとても親切にして下さり、楽しい時間を過ごせました。次の週も Nottingham に行きました。その時は姉と Lincolnshire にある Burghley House を訪れました。Burghley House は私たちの大好きな映画のロケ地なので、行くことができてとても感動しました。Burghley House はお屋敷も豪華ですが庭や敷地も広大で、イギリスの自然を感じることができました。イギリス滞在で一番楽しい旅行となりました。最終週も授業後に列車に乗って Leeds の The Royal Armouries Museum に友人と２人で行ったり、帰国の前日に４人で York を観光したりしました。どちらも素晴らしく、本当に行って良かったです。イギリスはどこを観光しても皆親切で、見どころも多くあり、また行きたいと思いました。

私にとってこの短期研修は初めての海外経験でした。とても不安でしたが友達や先生方、家族に支えられて楽しんで研修を終えることができました。イギリスでは異文化を楽しむとともに日本の文化の素晴らしさも再確認しました。いつかまたイギリスに行き、もっと異文化を体験して、イギリスのことを更に深く知りたいと思います。

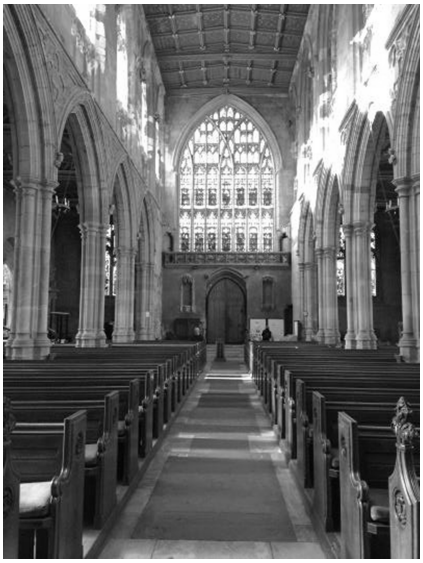
(Burghley House)

ハル大学短期研修を通して

文教育学部人間社会科学科グローバル文化学環 2 年
伊藤詩織

5 週間イギリスで生活する今回の研修は、私にとって大きな挑戦でしたが、毎日が発見や学びにあふれた、非常に充実したものになったと思います。楽しいことと同じ分だけ大変なことやつらいこともありましたが、たくさんの貴重な経験をさせていただき、また多くの出会いにめぐまれて、かけがえのない 5 週間となりました。

大学では、授業でもそれ以外の時間でも、日常が本当に刺激的でした。15 人ほどの留学生で構成されたクラスで、論文の読み方やエッセイの書き方などアカデミックな英語の授業のほか、ディスカッション、さらにイギリス文化についての授業を受けました。日本人の私たちお茶大生 2 人をのぞき、クラスのほとんどがイスラーム圏からの留学生で、みなそれぞれに異なるバックグラウンドを持ち、独特の英語のなまりがあり、当然考え方やふるまいも多様です。初めの方はうまくコミュニケーションを取れず、そもそもそのようにさまざまな文化が入り混じった空間そのものに慣れていなくて、当惑することやもどかしい思いをすることがしばしばありました。いかに自分が日本で単一文化主義のもと生活することに落ち着いていたのか、またまずそれにすら気づいていないのかを実感しました。同時に自分の英語の力不足も改めて感じました。日本人は文法は得意だが会話は弱い、とよく言われますが、自分自身まさにその通りであることが分かりました。クラスメイトたちは文法や単語はひとまず置いておき、英語を一生懸命使って積極的に発言していました。英語のコミュニケーション力を向上させるのに積極性が足りないのだと痛感させられました。慣れてくると余裕も生まれ、ディスカッションやたわいもない会話で、お互いつたない英語ながらも、出身国の話や自分の話をして楽しみました。



またイギリスに滞在して、日本にいる時よりも日本について深く考えさせられる機会がありました。大学には日本語を学んでいる学生さんや、Japanese Society という日本文化に興味がある学生さんがいて、彼らとの交流を通じて、文字や文法などはもちろん、さらに大きな範囲で日本語とはどういうものか、日本文化と

は何か、何度も自分自身に問いかけたように思います。タンデムパートナーの一人に、日本語の会話テストのスクリプトの確認を頼まれたことがありました。訂正しようと思う箇所があっても、どう説明していいのかわからないし、自分の答えや修正に自信がないし、混乱しもどかしかったです。逆に自分の英語のプレゼンテーションを確認してもらった時は、よりアカデミックでなおかつ自分と同じ学生がよく使う言葉や表現を丁寧にくわしく教えてもらえました。また Japanese Society の学生さんには、最初に案内をしてもらったり、パーティーを開いたりボーリングや映画に行ったり、とてもよくしてもらいました。みんながロ々に日本の文化が好きだと言ってくれて、日本人としてうれしく思ったし誇らしさも感じました。

週末の旅行も忘れられない思い出です。ロンドンやヨーク、リーズなどに行きましたがどの街も本やテレビで見たままの本当に美しい街でした。まるでどこか違う世界に迷い込んでしまったような感覚になるほどで、イギリスの街並みを自分の五感で感じることができてよかったです。

最後に、今回の短期研修というすばらしい機会を与えていただき、かかわってくださった皆様に心から感謝いたします。ありがとうございました。

Hull 大学短期研修について

お茶の水女子大学食物栄養学科　２年　櫛部恭子

Hull 大学 Scarborough キャンパスにて短期研修を行った。Scarborough（スカボロー）ノースヨークシャーに位置する海のレジャー産業による観光地で私たちが研修に行った２，３月はとても落ち着いた静かな町であった。学校から海がとても近く犬がビーチをお散歩する様子がいつでも見られた。

Scarborough キャンパスは小規模・少人数でありとてもアットホームであった。私たちの対応をしてくださった職員の Karen は研修期間中毎朝困ったことがないかを聞いてくださったので要望や質問がある場合でもすぐに解決することができた。寮についても一人一部屋でシャワーもあり快適であった。ご飯は一日２食食堂で食べられとてもおいしかった。イギリス料理はまずいとよく言われるがそのようなことは決してありません！

日本人のみの英語のクラス

academic writting による essay, presentation と data commentary が最終課題であり日本とイギリスの文化比較をテーマとして brainstorming や writing, speaking の練習をした。TED や YOUTUBE を利用した授業構成は日本の授業とは異なり驚いた。日本人だけということもあり間違ってもお互い助け合いながら授業を受けられたという点ではよかったと思う。

Intercultural class

私のクラスには中国、台湾、キプロス、イギリス、ベトナム人がいた。先生は私たちが来たこともあり日本(アジア)とイギリスの比較という構成で授業を進めてくださったのだが個人の意見ではなく日本人としての視点を求められる経験が今までほとんどなかった私には非常に歯ごたえがあった。さまざまな価値観があるということを改めて知ると同時にディスカッションの難しさを実感したとても良い授業であった。これから留学する人にはぜひ日本について知ることと自分の意見を持つ習慣をつけておくことをお勧めする。この授業の人とはあまり交流はなかったが、早めに仲良くなっておくと寮が同じ人も多いのでパーティーなどによんでもらえるかもしれない。

Trainee teachers によるクラス(2 年生、3 年生)

卒業後教職に就こうと考えている生徒によるクラスが週に３時間程度あった。生徒は日本人私たちのみであったが、同年代のイギリス人と交流をするきっかけにもなった。このクラスで知り合った人にはパブに連れて行ってもらったり、家に呼んでもらい pizza を作ら

せてもらったりした。今もＳＮＳや手紙での交流が続いている。また一部の人は personal lesson を全体で３時間程度してもらうことができた。

正規授業の聴講

Scarborough キャンパスでは環境科学、メディア、音楽、ビジネス、教育の授業が取れた。自分の専門とは異なるが環境科学の授業を週に３コマ、また夜間のような形で行われていた公衆衛生の授業も１コマ聴講した。理系の授業は主に講義が多くリスニング力の向上に適していた。British ジョークや雑談などになるとついていくのが難しかったが気にかけてくださっている先生は雑談の解説までしてくださった。正規授業を受けて感じたのは日本人との授業に対する参加方法の違いである。日本では静かに授業を受けることが良しとされるが、授業中に先生に質問をするのは当たり前でノートをとるよりも考えることをメインとして授業に参加しているように感じた。正規の授業を受けたことで１つ１つの授業に対してリスニングはもとより、授業中にせめて先生の問いかけに答えられるように考えることにいかに集中力が必要かということが分かったので日本でのこれからの授業の受け方を見直さなければならないと痛感した。環境科学ではフィールドワークも多く何回かバスに乗って近くの海まで連れて行ってもらった。

授業後・休日

授業後は友人の家に招いてもらったり、パーティーやパブに誘ってもらったり毎日新たな経験をすることができた。学校の近くにはジムがあり学生ならばかなり安く使えるので興味がある人はなるべく早くジムに行くことをお勧めする。休日は１泊２日や１日で旅行に出かけた。Scarborough はイングランドとスコットランドの真ん中にあるのでイギリスの東西南北どこにでも行くことができさまざまな町の雰囲気を知ることができ素敵な経験になることと思う。

現地の学生と

研修を通じて目標としていた speaking 能力が格段に向上したかといえばそうと言い難い。日本人が近くにいれば日本語をしゃべってしまったという点は今回の研修の大きな反省点である。なるべく英語しか話せない環境を自分から作っていくことが必要なのではないだろうか。日本人の英語クラスが中心ということで行くことをためらってしまうかもしれないが日本人だけだったからこそ授業中は恥やプライドを捨ててお互いわからないところを聞きあうことができた。また、新たな環境に行くことに不安を感じていたが同じ日本人がいるということで心強さも感じられた。また受験後英語習得に対するモチベーションが下がっていたが今回の研修を通じてまた自分の英語力を継続して向上させていきたいと考えるよい機会となった。

ハル大学春季短期研修報告

生活科学部食物栄養学科
1430120
篠崎奈都

教室での様子

ハル大学での研修は密度の濃い、充実した5週間であった。英語の学習はもちろんのこと、異文化に実際に触れることができたのも非常に貴重な体験であった。

英語のプログラムではアカデミックな英語を中心に学んだ。英語でのアカデミックな文体や引用方法、図表の用い方など練習を通して学ぶことができた。エッセイやプレゼンテーションの課題も個々に合った指導を受けながらこなし、自分に足りないところを理解しながら英語を使って表現することを練習でき、今後に活かしていけると思う。他にも、英国文化の授業や、教職に興味を持っている現地学生によるGeneral Englishの授業、様々な国籍の生徒が集まるIntercultural Communicationの授業を受けた。実際に現地の先生の授業を受けることによって、日本で学んでいただけでは分からなかった単語や文法のニュアンスを学ぶことができ、これも実際に留学をしたからこそ得ることができた成果の一つであった。授業以外にも現地の生徒とペアを組んで、一対一で英語を教えてもらう機会も数回あった。一人一人に合わせたレッスンをしてくれて自分の弱点を補える有意義な時間であったとともに、ペアの学生と仲良くなることもできてとても楽しかった。充実したプログラムの中で最も刺激的であったことの一つは現地の学生と同じ授業を聴講できたことである。いくつかの授業の中から自分の興味に合わせて週に3、4つ程を聴講することができた。内容が専門的であり、話のスピードも速いため非常に難しかったが、少しでも授業についていけるようになりたいとやる気が出て、それを研修中の一つの目標として取り組むことができた。聴講を通して特にリスニング能力が向上したと感じている。授業に熱心な生徒の姿勢、生徒の質問や意見が多い双方向の授業の形、テクノロジーをいかしたシステムなど感銘を受けることも多かった。また、通常の大学の授業に参加したことで将来的に英語を学ぶのではなく、英語で学ぶ長期の留学をしたいという気持ちが強まった。毎日すべての授業が英語で行われたため自然と英語を話す機会が多く、以前より臆することなく英語を使うことができるようになったと感じている。まだ特にスピーキングに関しては課題も多いが、完璧に話そうとしてためらってしまうよりもたとえ少し間違ってでも話そう、伝えようという思いが大切であり、使うことを通して間違いを直していければ良いと思えるようになったことがこの研修の収穫である。

授業以外の生活もとても充実していて毎日とても楽しかった。私は理系学部が集まっているというスカーボロキャンパスに滞在した。本キャンパスのあるハルより北に位置するスカーボロは北海に面していて、美しく安全なとても過ごしやすい街であった。食文化や考え方や価値観、マナーなど日本とは異なる文化を実際に体験し、刺激的な日々であった。英国での暮らしは新鮮で魅力的な点も多くあったが、一方で短い期間ではあるが日本を外から客観的に見ることができ、日本について改めて考えるきっかけとなり、広い視野で物事を客観的に見たり多面的に見たりする練習となった。5 週間の生活を通して、異文化を無条件に受け入れることが必要なのではなくて、自分たちの文化と比較し、善し悪しを考えたり好みを見つけたりできることが異文化を体験することの醍醐味だと感じるようになった。また、寮では食事付きではあるものの初めての一人暮らしを経験し、週末には自分たちで計画をしてヨークやロンドン、エディンバラ、リバプールなどの都市へも行った。生活や旅行を通して自立や自律、自己管理をすることを学んだ。適度な緊張感と新しい発見のある貴重な毎日であったと思う。何より研修に参加してよかったことは、学生たちを中心に先生や職員の方、街の人々等英国や様々な国の出身の人と交流できたことである。一緒に食事をしたり観光に行ったり、家に招待してくれたりと本当に楽しい時間を過ごすことができた。英語を使うという面でもよい経験であった。思ったことをうまく伝えられないこともあり、自分の英語力の足りなさを痛感する一方で、英語が話せることでいかにコミュニケーションの輪が広がるかということや英語を話す楽しさを知り、もっと話せるようになりたいと強く思った。同時に言葉だけではない人と人とのつながりを体感することもできた。

研修の最後には日本に帰りたくないと思うほど素晴らしい 5 週間であった。様々な出会いを経験でき、英語学習の面でも文化の面での多くを学び、体験することができた。研修に参加して本当に良かった。しかし、帰国してこれで終わりではないと思っている。今回の経験をより有意義なものにするためにも、今のモチベーションを維持して英語学習を継続していくとともに、この研修で得たことを自分の生活や将来にいかしていきたい。

スカーボロの街

春季語学研修の報告

―留学前に気になっていた 3 つのことについて―

理学部情報科学科　1 年　　小澤　歩
留学先：University of Hull　(Scarborough Campus)

写真：現地の学生と大学近くの店にて。

５週間でどれだけ英語は上達するのか

最も早く成果が見えたのは、リスニング力でした。毎日授業に出席して講師が話す英語を理解しようとしているうちに、自然と聞き取りやすくなりました。1 コマを集中して聞き続けるだけでも変わると思います。前の週にほとんどついていくことができなかった授業を 7 割くらい聞き取れた時の嬉しかった気持ちは今でも鮮明に覚えています。また、現地の学生に混ざって聴講した一般の授業では、様々な国の出身の教授の英語に触れることができたので、聞き取れる英語の幅が広がったように感じました。例えば、インド人の話す英語や、スペイン人の話す英語は、イギリス人が話す英語とは発音がかなり異なりましたし、同じイギリス出身でも出身地方により多少の違いがありました。色々な種類の英語を聞くことで、それらの共通項が見えてきて、その共通項が聞き取りの大きな助けになったと思います。逆に、最後まで思うようにできず苦労したのはスピーキングでした。しかし、生活をするために英語を使う必要はどうしても出てきましたし、受け入れる大学側も現地の学生と日本人の学生が交流できるよう配慮してくれたので、日本にいるときとは比較できないほどたくさん練習の機会を得ることができました。そのおかげで以前よりも少しは自信がついたと思います。語彙力については、ただイギリスに短期間滞在するだけでは伸びないと感じました。ただ、覚えるべき大量の単語と毎日悪戦苦闘するうちに、「覚え方」が上手くなったと思います。記憶の仕方は人それぞれだと思いますが、最低１つ例文を作るというのが私なりの解決策でした。

留学する意味・留学で得られるもの

よく、「海外に出ると自国のことがよくわかるようになる」または、「自国をより客観的に見ることができるようになる」と一般に言われます。たしかに、自分が慣れていない文化の中に放り込まれたことで、当たり前と思っていたことが当たり前でなくなるという経験をたくさんしました。また、今まで暗黙の了解が成り立たなくなるせいで、思いもよらぬことがスムーズに運ばなくなることもありました。それらは、新たな気づきになり、自分が慣れ親しんでいる文化の特異なところを発見するきっかけになったと思います。しかし、この種の気づきであれば、もしかしたらただの海外旅行でも得られるかもしれません。留学をすると、日本と新しい環境との違いに気づくだけではなく、その新たな環境の中で自分が何を感じて、どのように反応するのかをじっくり観察することができます。思いもよ

らないところで不安定な気持ちになったり、驚くほどあっさり順応したりと、今まで知らなかった自分の一面が見えました。自分にとって何が大切で、何が大切でないのかも少し見えた気がします。これらが留学と海外旅行の大きな違いの一つだと思うのです。だから、冒頭の言葉の「自国」を「自分」に変えると、今回の私の経験とぴったり重なります。

英語以外の科目の授業について

今回の海外研修の目的の一つは、英語で、英語以外の分野について学ぶ練習をすることでした。この点では、期待以上の結果が得られたと思います。とてもフレンドリーな雰囲気の大学だったので、教授を訪問して、どの授業に出席するか相談したり、授業でわからないところを質問したりすることができました。そのおかげで、自分の学科に関係する内容の講義に出席して新たな知識を得ることができましたし、英語しか使えない状況でも自分の関心のあることについて学ぶことへの自信がつきました。

写真左：スカーボロ城遺跡。大学キャンパスから徒歩 45 分程。
写真右：授業で使ったプリント。新聞や雑誌の記事風の文章を用いることは多い。

ハル大学短期研修について

生活科学部人間生活学科１年　神崎恵

・研修を志望した動機

1 年生の間、特になにを頑張るでもなく、のらりくらりと大学生活を過ごしていた中でこのままではいけないと思い立って、海外に行ってみようと思いました。英語しか通じない環境という極端な環境に身を置かなければ、自分はちゃんと英語を勉強しようとしないと思ったからです。また、私は日本語教育にかねてから興味があり、外国の地ではどのように日本語教育が行われているのか、実際に見てみたかったので、この研修を選びました。

・研修中のこと

（１）　学習について

ハル大学での英語のプログラムは、週９コマありました。（British study 2 コマ、writing ４コマ、speaking3 コマ）１コマ２時間の授業です。この英語のクラスは他の国からの留学生のクラスに混ぜてもらっている形でした。私のクラスには、サウジアラビア・イラン・リビア・ロシアなど国籍は様々で、年齢は私たちよりずっと上の方ばかりでした。さらに、授業の形式は日本とは全く違って、授業中に生徒は自由に発言し、質問します。先生はそれに一つずつ丁寧に答えます。最初はどんどんと発言する他の生徒さんの意欲に圧倒されましたが、自分からどんどん発言していく姿勢は日本人が見習わなくてはいけないと思います。私ももっと授業の中で率先して発言していればもっと英語を伸ばすことができたのではないかと少し後悔しています。英語のプログラムに加えて、1 コマか２コマ聴講授業をとることができました。私はネルソンについての授業に参加しました。これは正規授業であるため、英語はとても速く、聞き取るのが大変でしたが、単語だけでも聞き取れて、意味が分かると、知らなかったことばかりの授業だったためおもしろかったです。

（２）　生活について

寮は、個人の部屋はありますが、トイレ・お風呂・キッチンはフロア全体の人と共用でした。まず、シャワーしか使えない、キッチンのお皿は食べっぱなし、飛んでいると聞いていたはずの Wi-Fi が飛んでいない、有線 LAN ケーブルをつないでもつながらない…などたくさんの問題がありました。日本で当たり前のことが、外国では当たり前ではないことを痛感する日々でした。それでも、友達と一緒にご飯を作ったり、毎日バスで登校したりす

るのはとても新鮮で楽しかったです。だいたい週に１回、Japanese Society のみなさんがイベントを企画してくださって、毎回楽しい時間を過ごしました。BigFun という日本にはないような大きな滑り台のある施設で一緒に鬼ごっこをしたり、ボーリングに一緒に行ったり、そのあとはパブでご飯を一緒に食べたり…宿題や課題に追われながらも、このような企画に参加して良かったと思います。Language exchange のパートナーとは、一緒に食事をしながら、日本語の宿題を教えてあげたり、逆にプレゼンの原稿を添削してもらったり、一番密度の濃い時間を過ごせたと思います。私はパートナーと、放課後に水族館に行ったり、土日に映画を見に行ったり、本当に仲の良い友達のように過ごしました。
日本に帰ってきてからも、頻繁に連絡を取り合っています。

・研修を通して
英語しか通じない環境で、最初は本当に戸惑いました。どうすればいいのかわからないのに、どうやって伝えればいいのか分からない。相手になんとか伝えることができても、相手が何を言っているのか分からない。最初のうちは本当に泣きたくなります。日本に帰りたくなります。でもそこで諦めず、何とか自分の知っている語彙で相手に伝えようとすることが大切です。現地の人はみなさん本当に優しくて、私の話す英語を理解しようとじっくり聞いてくれます。逆に、こちらに話すときは、ゆっくり話してくれたり、わからないというと、優しい言葉に言い換えて伝えようとしてくれます。コミュニケーションをとることを諦めてはいけないと感じました。また、クラスの中では、母語が日本語の私たちと、アラビア語のアラブ圏の人々と唯一の共通言語である英語を使って、コミュニケーションをとることが、よく考えれば当たり前のことであるけれど、すごいことなのではないかと思い、感動しました。
また、日本語の授業を見学したり、実際に教えたりすることで、日本語がいかに難しい言語であるか実感しました。しかし、日本語を学ぶ学生はみんな一生懸命で、その必死に日本語を勉強する姿をみると、なんだか嬉しくなりました。だから私もこれからはもっと真剣に英語を勉強していきたいと思いました。

Hull 大学研修を通して学んだこと

理学部物理学科 2 年
速水 香奈

英語力をつけたい。そう思って参加した今回のイギリス Hull 大学での春季研修でしたが、英語力はもちろん、その他にも沢山のことを学ぶことができた、と感じました。今振り返ってみても、本当に良い経験をすることができたと思います。学んだことは沢山ありますが、帰国後、特に大事にしていきたいと思っていること３つをメインに書きたいと思います。

１つ目は、本来の目的であった英語スキルについてです。私にとって英語とは、この研修に参加するまで受験勉強の一環であり、机に座って勉強するものだったので、実際のコミュニケーションツールとして英語を使ったことがほとんどありませんでした。その為、研修前は確かにリスニング能力やスピーキング能力に不安もありました。けれども、Hull 大学には優しい方が多く、聞き返せば分かりやすく繰り返してくれました。スピーキングに関しても、日常生活で英語を使う方々と関わる中で、私の英語でも伝わるんだ、という嬉しさを感じた一方、もっと自分の感じていること考えていることを豊かに表現したい、という気持ちも生まれ、帰国後の英語学習のモチベーション向上につながっています。

２つ目は、自分を見つめ直すきっかけになったことです。私は、少し引っ込み思案なところもあり、遠慮しているんだ、なんて言い訳してつい自分を目立たないようにしようとしてしまうことが多々あります。苦手なもの、自信の無い部分を隠そうとしてしまいます。一方、Hull 大学で出会った方々は、短所を隠そうとするより長所を伸ばして、自分を前に出している傾向があるように思います。私は、今まで下手に隠そうとしてとても損をしてる、もっと自分を出して良いんだ、出していきたい、と思えるようになりました。

３つ目は、もっと様々な文化に興味を持つことの必要性を感じたこ

とです。Hull 大学には沢山の留学生がいます。必ずしも英語が母国語の人だけではありません。そうした方々と関わるとき、その方の出身国について知っていると、良い会話のきっかけになります。実際、第二外国語で中国語をとっていた人は中国出身の人に中国語で短い挨拶などしており、とても喜ばれていました。私自身、日本を知っている人が滅多にいなかったこともあり、たまに知っている人に出会うととても嬉しく、親近感を感じたことを覚えています。英語を勉強して様々な人と交流していく中で、この多様な文化を知っているということはとても有用だと思います。

最後に、イギリス Hull 大学で過ごした 5 週間はとても有意義な時間でした。今まで頭では分かっていても実感の伴っていなかったことを、実感できたことは大きいです。日本にいるだけではきっと、直した方がいいんだろうなあ、とぼんやり思う程度だったと思います。今回感じたことを活かしながら、英語はもちろん、人間性という面からも成長していきたいと考えています。

ハル大学語学研修を終えて

生活科学部人間生活学科１年　1430438　竹内伶於奈

◇ 研修に参加した理由

私が今回の研修に参加した理由は英語能力の向上もありますが、英語への苦手意識の克服ということもありました。私は英語に対してかなり苦手意識があり、今後の進路に着いても自然と英語を使用しないような方向へと考えてしまいがちでしたので、少しでも克服できたらな、と考えていました。

◇ 研修プログラムについて

ハル大学での授業はライティング、コミュニケーションそしてイギリス文化について学ぶものがありました。これらは全て母国語を英語としない生徒対象の授業で、私のクラスには日本人の他に中国人、サウジアラビア人やイラク人といったアラビア語を母国語とするクラスメートもいました。出身国も年齢もバラバラでしたが皆仲が良く、とても雰囲気の良いクラスでした。授業を受けて思ったことは、まず失敗を恐れないでとにかく発言する生徒が多いということです。今まで私は失敗を恐れて発言を控えてばかりだったので見習うべき点だと感じました。また、きちんとした文章で話すことができなくても分かる範囲で英語を話してみることが大切だということを学びました。研修当初私は文法や単語が少しでも自信がないとつい発言を控えてしまうことが多かったのですが、あるクラスメートから「とにかく間違ってもよいから英語で話してみるのが一番。せっかくの機会なのだから！」とアドバイスをもらってから、自分なりに伝えようと努力しました。そうすることで以前よりも英語を使ってみる、ということに関して苦手意識が薄れたように感じます。私が伝えようとすると、先生もクラスメートも真摯に耳を傾けてくれたのでとても嬉しかったです。

◇ イギリスでの生活について

自炊する必要があったため、日本では実家暮らしである私には慣れない環境に慣れないことと大変でしたが、皆で協力し合って最後まで乗り切

ることができました。イギリスでの生活は日本と似ているところもあれば大きく異なるところもあり面白かったです。平日は大学の授業を出た後買い物をしたり課題を進めたりしていましたが、休日は遠出しました。私はヨークやロンドンに訪れ、クラスメートが勧めていたお店などにも行ってみました。ハルとはまた違った雰囲気でとても楽しかったです。

◇ 最後に

研修を終えてまず思ったことは、事前にもっと勉強しておくべきだった、ということです。語彙力があればさらに会話が弾んだだろうなと思う場面が多々あったので悔しかったです。また、日本について聞かれたとき知識がないため答えられないことが何回かありました。事前に少しでも触れておくべきだったなと思います。

英語しか通じない環境ということで研修前は非常に不安で、なんで申し込んでしまったのだろうと考えてしまったこともありましたが、今となっては参加して本当に良かったと思います。もう少しあのクラスで学びたかったと感じるほどです。５週間と短い期間でしたが、多くのことを学び、体験することができました。この経験を今後に生かしていきたいと思います。

帰国報告書

文教育学部人文科学科１年
14101149　美藤みなみ

イギリスでのハル大学春季研修に参加しました。一番私にとって印象的だったのはイギリスの寛大さです。イギリスの社会はゆとりがある社会でした。失敗をユーモアで笑い飛ばしてあとに引きずらない。サービス業の人などが仕事だけでなくお客さんにひと言ふたこと話しかけていました。それをしなければもっと仕事は早く終わるでしょうが、話しかけてもらえると心が和みました。仕事にいらついていないようです。きちきちしていない心は外国人を受け入れるときにも発揮されているように感じました。イギリスには多くの国の人がいました。私があった人は、中国、ネパール、チベット、マレーシア、アメリカ、シンガポール、リビア、サウジアラビアから来た人がいました。日本ではよほどのことがなければたった五週間の間にこれほど多様な国籍を持つ人と出会うことは少ないと思います。日本ではめずらしい外国人があちこちで普通に仕事に就き、学んでいました。外国人なれしているというか、気にせず受け入れています。私は最初イギリスの硬貨が覚えられず、レジでもたもたと財布の硬貨を出して会計していました。それでも親切で待ってくれるゆとりがある。レジの人はきちんとちょうど払えていると言ってもらえてとてもうれしかったです。その反面日本だったら絶対に起こりえないようなあり得ないミスも起こりました。会計が間違っていることもよくあり、一度などは２倍払うことになっていて払い戻してもらいました。いい加減さで困ることは日本より遥かに多いですが、それでなんとなく生活できます。

日本のほとんど遅れない電車

やどこにでも飛んでいるWi-Fi、いつまでも開いている店、正確なレジはとても便利です。私はイギリスでとてもそれらが恋しかったです。しかしこの生活を維持するためには、完璧な仕事が求められます。あそびがないため、些細なずれでも大きな狂いにつながるため、日本では細かいところにまで正確さが求められます。日本の生活は合理的で慣れ親しんだものです。しかし違ったものを受け入れるには弱いのではないかと思いました。几帳面で快適な日本の生活ほうが私はすきです。しかしイギリスの生活にも魅力を感じました。どちらのほうが良いかは完全に好みの問題になると思います。

今回イギリスで違う文化も受け入れる寛大さに触れて自分の考え方があまりかりかりしなくなったと感じています。様々な国の考え方の違う人たちに出会って、固定観念が薄くなり、何が何でもこうしなきゃいけないというのが緩みました。イギリスに行って、多くの人とふれあったことで、人生が豊かになったように思います。イギリスで多くの人間を受け入れる懐の広さにふれたことは良い経験になりました。ぜひ行ってみてください。

ハル大学研修を終えて

生活科学部食物栄養学科１年　浮穴悠生

ハル大学スカーボロキャンパスでの５週間の研修はとても実り多いものになりました。まず、学生や教師は日本に親しみを持ってくれている方ばかり・街のひとびとも優しく親切・一緒に研修に参加したお茶大生はみんな頼りになる！など人間関係に恵まれました。また、スカーボロは海辺の街で景色が良い・大学寮(校舎から走って 30 秒)はとても綺麗かつ個室なので一人の時間もしっかり持てる、など滞在場所も大変良いところでした。環境が整い過ぎているほど整っていたため、おそらく他の研修先に比べて気楽な研修だったのではないかと思うのですが、その分英語の学習と観光に集中することができました。鉄道が通っているため遠出もしやすく、南方のロンドンと北方のエディンバラの両方をはじめ、リーズやマンチェスター、リバプールなど、様々な街を訪れることができます。がんばればネス湖まで行けるのではないでしょうか。また、遠出も良いのですが、スカーボロもとても魅力的な街です。街の中心部には様々なお店がありショッピングを楽しむことができます。他にも海岸沿いやオールドタウンを散歩したり、お城やその周辺の公園を散策したり、アフターヌーンティーやスポーツジムでの運動を楽しんだり…など、充実した放課後を過ごせました。また、現地の学生に家に招いてもらったり、アニメ同好会とアニメを見たり、食事やボーリングに誘ってもらったりと現地の学生と交流する機会にも恵まれました。自分から相手に働きかけることができれば外国人と交流する機会も広がるのだということを実感しました。英語がぺらぺ

ら話せるようになったわけではありませんが、英語に触れて自分の学習態度を見直す良いきっかけになったと思います。

Scarborough

理学部物理学科２年　保坂玲

↑「SCARBOROUGH」の人文字に挑戦するも人数不足のお茶大生スカーボロ組

まずは春季短期研修に参加するまでの経緯と、留学先にイギリス・ハル大学を選んだ理由について！

① １年次：夏休みあけ
大学入学以降、英語力の低下を感じていた私。これからの時代は英語だ！大学院に進むにも就職するにも英語は必要だ！と自らを奮い立たせ留学説明会に。長期は不安なのでもちろん短期にフォーカスする。留学すればさすがに勉強するだろうと踏んで。

② １年次：秋
友達に春休みの免許合宿に誘われ、留学をやめる。そのかわりに２月の TOEFL に全力を注ぐ。

③ １年次：春休み
普通自動車免許を取る。学科の友達数人がハル大学短期研修の様子を facebook にあげており、キレイな大学だな、楽しそうだな、等感想を抱く。この頃からハル大学を意識する。

④ ２年次：夏休み明け
去年も参加した、春休みの短期語学研修説明会に再び参加する。この機会(2 年次春休み)を逃したらもう(諸々との兼ね合いで)留学できないと思い、申し込みをする。もともと気になっていたことと、唯一理系向けのプログラムがあるということでイギリスのハル大学を選ぶ。

次にハル大学での授業、現地学生との関係について。

○ 授業

お茶大生＋先生だけの授業がメイン。先生は当然英語しか話さず、日本語を理解できないのでなんとかして英語で自分の意見を伝えなければならない！しかしジェスチャーや友達の助けを借りることで乗り切ることができる。

他にも現地の学生が先生役となる語学の授業があったり、任意参加の授業聴講（海洋学。栄養学、プログラミング）もあります。さらになんと、お茶大生ひとり一人に学生がついてくれ、エッセーの添削や語学勉強のアドバイスをくれました！

正直な感想として、「英語苦手だけど、留学しちゃえば話せるようになるっしょ」という人にはキツイと思います。やはり語学研修なので、ある程度の語学力（主に単語、積極性）は必要です。

○ 学生との交流

ハル大学についてすぐ、大学側から student ambassador の中国人学生２人を紹介され、買い物場所など町の案内をしてもらいました。そのふたりと facebook で友達になり、メッセージのやりとりをして一緒に出かけたりしました！前述の先生役の学生とも同様にやりとりをし、お家に夕飯を食べに行ったり。パブに連れて行ってくれる人もいました！みんなフレンドリーなので、関わりのあった学生とは facebook で友達になることをお勧めします。

まとめ

この研修の充実度は参加者次第でいかようにも変化します。私は積極的な発言&こまめなメッセージを心がけ、勉強も交友関係も楽しみました！

↑授業最終日の記念撮影。他にもたくさんの学生と親しくなりました

ハル大学研修を終えて

文教育学部人文科学科一年(当時)　野村春佳

イギリスへの留学中に私が遭遇したことの中で、恐らく日本に居ては気が付けなかったことは大きく二つあります。一つは、当然のことながら、日本国外において、私たちの母語である日本語は通じないと言うこと。そして同じく日本では、高等教育機関であっても英語が殆ど通じていないらしいということ。そしてもう一つは、機能性にあふれる日本の町並みとは異なり、石畳で舗装され美しいものの、時に古臭く息苦しいように映るイギリスの町並みの中には、必ずと言っていい程何処かで、戦争の記憶が息づいているということでした。

日本における英語教育の場は、例え講師が外国人であろうと、意思疎通に問題がある場合、学習中の英語の代わりに、母語である日本語を使う事の出来る環境でした。しかしイギリス滞在中、もっと言えば、私が日本を出国し、経由地であるオランダ・スキポール空港で乗り継ぎを待っていた時から、そこには英語の授業が開始されている訳でもないのに、当然のように日本語の通じない空間が広がっていました。ロビーを往来する人々はヨーロッパ系、アフリカ系、アジア系等多種多様な面々があり、しかし六時間の長きにわたったスキポール空港滞在で、同じお茶の水女子大学生を除き、私はただの一度も日本人を見つけることが出来ずに居ました。大学が始まる前、Japanese Society のメンバーがハルの町を案内して下さった際、メンバーの方が気を遣い声を掛けてくれているのは分かるものの、何を言っているのか本当にさっぱり分かりませんでした。相手にも私の言いたいことが、単語の意味すら伝わっていない様にも見えました。日本文化に興味関心がある人によって構成されている Japanese Society ですが、かといって日本語が少しでも通じる人は殆ど居ないのです。大学での語学研修が始まった時、授業内では活発な発言、ディベート、そして隣り合った席に座る別言語を母語とする生徒との、授業内容に関するディスカッションが求められました。英語を母語としない者同士ですから当然日本語が通じる訳がなく、英語を母語とする相手であればニュアンスで通じるような英語すら通じない相手とのディスカッションは、非常な困難を極めました。「あなたの言っていることが分からない」と言われたことは数えきれない程ありました。しかしただの観光とは異なり、日々英語に晒されることで否応なく英語に慣れ、毎日顔を合わせることで、人種の異なるクラスメイトの顔立ちに慣れ、そのうちに、明らかに言葉の通じない相手とのコミュニケーションを試みる程の心の余裕が生まれていきました。辞書を引きながら、それこそ単語ばかりの文章にす

らならない稚拙な言葉であっても、バックグラウンドの全く異なる相手に自分の言いたいことを分からせた時の感動は、それこそひとしおのものでした。

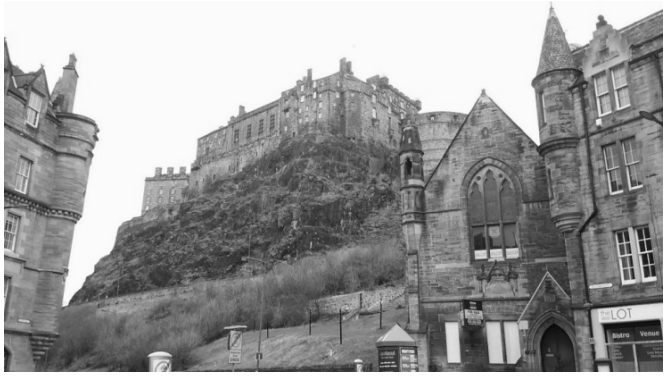
更に二週間ほど経って英語に少し慣れてきた頃になると、逆に英語話者側の立場に立って日本という国を見る機会も生まれました。ロボット工学を専門としている Japanese Society のメンバーの一人の、元々日本の大学で研究をしようと思っていたものの、日本語の難易度が高く語学が身につかなかった為ハル大学に留学をしたという話を聞いた時、私は日本の高等教育機関が如何に閉じられたものであるかを知りました。生憎私は他国の大学がどのようなものか実情を知らない為、他の国の高等教育も実情はこのように閉鎖的なものであるのかもしれません。しかしあらゆる面における人材不足が懸念される今、国内での人材育成と共に、海外からの頭脳輸入は、日本の将来に関わる大きな課題の一つではないのだろうかということにまで思い至ることが出来たのは、私が実際に一度、言語により疎外を受けた後であるからこそだったのだと思います。

私が留学中に遭遇したもう一つの驚くべきことは、イギリスの町並みについてのことです。私はイギリス留学中、滞在先であるハルは勿論、East Yorkshire の郡都 Beverley、マンチェスター、ロンドン、エディンバラ等、様々な場所を観光しました。そしてその全ての都市の駅や駅前広場といった場所には、第一次世界大戦、或いは第二次世界大戦における出兵者を悼むモニュメントが建てられ、その前には WW1 塹壕戦を象徴すると言われる赤いポピーの花輪が手向けられていました。更に、言語交換の制度で知り合ったイギリス人女性に、教育制度についての話を聞いてみた所、イギリスの歴史教育において最初に学習されるのは第二次世界大戦についてであるということを知り、最終週に訪問した地元小学校の天井から吊るされていた可愛らしい年表で私は実際に、目の前の小学生が世界史の大学受験問題で出てくるような細かさで時系列に第二次世界大戦の始まりと経過、終戦までの至りを学んでいるということを目の当たりにしました。日本とイギリスの間には物理的な距離や、終戦時の立場の違い等、大きな隔たりがあり一概にそうあるべきだとは思いませんが、歴史教育問題や歴史における戦争の扱われ方が大きく取沙汰される昨今、海外の戦争教育の一端を垣間見ることが出来たのは、大変興味深い経験でした。

今でこそ世界は、インターネットの登場により縮小されつつあり、日本に居ながらにしても英語の文献や英語圏のニュースといった情報は容易に手に入れることができます。しかし情報として発信される時点で、そこには発信者の主観が入り交じり、殊に戦争といった取扱いの難しい話題は、扇動的で信用の薄い記事の中に情報が埋没してしまう事が多々あります。世間話としては相応しくない議題にも堂々と立ち入ることの出来る学生という身分を存分に利用し、日本国外の教育、文化、思想、システム、人等様々な事柄に触れることは、自分の視野を広げ、限りなくそのものに近い情報を知ることの出来るとても良い機会です。この経験を活かしこれからは、国際的な課題や日本の将来的な課題によりリア

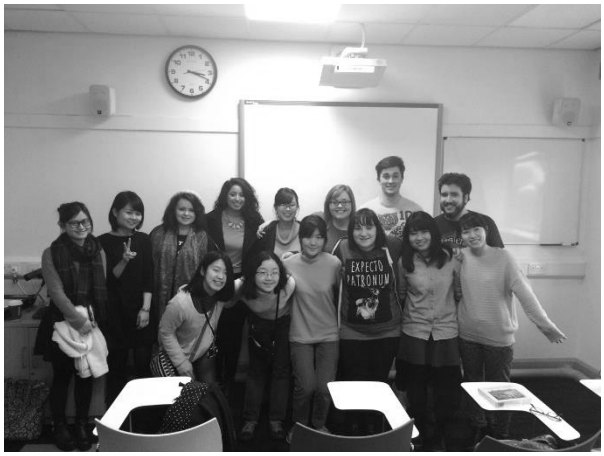
ルな視点から自分なりのアプローチをしていけるのではと思っています。

このような機会を与えて下さったハル大学の皆様、Japanese Society の方々、お茶の水女子大学の先生方、大学で共に過ごし私を助けてくれた日本のクラスメイト(母語を同じくする同行者がいるというのは短期留学の強みであると思います)、そして留学を援助してくれた家族に、感謝の念が尽きません。



ハル大学スカボローキャンパス

理学部生物学科 1 年
田邉昌子



私は春期語学研修で 5 週間イギリスのハル大学のスカボローキャンパスに行きました。スカボローは海沿いの町で、夏のリゾート地として有名なようです。治安は良く、街並みはきれいで現地の人々は穏やかで親切でした。大学に隣接した寮に滞在していたので、授業に行くのには便利でしたが、駅まで徒歩 30 分あり、駅近くのスーパーまで買出しに行ったりするのが大変でした。駅を挟んで反対側にはスカボロー城があり、歴史を感じさせるものでした。

授業は毎日 9 時から 15 時または 16 時まで受けていました。英語の授業がお茶大生向けに組まれていて、そのほかに現地の学生の授業を聴講したりしていました。海沿いということで海洋学が人気だったので、聴講に行きました。先生や学生が親切に接してくれて、内容も生物学科の私にとっては興味深く、とても楽しい授業でした。授業で印象に残っているのはイギリス文化の授業です。イギリスの社会制度や地理、言葉の成り立ちなどさまざまな知識がつきました。日本との違いを見つけることは、日本を見つめなおすことにもなり、よいところや改善するべきところが発見できました。そして授業では積極的な発言が求められました。今回の研修で英語力が向上したと共に、積極性を身に着けられたと思います。

学生と仲良くなることもできました。教員志望の学生の授業があり、とてもフレンドリーな授業でした。また、スカボローにはさまざまな国の学生が集まり、特に中国人の学生が多く、刺激を受けました。同じアジア系ということで親近感もあり、家にお邪魔してご飯をごちそうになったりしました。

5 週間の経験から特にリスニングやスピーキングについて課題がたくさん見つかりました。この経験で終わるのではなく、その先へのステップアップにしようと思います。今後に生かしたいことばかりの密度の濃い 5 週間は楽しく、そして有意義なものとなりました。

ハル大学春期語学研修を終えて

生活科学部　人間生活学科　１年
山口恵実

早いもので私が語学研修を終えてから１週間が経ちました。少しあちらでの生活が恋しくなるときもあります。さて、今から研修についての報告をするわけですが、大きく生活、授業、現地の学生との交流、その他の４つに分けて書こうと思います。

・生活

まず現地について一番に感じたのはとにかく寒いということです。気温は東京とさほど変わりませんが、海が近く風のせいで体感温度はかなり低かったように思います。暖かい格好をして行くに越したことはありません。次に寮が予想以上にひどかったことです。ハルキャンパスに通う私たち文系の学生は大学の寮ではない場所に滞在したのですが、WiFi は繋がらないやらキッチンは汚いやらトイレやシャワーは同じフロアにいる男性と共用だったということがありました。留学の際には少ししつこいくらい滞在先の情報収集をすることをおすすめします。ネガティブなことを書き連ねましたが同じフロアの外人さん達とキッチンで談笑したり、余った洗剤をもらってもらったりとなかなか出来ない交流をすることも出来て楽しい面もありました。

ハルの街は古い建物も多く景観も良かったです。ただパブも多いので夜は酔っ払いに絡まれることもありました。

・授業

授業は同じように英語を学ぶ他の留学生達のクラスに混ざってやりました。私ともう１人の入ったクラスは日本人１人、中国人とアラブ系が何人かずつで合計 16 人のクラスでした。英語を母語としない学生と交流することはお互いのなまりや英語力不足もありなかなか大変でしたが、その分日本ではなかなか出来ない体験だったので楽しかったです。また中国人の学生は私たちより少し年上ぐらいでしたが、アラブ系の学生さんたちはずっと年上で、子どもが５人もいるという方もいました。異なるバックグラウンドを持った人たちと交流できたのもこのプログラムに参加して良かったと思えた理由です。

授業は予想していた conversation や speaking の練習だけでなく、アカデミックライティングについても学ぶことが出来、今後海外の長期留学を考える身としてはとてもありがたかったです。

・現地学生との交流

まず現地で日本文化に興味のある学生によって構成される Japanese Society の方々がいろいろな世話をしてくれました。一緒にヨークに行ったり Big Fun というアスレチックジムに遊びにいったりと楽しかったです。また Tandem Partner と呼ばれる制度があり、日本語と英語をお互い教え合うという経験をすることが出来ました。パートナーは決められていましたが、私は友達のパートナーとの方が会う回数が多かったのでその人と仲良くなりました。お互いの都合もあるのでその辺は臨機応変に対応して良いと思います。日本語を英語で教えるというのは私の英語力不足と日本語の細かい知識がなかったせいでとても大変でしたが、おかげでそれまで興味のなかった言語という分野にも興味を持つようになりました。Tandem とは今でもメールのやり取りなどをしており、交友関係が広がる良い制度だと思います。ある女の子とはその子の家に行って料理を作るほどに仲良くなることが出来ました。

・その他

休日は主に旅行に行っていました。現地の学生さん達の案内もあり、近場の Beverley や York、またお茶の水の学生だけで２泊３日の London 旅行へも行きました。私は行っていないのですが友人が Manchester や Edinburgh への観光もしており、少し値は張ると思いますが行ってみるのも良いかもしれません。ロンドンはまたイギリスに旅行に行く機会などがあれば来ると思いますが、北部の小さな町やスコットランドなどはなかなか行く機会がないと思うのでせっかくなので試してみるのも良いと現地の先生にも言われました。

寮や街の不便さに文句を言いながらもとても充実した５週間を送ることが出来ました。ハルは実際日本と比べると不便な所ですが、人が良いというのが私の感想です。現地で過ごした５週間の中で「こんなに良い人ばっかりだとは」と友人とも話していました。

MONASH College

Australia

参加者 11 名

オーストラリア・モナシュ大学

理学部生物学科１年　山﨑はるか

　オーストラリアに着いて、私はただその自然に驚きました。真っ直ぐで幅の広い道路の脇には沢山の木が植わっており、歩道には芝生が生えている。日本では見ない鳥が聞いたことのない鳴き声で鳴いている……。この報告書では今回の研修で私が経験できたこと学んだことの一部を紹介したいと思います。

英語について

　今まで自分は正しい英語を学び正しい英語を話せるように勉強してきたつもりでしたが、ゲストスピーカーのお話や私自身の経験から、それは正しくないのだと気づきました。話す人のバックグラウンドによって英語の発音、単語、さらには文法まで変わってきます。私たち日本人は学校でアメリカ英語しか習ってきていないため、マザーが話すオージーイングリッシュや中国人が話す英語を私は最初の頃全然聞き取れませんでした。自分の英語力が単に足りないのかと最初は落ち込みもしましたが、気が付くとかなり理解することができるようになりました。今回この研修に参加することで、本当の英語を学ぶことができたと思います。世界共通語としての英語に対して自分の考えが変化しました。

お茶大の特別プログラム

　他大学より一足先にオーストラリアに入国し授業を始めることで、本格的なプログラムが始まる頃には余裕が持つことができました。お茶大生はみんな向上心が高かったので、特別授業で自分も向上心を高く持って勉強できました。また、みんなと一緒に授業を受け、一緒に観光に行ったので、お茶大メンバーでとても仲良くなれました。多分この研修に参加した大学の中で一番全員が仲の良い大学だったと思います。

友人について

　スタッフの方が現地学生との交流の機会をたくさん設置して下さり、BBQ や焼きそばパーティーを通してオーストラリア現地の友人ができました。オーストラリアでは外国語学習

で日本語が人気らしく、お土産を売るおじさんが日本語で話しかけてきたり、日本語を勉強しているという学生さんとバスの中で facebook のお友達になったりと、現地でたくさんの人と触れ合うことができました。日本語を学習している生徒さんと日本語で交流する Cultural Exchange というプログラムはとても楽しく、さらに友達の輪を広げることができました。

また、この研修には日本全国から学生が参加していました。私は東京で産まれ東京で育ち、中高は私立女子校と、とても狭い世界に住んでいたので、時々聞こえる方言や、男子と一緒にうける授業がとても新鮮に感じられました。クラスでの授業や、「全大学で参加できるイベントを何かしたい」ということで企画されたウォークラリーなどを通して、日本各地の人とお友達になれました。日本にいる時よりもずっと多くの友達を作ることができたと思います。

最後に

研修に参加する前は 5 週間という滞在期間をとても長く感じていましたが、実際はとても短いものでした。私は親元を初めて離れたので、最初は日本に帰りたいと思いましたが、しかし友達や先生方のおかげで最後まで楽しく過ごすことができました。この研修に関わった全員に感謝しています。ありがとうございました。

この研修を通して、私は多くのことを学べ、自分を変えることができたと思います。しかし私はまだ英語を完全に習得できてはいません。これからも英語学習を続け、またオーストラリアに行きたいです。そしてその次はオーストラリアに限らず、様々な国に行ってその国の文化に触れてみたいと思っています。

オーストラリアの道路

My experience in Monash

生活科学部食物栄養学科 1 年　小松美穂乃

I participated in the English study program of Monash College in Melbourne, Australia. It was the first time that I went abroad. I learned a lot of things during this program.

First, I studied about multiculturalism. Australia is very multicultural and many people from various countries live in Melbourne. I heard not only English, but also Chinese and other languages. Also, I ate many kinds of food. I found some sushi shop and Japanese restaurant in the city. I tried some different sorts of food in the market and it was nice. We talked about multiculturalism and globalization in the class. Teachers gave me various information and knowledge, so I got a broader view.

Second, I gained confidence to speak English. At first, I was not able to speak English well and I couldn't speak up. However, I wanted to improve my English skills, so I decided to speak as much as possible in the class. After I tried that, I had more confidence and was able to speak loudly. My classmates are good at English and they mostly speak English during the class, so I was able to improve my speaking skill. On the other hand, I also tried to talk a lot with my host family and their friends. It was difficult to understand all of the story told by the friends because it was a little bit fast, but it was a good lesson of listening English. I thought that the most important thing is to try to make me understand, using various ways such as gesture and eye contact.

Finally, I realized the beauty of Australia. There were many trees and birds not only in the residential area but also in the city. I went to Great Ocean Road on the weekend. The sea was beautiful blue and extensive, so I was moved and felt the large scale of the earth. My favorite place was Philip Island. I saw cute penguins coming up from the sea and going back to their nests. I was able to see them very close, so it was really nice. Also, I fed kangaroos in the small zoo. They were kind and cute and I spend a great time there.

I had a lot of great experience in Melbourne. I met nice people and learned various things. I want to study English more and talk to many foreign people. I want to go to Australia again.

My precious experience in Australia

Riko Omata
Chemistry　Freshman

I joined this program to improve my English skills. I wanted to practice speaking English. In Japan, especially in high schools, we have a lot of opportunities to read and write in English, but in contrast, there are few opportunities to talk in English. We have studied many words or phrases that can be used in daily conversation, but we don't use them to communicate in Japan. That's why I'm not good at speaking in English. This program offered me many chances to talk in English not only with foreigners but also with Japanese.

Australia is a multicultural country. There are many people who came from other countries, so I always heard foreign language, except for English, in the trains, trams and buses. Everyone in Australia is used to talking with people who can't speak English well. They tried to understand our English though it is of course not perfect. So I felt free to speak to them using English, I haven't felt fear. Honestly, I was so nervous on my first day in Australia and before I arrived there, because I had no confidence to communicate with foreigners. Actually, I couldn't talk enough with my host mother when I eat my first dinner at her house. I couldn't catch most of what she said. It made me lose my will to talk. However, gradually I can understand what people said and tell them what I think and what I feel. Once I could succeed in telling what I wanted to tell, I felt more excited to speak English and moreover, I wanted to speak English more and more.

This was my first time to do a homestay. In Japan, I live with my family, so I have never lived without them for longer than a month. I imagined to be homesick soon, because of communication troubles, but in fact, I didn't need such worries. My host mother was so kind, and she brought to me big warmth of home every day. We really enjoyed chatting during and after dinner. I was always looking forward to chatting with her. She told me a lot of things about Australian culture, what she did on that day, her favorite coffee shop in the city of Melbourne and so on. I also told her what I did, what I wondered in class. At one glance,

everything can be worthless, but actually, that's not true. Everything was so worth for me even it was so tiny experience. Also, I had big encounter, there was another international student from China. He had already come there 3 weeks earlier than me and he is a good English speaker. He told me a lot as well, and we enjoyed chatting every day. We told our own culture to each other and sometimes we hung out in the city because he have already known well about Melbourne, so he can be a good guide for me.

I had many another wonderful encounters. I made many friends during this stay. One of them is Australian, he is a Monash uni student. I met him for the first time when I visited his class. He majors in Japanese, so he studies Japanese language and culture. Visiting his class is one of the parts of this program. The time we talked during my visit was really short, but we told our own contact and now, we chat on an app and once or twice a week, talk on skype. I'm really happy to keep in contact with him because I still have opportunities to speak English after I came back to Japan.

5 weeks is too short to enhance my English skills, but enough to feel various cultures. That experience made me think again about "what is our culture?" It means "what is the good point in Japanese culture?" and "what is the bad point?" I can think about our culture from more viewpoints than before.

The most wonderful things I had during this stay is encounters with people in Australia. It includes Japanese students as well. They have strong motivation to study and big dreams. It is the source of my energy to study, too. I'm happy to stay in contact with them and also my host mother, housemate, my class teacher and a student I met. It must be a permanent, not temporary, benefit in my life. I can't thank everyone I met in this program more.

My experience in Melbourne

文教育学部人間社会科学科１年　小林咲葵

From February 15 to March 21, I went to Melbourne, Australia. I went abroad for the first time, and studying abroad was also the first experience for me. So every day was quite stimulating. As I said, I went overseas for the first time. However, I didn't feel that I was in a foreign country. That was because every day I went to Monash University and all classmates were Japanese people. Moreover I think that especially Melbourne is very tolerant of accepting foreigners. People in Melbourne were very kind. For example, when I lost my way, someone always helped me go to the destination before I asked. I was very impressed. Australia is the multicultural country, and I think that maybe a lot of people have experience that they cannot express themselves in English and convey what they want to say. Thus Australians were gentle to foreign people, so I recommend you to go to Australia particularly to Melbourne.

The homestay was also precious experience for me. Actually my host family was a unique family, so sometimes I was in trouble and felt uncomfortable. However, my host family tried to make me have a good time at home and I also tried to ask my host family some favors. In the end, we could establish a great relationship. This experience was very precious and led to my confidence. Now I thank my host family.

Lastly, most important experience for me was having been able to come across precious friends. I could make friends not only with Ochanomizu University students, but also Tohoku University, Hitotsubashi University, Nagoya University, Osaka University and Kyushu University students. With my friends I studied at Monash University hard and afterschool we enjoyed the City. Sometimes we talked about the future. Moreover I was influenced by them very much because they have different background and goals. I could find precious friends who are quite important to my life.

To sum up, through studying at Monash Univerity, I could have a lot of great experiences. From these experiences, I reconsidered about what I should do during my campus life. Without wasting things, I am going to study in Japan.

モナシュ大学短期研修を通して

お茶の水女子大学　生活科学部　人間生活学科　１年　池崎沙央里

＊参加動機…今回私がこのプログラムへの参加を希望した理由は、第一に現地の英語に触れ、英語力を磨きたいということ、第二に異国の地での生活を通して視野を広げたいということ、そして最後に、全ての活動を通して、自信のないことには億劫になってしまいがちな自分を変えたいということがありました。結論として、全ての目標を達成することが出来ました。その過程を以下に綴りたいと思います。

＊　プログラム…オーストラリアということで、多文化に関するトピックを取り上げることが多くありましたが、他にも異文化・環境・グローバル化などと各週で様々なトピックについて調査・ディベート・エッセイ・プレゼンテーションという４つの課題に取り組みました。もちろん、課題に取り組むにあたって様々な知識を得ることが出来たことも大きな成果ではありますが、それ以上にクラス内、またはクラスを超えて英語で意見交換を行い、考えを共有することが出来たことが何よりも良い経験でした。日本人のみのクラスということで、少しでも気を緩ませれば簡単に日本語が飛び交います。しかし、クラス一人一人が明確な意思をもって参加していた上、先生も我々に英語で話す機会を沢山与えてくださったので、毎日の授業が充実していました。特別講義や希望すれば参加出来る現地の講義も積極的に参加し、貴重な経験をすることも出来ました。プログラムの基本軸は全員同じでも、その中でどう行動するか、どう取捨選択するかは自分次第だと思いとにかくやってみる！をモットーに進んできましたが、終わって振り返ってみて、その考えは間違っていなかったと確信しています。

＊　ホームステイ…旅行で海外へ行ったことはありましたが、今回は人生初の留学、そしてホームステイでした。私のホストファミリーはインド人でしたが、初めは全く聞き取ることが出来ず、ミスコミュニケーションも起き悔しい思いもしました。しかし、ファミリーの優しさに支えられ、意思疎通を諦めなかったことで、気がつけば聞き取れないなどと嘆く自分はいませんでした。むしろ冗談を言って笑い合えるようになり、分からなかったらはっきり言って説明してもらい、お互いの家族のことや日本のことなど色々なことを話しました。食文化も違い、たしかにそれなりの葛藤はあったけれど、この５週間のホームステイ生活は、異文化の受け入れという、私にとっては少し難関と思えていたものを、異国だからということは関係なく、人それぞれの多様性の受け入れという形

で私の精神そのものを変えてくれました。

＊観光…観るべきもの、場所は沢山あり、私自身も全てを訪れることは出来ませんでしたが、訪れた場所はすべて、一生のうちに一度でも行くことが出来てよかったと思えるところばかりでした。中でも写真にあるグレートオーシャンロードの 12 使徒の絶景は、自然の変化の歴史を物語っていて、いつまでも眺めていたい気分でした。他にもグランピアンズ国立公園やフィリップ島など様々な観光地を訪れましたが、共通して言えることは、当たり前かもしれませんが前知識があるとより一層面白いということです。歴史のない場所はゼロに等しいと思うので、どの場所も観るだけでなくその地の歴史を感じることが出来たのも非常に面白い経験でした。また、計画的に巡ることももちろん楽しかったのですが、無計画に行き当たりばったりで過ごした一日もとても有意義で楽しかったです。

＊ 感想…５週間という長いような短いようなこの期間の中で、かけがえのない経験をすることが出来ました。すべての経験を書き連ねるならばここには収まりきらないほど、一つ一つが大切な経験です。全てを通して強く感じることは、何事も自分次第であるということです。プログラムの参加も自分次第でいくらでも有意義に出来ます。ホームステイ先での生活も自分次第でいくらでも充実させることが出来ます。観光地を巡るにも自分次第でいくらでも楽しむことが出来ます。今まで何かと自分の限界を勝手に決め、自信がなければ挑戦せずに逃げてしまっていた自分にとって、今回の経験は２倍にも３倍にも自分を大きくしてくれた気がします。その中でも一番大切にしたいと思ったものは、出会いです。沢山の人に出会い、沢山の文化に触れ、沢山のことを学び、感じ、考えました。オーストラリアで出会った家族、仲間、友人は、これからの自分の人生の中でも本当にかけがえのない存在になると思います。第一の目標であった英語力の向上は、飛躍的ではないけれど確実に上がったと思えるほどになり、第二の目標であった多様性の受け入れも気がつけば達成されていて、そうした英語への自信と多様性の理解が第三の目標であった自分自身の成長に繋がったのだと思います。

＊ 最後に…この留学に参加することが出来て本当によかったと心から感じています。今回の留学において私を支えてくださった全ての方々へ感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。

海外研修を通して

理学部物理学科　2年　中本舞

私は自分の英語力が海外で実際にどこまで通用するのかを確かめたい、またリスニングの力をさらに高めたいという想いで短期留学をすることを決めました。モナシュ大学に決めた理由は、ディベートやディスカッションの技を学べる点や現地の小学校に訪問できる点がとても魅力的だったからです。

さまざまなオリエンテーションに参加して事前に知識を身につけた後、期待を膨らませながらオーストラリアへ向かいました。オーストラリアへ着いてからは、空港でモナシュ大学のスタッフの方がフレンドリーに出迎えてくださり、そのままステイ先の地域ごとに別々のミニバンに乗り、ホストファミリーのもとへと連れて行ってくださいました。ホームステイ先についてからは、家でゆったりとした休日を過ごすことができました。ホストファミリーは家の中で積極的に話しかけてくれたため、すぐに打ち解けることができました。ホームステイ先には他の国からの留学生も滞在していたため、異文化交流をすることができ、貴重な経験となりました。

町のつくりや経済情勢の影響についても学べることがありました。オーストラリアは車社会だということは知っていましたが、メルボルンの郊外は車がないと本当に生活できないところでした。近くに身近に乗れる電車はなく、公共バスはあるものの乗り継ぎの考慮がされてなかったり、日曜日は動いてなかったり、自分たちだけで動くのは至難の業でした。普段何気なく生活していましたが、東京の張り巡らされた交通網の便利さを身に染みて実感することができました。また、徒歩県内にお店がないだけではありません。メルボルン郊外は住宅街で、レストランやスーパー、商売店など以外、会社のような働き口があまり見受けられませんでした。電車はあるものの、電車の速度は日本と比べて格段に遅く、中心部から距離もあるため、大きい町へ出るにはかなりの時間がかかります。ホストファザーと話をすると、若者が職を求め

て中心部へ出ても、アパートの家賃が高くてとても生活が成り立たないと言っていました。また、友人とシェアハウスをして、生活費をおさえている友人もいました。

ホームステイについては、今回が 2 回目のホームステイでした。以前と違い 1 人でステイということもありとにかく不安ばかりでしたが、英語を常に使ういい機会になったと思います。ホストファミリーとの意思疎通なしでは 5 週間の生活は成り立ちません。出来るだけ自分の感情を伝えられるよう、時には辞書を用いながら積極的に関わりました。ホストマザーとはとても気が合い、お互いが好きなファッションについて話をし、ホストマザーも大学時代は物理学を専攻していたという驚きの事実もあり、将来の展望について話したりしました。英語だけでなく、自分の専攻についてもこれからも頑張ろうと思うことが出来ました。

今回の留学を経て、英語を通して交流できることの喜びや楽しさを感じることが出来ました。この研修で出会った先生や生徒とのつながりを、これからも大切にしていきたいです。また、日本にいる間にもネイティブと話す機会として、大学の友達が Skype で英語のレッスンをしてくれるので、それをうまく活用し、英語力を上げていきたいと思います。将来、大学院などで、また長期留学をして、世界の研究に参加してみたいです。

モナシュ大学短期研修に参加して

生活科学部食物栄養学科
1430125　田中萌々子

私がこの研修に参加しようと思った理由は、今まで海外に行ったことがなく、学生のうちに一度は行って勉強したいと思ったからです。その中でこのプログラムは、一週目はお茶大生のみ、二週目からは日本のほかの大学生と一緒に授業を受けるということで、初めて海外に行く私でも安心して参加することができました。

オーストラリアで生活して感じたことは、本当に多文化主義だということです。世界中から人々が移住しているため、電車の中やキャンパスなど、あらゆる場面で多様性を感じました。そのため、私たち日本人も外国人という風によそよそしく見られることはなく、オーストラリアの生活になじむことができました。この点について私はオーストラリアで一番好印象を受けました。

平日は午前中に大学の授業があり、オーストラリアの文化、環境問題などを学びました。一週間ごとにエッセイやプレゼンテーションなどのまとまった課題があり、それに向けて資料を集めたり友達と意見を交換したりしました。初めは、英語でそのような課題がこなせるのか不安がありましたが、先生が基本的な形式を教えてくださり、そこから学びながら課題を終えることができました。また、地域の中学校などを訪問したり、モナシュ大学で日本語を学ぶ学生と交流したりする機会もあり、英語や日本語で話しながら相手の文化や考え方を学ぶことができました。午後は、クラスメートや現地でできた友達と一緒に、メルボルンの中心部（シティ）などに遊びに行きました。シティには歴史のある建造物や、カフェ、マーケット、公園などが多くあり、5週間でも見尽くせないほどです。移民博物館やメルボルン博物館では、授業で学んだオーストラリアの文化や歴史などと関連のある展示も多く、授業とあわせてオーストラリアについて深く知ることができました。

土日は授業がなかったので、シティのほかにも少し遠い場所までツアーなどで出かけました。私はグレートオーシャンロードやフィリップ島に行きましたが、どちらも素敵なところでした。

ホームステイもまた、充実した時間でした。日常生活で必要なことを聞いたり、メルボルンの観光について教えてもらったりと、すべて英語で会話をしました。初めはファミリーの英語があまり聞き取れず少し苦労しましたが、一週間ほどすると慣れてきました。また、ファミリーはアジアの国から移住してきた方だったので、私が授業でオーストラリアの移住について学んだとき、ファミリーとこのことについてたくさん話すことができました。このような日常生活を通じて、自分の意見を英語で言うことが以前よりもできるようになりました。

オーストラリアの食文化はとても多様なものでした。日本でいう和食のようなものはおそらくなく、むしろさまざまな食文化が集まってできている文化がオーストラリアのものだと感じました。ショッピングセンターやシティの中にはさまざまな国籍の料理が並んでいました。また、日本よりも果物がたくさん売られていて、現地の人々がそれを昼食などに丸ごと食べる姿をよく見かけました。私はこのような食文化が好きになりました。

最後に、この研修を振り返って、自分の意思で自由に活動を広げることができたと感じています。授業以外の過ごし方、遊びに行く場所などもそうですが、自分から現地の大学生と関わったり、友達のホストファミリーと交流したりするなど、幅広い経験ができました。オーストラリアでできた友達とは、日本に帰ってきてからも交流が続いているくらい強いつながりが生まれました。とても有意義な5週間の研修となりました。

Melbourne での 5 週間

理学部情報科学科 1 年
1420528　筒井 南

モナシュ大学での 5 週間は本当に素晴らしく、とても密度が濃かったと思います。私は元々留学したいとは思っていましたが、勇気が出なく実際行動に移せていなかったところ、母が強く勧めてきたのでこのプログラムに参加しました。思っていた通り、1 週目のお茶大だけの授業はとても辛かったです。本当にみんなディスカッションで良く話せていましたが、私は話したくても英語では話せないので黙ってしまいあまり参加できませんでした。でも 2 週目からはとりあえず話そうという精神で授業に臨んだので、ディスカッションに積極的に参加できました。

2～5 週目は、一橋大学、埼玉大学、東京学芸大学、名古屋大学、大阪大学、九州大学の学生さんとの授業でした。1 週目とは授業の雰囲気もがらりと変わり新鮮でした。この他大学の学生さんと同じプログラムは、モナシュ大学のとても良い点です。世の中にはいろいろな人がいる。こんなにすごい人がいるんだ、私はまだまだだ、などといろいろ考えさせられました。そして、最後の授業が終わった日には、クラスみんなで打ち上げしたり、平日の昼にみんなでごはんを食べたりと仲良くもなれました。また Conversation の授業や Field Trip でも他クラスの他大学の子とも話すことができ、ほかの大学では味わえない体験だなと思いました。これからもこのプログラムで出会えた仲間を大切にしたいです。

ホストファミリーとの生活は楽しいこともあり、辛いこともありました。基本的に家族は私にだけゆっくり話してくれたので、言っていることは理解できました。ですが、言いたいことを伝えられないもどかしさがありました。最初の頃は Yes,No としか返すことができませんでしたが、時間が経つにつれ心に余裕ができ話そうと思ったのに英語で言えない、単語がわからない、と悩みました。ただ言い出した者勝ちとも思いました。思ったこと全部言えなくても、遅くても、とりあえず話し始めてしまえば逃げることもできないから、ちゃんと話すことはできました。また、私のホストファミリーはインド出身で、食事、お祈りなど、たくさんのことが日本とは違い、とても印象に残っています。インドから留学に来ているハウスメイトは私と同い年ですが、もう既にたくさんの国へ行ったことが、その国のお話もすごく新鮮でした。

オーストラリアが多文化社会なのはオーストラリアに行く前から知っていましたが、行ってみて実感しました。クラスでホストファミリーの話をしていると、クラスの子それぞれファミリーの出身が違い、日本ではあり得ないことです。クラス 16 人のファミリーの出身国が 16 種類なのです。みんな違うということです。街を歩いていても多文化社会は実感していましたが、改めて驚きました。

授業後はシティへ行ったり、土日は遠出したりしました。たくさん観光しましたが、その中でもGreat Ocean Roadは本当に素晴らしかったです。オーストラリアに来ていると実感しました。また2泊3日で行ったシドニーはとても楽しかったです。短かったけど行けて本当に良かったです。

今回の留学でいかに自分が小さいかを実感しました。私は母に視野を広げてきなさいと言われていました。去年母の勧めで姉もシドニーに留学していて、姉は、自分は将来のために何もしていない、周りと比べ遅れていると思い、帰国後活発に積極的に動き始めました。そんなに変わるものかと思っていましたが、実際私も行ってみて、何でもいいから自分から動こうと思いました。他大学の学生やモナシュ大学に留学で来ている学生、みんなちゃんと将来のこと考えていました。何事もなく１年間大学生活を送ってきた私には刺激がありました。留学してみなければわからなかったことなので、参加してとても良かったです。

この研修で関わってくださったすべての方々に感謝しています。

モナシュ大学短期研修を終えて

1310437
文教育学部人間社会科学科社会学コース 2 年
藤瀬彩水

今回の短期研修は、私にとって 2 回目の短期留学でした。前回の留学で英語の向上に関して満足いく結果を自分で感じることができなかったこと、そして多文化共生社会といわれるオーストラリアで実際に生活することで、その実情を知りたかったのでこの研修に参加しました。ホームステイで実際に現地の人の生活を体験できるという点も参加を決めた要因の一つです。

実際に、5 週間生活してみて感じたことは、本当に様々な国のバックグラウンドを持った人が調和を保ちながら生活しているということです。道を歩いていても、電車やバスに乗っても中国語や韓国語などアジアの言語を中心に多様な国の言語が聞こえてきました。多国籍な料理屋がいたるところにあり、食文化の面でも多文化を感じることができました。毎週水曜夜にシティのビクトリアマーケットで開催されているナイトマーケットにクラスメイトと行き、様々な料理をシェアして食べたことが大変印象に残っています。多文化共生社会について授業で学び、自ら生活したことで、人びとが、オーストラリアは多文化社会であることを認識し、違いを許容することで多文化共生社会が成り立っているのだと感じました。このことに気が付くことができたというだけでも今回研修に参加した意義を見出すことができます。しかし、経済的な面や就職に関することなどを取り上げて考えると一概に多文化共生社会は良いものであるということができず、とても難しい問題であると感じました。

第 1 週目は、お茶大生だけでの授業が行われました。3, 4 人グループでのディスカッション形式での授業でした。様々な議題についてディスカッションをすることができ、この 1 週間で英語を話すことに対する抵抗感を払拭することができました。2 週目からは日本の他大学の学生との合同プログラムでした。環境や多文化共生、文化と各週テーマが決まっており、プレゼンテーションやエッセイ等様々な英語のスキルを使って課題に取り組みました。先生方が丁寧にディスカッションやプレゼンテーションの方法や構成についても指導してくださり、難しい課題にも最終的には一つの完成形に仕上げることができました。

この研修の良さは、日本の他大学の学生と共に勉強することができる点です。普段は共に勉強することのない大学や学部の人と一緒に授業を受けたことは、とても刺激的でした。クラスの雰囲気も初日からとても良く、英語を学ぼう、スピーキング力を伸ばそうという強い気持ちが共通しており、互いに切磋琢磨しあいながら授業に臨むことができました。

クラスメイトと授業後や週末にシティへ遊びに行ったり、観光したりしながら多くのことを話すことができ、かけがえのない思い出を作ることができただけでなく、貴重な経験をすることができました。

私がお世話になったホームステイの家族は、マザー、ファザー、小学生の女の子、幼稚園生の男の子という家庭でした。ファザーの訛りが強く、当初聞き取ることにとても苦戦しましたが、一緒にテレビを見ながらコミュニケーションを続けていくうちに徐々に 1 回で聞き取ることができるようになりました。ホストマザーはアイルランド出身で、その文化についても知ることができました。帰宅後は子どもたちと遊ぶことが日課でした。初めの方は、子どもの英語がとても難しく、どのようにコミュニケーションを取ればいいのか少し悩みましたが、たくさん質問してくれ、話しかけてくれ、徐々に打ち解けることができました。中盤からとてもなついてくれ、甘えてくれるようになり、普通に会話できるようになったことが大きな収穫となりました。ホストファミリーとは大変良好な関係を築くことができ、また遊びにきてねと言ってもらったので、今後も交流を続けて、絶対にまた会いに行きたいと思います。

スピーキング力を伸ばすことを第一の目標としてこの研修に参加しました。自分自身では、どれほど上達することができたのか分かりませんが、最終日にマザーに「あなたの英語は素晴らしいと思うわ。私もあなたにとっての英語のようにフランス語の勉強を頑張るわね」といってもらうことができ、自信をつけることができました。これからは、自信をもって英語を話そうと思います。スピーキング力に自信を持つことができたことはもちろんですが、それ以上に素敵な人との出会いがあり、コミュニケーション能力を高めることができたことが大きな収穫となりました。最後になりますが、この研修に関わりサポートしてくださった李先生をはじめモナシュ大学の先生方、共に学んだお茶大生に感謝申し上げます。このような素晴らしい研修に参加することができ本当に幸せでした。この経験をよい思い出で終わらせることなく、今後の人生に活かしていきます。

『モナシュ大学短期留学報告書』

文教育学部人間社会科学科１年　木村翠

私がモナシュ大学を研修先として選んだのは、オーストラリアの多文化社会がどのようなものなのか知りたかったということ、ホームステイができるため一日中英語に触れられる環境にあるということ、そして日本各地の大学から学生が集まるということで日本の中でも人のつながりを作ろう、という理由があったからです。この 5 週間という長いようであっという間だった期間の中で、本当にたくさんの良い出会いに恵まれて、最後にはもっとメルボルンで過ごしたい、という思いになるほど自分が成長できたと感じる経験ができました。私の過ごした 5 週間について、モナシュ大学での生活、ホームステイ先での生活、休日や放課後の生活の 3 つを軸に紹介しようと思います。

モナシュ大学での授業は、最初の１週間はお茶大のメンバーのみでの授業でした。11 人という少数のメンバーに先生が一人という授業で、少人数のディスカッションやディベートなど、英語を「話す」機会をたくさん与えてもらいました。お茶大のメンバーとは、数ヶ月前から何度もミーティングを重ねていたので、お互い打ち解けて授業に臨めたのでとても楽しくかつ積極的に授業に取り組めて、良いスタートを切れました。第 2 週からは他大の学生も加わり、A～H のクラスごとの授業となり、各週テーマが設けられた授業が行われました。このクラスも 16 名と少数で、かつ英語を話す、使う機会が多く設けられたのでスピーキングがとても鍛えられました。授業の中で特に印象に残っているのは、郊外にあるコミュニティセンターへの訪問です。現地の小さい子たちとふれあうことができたり、ステンドグラスをつくる講座で優しいおばあさんたちとたくさんおしゃべりしたのはいい思い出です。また、クラスメイトはプログラムに対する意欲がとても高く、授業での発言が積極的なのはさることながら休み時間も英語でおしゃべりするなど、英語を話すことをみんなで促し合うような、素敵なメンバーに恵まれました。メンバーそれぞれに個性があって、いいところをたくさん吸収しました。また、クラスメイトとお昼ご飯を食べたり、シティに行くなどして仲を深めました。

ホームステイは、私にとって大変だなと思

うこともありましたが、もちろん楽しいこともたくさんあり様々なことを学びました。私のホストマザーはスリランカ出身で、料理がとても上手でした。毎日晩ご飯を作るお手伝いをしたり、食器洗いを担当したり、またその中で会話をしたりと帰宅してからの 1,2 時間は一緒に過ごしてコミュニケーションをとる毎日を送りました。日本の文化について話したり、逆にスリランカの風習について訊いたり、オーストラリアの移民の現状について教えてもらったり、貴重な時間を過ごすことができました。ハウスルールが少し厳しいところがありましたが、それ以上にステイ先で1対1のコミュニケーションを 1 ヶ月以上続けられたことは私にとってとても大きな経験で、日に日にリスニング、スピーキング能力が身に付いてきているなということが実感できました。

平日の放課後や、休日はとにかく出かけまくりました。放課後はだいたいシティに行くことが多かったです。シティにある観光地はほぼ制覇したと言っても過言ではないです。また、日本人の友達とだけではなく、現地の学生に案内してもらってシティ散策をしたりと、放課後は交流の場でもありました。週末はデイトリップを申し込み、グレーとオーシャンロード、フィリップ島、グランピアンズ国立公園など、オーストラリアでしか見ることのできない様々な観光地に行きました。自分の中でとても楽しかったのは、メルボルンシティで行われた Japanese Summer Festival にボランティアとして参加したことです。私は盆踊り係として浴衣を着てたくさんの人の前で盆踊りのお手本として踊りました。浴衣を着ていたのでたくさんの外国人の方と写真を撮ってもらえましたし、ボランティア仲間の人と友達になることができたのも大きな収穫です。日本文化がこのように受け入れられていることを肌で感じることができてとてもいい経験でした。

最後に、この 5 週間をメルボルンで過ごす中で、異文化を受け入れること、異文化を知ること、違いを認め合いながら、自分をしっかり持って生きている人々をたくさん見ることができたことは本当に大きな経験でした。自分を暖かく受け入れてもらえたことがとても嬉しかったですし、現地学生、そして、日本の学生、たくさんの人たちに支えられながら成長できた 5 週間でした。サポートしてくださった全ての方々、本当にありがとうございました。

来年度、興味がある方は本当に良いプログラムだと胸を張って言えるのでぜひ参加してみてください！

モナシュ大学研修を通して

文教育学部　人間社会科学科　１年　澤木優子

モナシュ大学での約５週間の研修は、私にとって語学力の向上だけでなく今後の自分の進路を深く考えるうえでも非常に意味のあるものになりました。私がこの研修への参加を希望したのは、とにかく英語をもっと使いこなせるようになりたいという思いからでした。しかし実際に参加してみると英語力以外のあらゆる力が求められ、大いに刺激を受けました。具体的にはホームステイ・授業・現地での生活の３つの場面において、それぞれ異なる素晴らしい体験ができたと思っています。

まずホームステイについてです。この研修はホームステイ形式のため、授業はもちろん家に帰っても英語を使わなくてはなりません。日本人的な「言わなくても察する」文化はオーストラリアにはありませんから、どれだけ自分の英語に自信がなくても、自分の気持ちは自分の言葉ではっきりと伝えなくてはなりません。最初は馴染めないかもしれませんが、そのおかげで私はステイ先で自分に自信を持つことや間違いを恐れないことの大切さを、身をもって学ぶことができました。５週間を過ごすうちにステイ先で過ごす時間はとてもリラックスできて楽しい時間になると思います。

次に授業についてです。最初の一週間はお茶大生だけの授業ですが、二週目からは日本の他大学生も参加します。お茶大生にとっては男性と講義を一緒に受ける数少ない機会であり、私は積極的にリーダーシップを取ろうとする男子生徒からとても刺激を受けました。授業は当然英語で、講義のほかは生徒が主体でスピーキングが中心の授業が多かったです。日本各地に友人をつくることが出来るのもなかなかない機会だと思います。またモナシュ大学の研修には、現地の小学校訪問やフィールドトリップなど、他の大学研修にはない活動も組み込まれていて、講義で聞くより自分で見聞きして体感したい！という気持ちの強い方にはぴったりだと思います。

最後に現地での生活についてです。放課後はみんな毎日のようにCityという街の中心部へ遊びに行っていました。現地で遊ぶにしろ物を買うにしろ、ステイ先と同様に自分で意思表示して行動しなければいけないのは少し大変ですが、その分学ぶことも多いです。ちょっとしたことからカルチャーショックを感じたり、日本では考えられないようなことが当たり前のようにあり得ていることに疑問を抱いて自分なりに考えたりなど、

実際に現地に出てみなければわからないことがたくさんありました。もちろんこれらの体験は他のどの大学の研修に参加しても味わえることだと思いますが、オーストラリアならではだと私が感じたことは「人々が使う英語」です。オーストラリアは移民の受け入れに積極的で、アジア系は中国人やベトナム人、ヨーロッパ系はイタリア人やギリシャ人などを中心に多くの国から人が集まっています。現にステイ先の方々がオーストラリア出身だった学生はほとんどいませんでした。そのため City などで買い物をしてみると、あらゆる訛りの英語を耳にします。「生きた英語」に触れることで、いわゆるきれいな発音の英語だけが英語ではないのだという当たり前なことにも気づけますし、自分の英語に自信を持つきっかけにもなりました。

この研修は、学生に学びたいという気持ちがあればどこまでもその機会を与えてくれる素晴らしい研修でした。今回学んだことを胸に刻み、将来世界に貢献できるような人材になれればと思います。あらゆる面でサポートしてくださった方々、本当にありがとうございました。

UNSW
THE UNIVERSITY OF NEW SOUTH WALES

Australia
参加者１名

ニューサウスウェールズ大学研修を通して

生活科学部人間環境科学科　３年
北林奈緒美

研修に参加した動機

　私が今回、短期語学研修に参加したのは、就職について考えるようになり、海外で働くことを選択肢の１つとして考えるようになったからです。この研修が海外での生活体験、インターンシップをする良い機会でした。

研修プログラムの内容

　まず前半４週間、ニューサウスウェールズ大学で英語の授業を受けました。
日本の大学生はちょうど春休み中であったため生徒の半分くらいが日本人でした。はじめは同じ国籍の人が集まって話をしていましたが、そのうちせっかくの機会なのだからと思うようになりみんなどんどん英語で会話するようになりました。授業はもちろん英語でした。日本の英語の授業と違い説明するときも英語なので授業初日は英語を聞くことに必死でとても疲れました。私はGeneral Englishのクラスでした。英語能力別のクラス分けはあるもののクラスの中での英語能力にはかなり差があるように感じました。ディスカッションのとき自分が伝えたいことを難なく発言できる人もいれば、先生の話していることが理解できていない人もいました。私にとってどちらの人と話すときも前者ではリスニング力、後者では分かりやすく説明することが求められて貴重な経験となりました。

　後半２週間はニューサウスウェールズ大学でインターンシップでした。Students Serviceで名簿をチェックしたり、新入生向けの大学ツアー説明を考えたりしました。
日本の職場のイメージとは違い、みんなおしゃべりしながら楽しそうに働いていて私も楽しみながら働けました。

ホームステイでの体験

　私のホームステイの家族は中国系の夫婦と息子、それに２人の留学生の女の子でした。家は４階建てのとてもきれいでした。はじめはホストマザーの話していることが聞き取れずほとんど「Yes.」で答えていて、あまり会話らしいことはできませんでした。

しかし、夕食のときホストマザーや留学生の子がたくさん話しかけてくれました。そうするとだんだん聞き取れるようになり、自分から話せるようになりました。ホームステイで大変だったことは、知らない人と一緒に暮らすことです。私は日本で１人暮らしをしているので、夕食やお風呂の時間が決まっていたり、ホストファミリーの生活音が聞こえたりすることがすこし苦痛でした。そうじや洗濯はホストマザーが全てやってくれたので楽でした。

研修を通して学んだこと

今回お茶大のニューサウスウェールズ大学の短期語学研修の参加は私一人でした。友達や頼りになる人がすぐそばにいなかったのですぐにホームシックになりました。飛行機に１人で乗ったり、いろいろな手続きを１人でやらなければいけませんでした。
初めてのことでうまくいかないことも多くて、何度も早く日本に帰りたいと考えてしまいました。しかし、このような経験をしてとても自分が強くなれたと思います。これから大変なこと辛いことがあっても乗り越えられると思います。

今後の海外留学、国際交流活動への意欲

今回の短期留学では、英語能力や海外で生活することへの覚悟が足りなかったと思いました。もう１度留学行くならば準備をしっかりし、目的を明確にして行きたいです。

UNIVERSITY of OTAGO

TE WHARE WĀNANGA O OTĀGO

New Zealand

参加者７名

オタゴ大学における語学研修から学んだこと

生活科学部　食物栄養学科　3年
吉井　瑛美

①研修に参加した動機

語学研修に参加しようと考えるようになった一番の目的は英語力（特に speaking 力）の向上です。また、海外で日本人以外の人と交流することで、多様な考え方を身に着け、視野を広げたいと思いました。中でもオタゴ大学での研修は、ホームステイができ、インターンシップや正規授業聴講にも参加できるという点で魅力を感じ参加を決めました。

②研修プログラムの内容

オタゴ大学 Language center での英語の授業だけでなく、オタゴ大学の正規授業聴講、インターンシップへの参加、ホームステイがありました。

Language center では、General English と TOEIC の対策クラスに参加しました。General English では、テストの成績によってクラス分けをされ、speaking・listening・reading・writing・vocabulary・grammar をまんべんなく学びました。私のクラスは、日本人だけでなくいろいろな国の出身の人から構成されていたので、英語を学ぶことはもちろんのこと、文化の違いを学ぶこともできました。TOEIC のクラスでは、６週間しか滞在できなかったため、一通りの対策を受けることはできませんでしたが、listening や grammar を解く際のコツを学ぶことができました。特に TOEIC の listening は以前より確信をもって解くことができるようになったと思います。

オタゴ大学の正規授業聴講では、自分の専門である栄養学の授業に参加しました。授業の内容は２年間の間に習ったことのあるものばかりだったので、内容の理解は楽にできたように思います。専門用語を英語でどう表現するのかということを知ることができ、おもしろかったです。もっと多くの授業に参加できたらと思いました。

インターンシップでは、大学の pre-school に行きました。ニュージーランドの幼稚園は日本のものと全く違い、大変興味を持ちました。子どもたちはとても元気でなついてくれ、楽しむことができました。しかし、子どもたちの中にはほとんど言語を話すことのできな

い子も多くいたため、自分自信の英語の学習にはならなかったと思います。授業を休んで参加していたため、少し残念ですが、非常によい経験ができたと思います。

③ホームステイでの体験

私のホストファミリーは、マザーと大学院生のブラザーでした。ホストマザーは、留学生を何度も受け入れたことがあるそうで、私の拙い英語も理解してくれ、また、ゆっくりと私が聞き取れるように話してくれました。毎日リビングでドラマを見ながらお話しをするのが日課で、発音の練習に付き合ってもらったこともありました。休日には、友達を招き日本食を振舞ったこともあります。ホームステイでの生活は毎日が大切な思い出で、ホストファミリーとの別れは、非常につらいものでした。英語力を向上させ、いつかまた必ず会いにいきたいと思っています。

④研修を通して学んだこと

研修の６週間では、自分が思っていることをすべて伝えることはできるようにはならず、とても悔しい思いをしています。しかし、この６週間で自分にはどのような学習が必要であるかが見えてきたので、維持・向上に努めたいと思います。

⑤今後の海外留学、国際交流活動への意欲

今後の海外留学は考えておりませんが、他国の人との交流をより行いたいと考えるようになりました。そのため、お茶大に来ている留学生のサポート等のボランティアに関わりたいと思います。

オタゴ大学研修を通して学んだこと

理学部化学科　２年
寺崎　遥

＊研修に参加した動機

高校時代から海外留学に憧れていて、大学に入ったら長期留学をして英語を話せるようになりたいと考えていました。そのために英語力を伸ばす必要がありましたが目標がはっきりと定まっていないこともあって、大学に入ってから英語学習に対する意欲が薄れてきているのを感じていました。今回の短期語学研修の参加は、もちろん英語力そのものを向上させるためでもありますが、一番の目的は海外で様々な人と出会い文化に触れ、自分の能力を理解することによって英語学習へのモチベーションを高めることでした。また、それと同時に長期留学の準備のためでもあり、将来に向けて視野を広げて考え方に幅を利かせることができるようになりたいというのも動機のひとつです。

＊研修プログラムの内容

毎日 IELTS または TOEIC の授業が 2 コマ、General English のクラスが 3 コマありました。Language Centre の先生は皆とても親切で、参加型の授業は明るく良い雰囲気でした。少人数クラスで授業中には様々な国から来た人たちと意見交換をしたり、グループワークをしたりと英語を学ぶのではなく、“使う”ことが求められることがよくありました。また、オタゴ大学の専門科目の聴講もすることができ、私は chemistry と botany の授業に出席しました。内容は難しいものではなかったのですが、アカデミックな単語の多さと先生の話の速さについていくのが困難でした。授業形式や学生の雰囲気と姿勢にも日本との違いが見られ興味深いものでした。インターンシップでは pre-school に行きました。3,4 歳児のクラスで子供達と一緒に遊ぶ中でここでもたくさんの文化の違いを肌で感じ取ることができました。子供達の話す英語は簡単な文章なのにも関わらず始めは全く聞き取れませんでしたが、コツをつかんでコミュニケーションが取れるようになってくるととても楽しかったです。

＊ホームステイでの体験

私のステイ先はホストマザー1 人で、とても親切にしてくれました。毎日学校から帰ると”Hello, how was your day?”と迎えてくれて、一緒に tea(dinner)の準備をしたりテレビを見ながらおしゃべりを楽しんだりして過ごしていました。日本の文化にもとても興味をもってくれていて、英語で日本のことについて説明をする機会もたくさんありました。休日はよくドライブに連れて行ってくれてニュージーランドの素晴らしさをたくさん伝えてくれました。なにより、私のことを信頼してくれて本当の家族のように接してくれたことが本当に嬉しかったです。

＊研修を通して学んだこと

語学面では、日本人に欠けている speaking と listening の他の国の人たちとの能力差は本当に顕著であると感じました。国ごとに英語の学習の仕方に違いがある中で、そういった国の人たちと同じ教室で勉強ができたのは非常に貴重な経験であったと思います。また、日常生活で英語を話す上で一番大切なことは”pronunciation”であるということを身にしみて理解しました。話し言葉や英語ならではの表現も会話を通してたくさん学ぶことができました。そして、Kiwi のホストマザーと一緒に暮らした体験が私にとって最も価値のあるものであったと思います。英語の勉強をしに来ているのでもちろん自分の語学力を向上させることも大切な目的ですが、出会った人たちと話したり一緒に過ごしたりすることで得たものが一番大きく、私の留学生活をより充実したものにしていたのだと感じています。そして、素晴らしい環境と素敵な kiwi と友達に出会うことができたニュージーランドのダニーデンの良さを心から感じることができました。

＊今後の海外留学への意欲

まずは、日本で語学力を高めようと思っています。研修前は消極的だった英語のプログラムや様々な機会も最大限に利用して、もっと英語を学ぶつもりです。十分な力をつけてから、今度は語学留学ではなく自分の専門分野を学びに長期で留学をしたいと考えています。英語に対する意欲を持続させるためにも、目標を明確に定めて、今回の研修で得たものを更に活かせるように楽しんで英語の学習を続けていきたいと思っています。

オタゴ大学における語学研修から学んだこと

生活科学部食物栄養学科　3 年
金巻優子

①　研修に参加した動機
研修に参加した一番の動機は、色々な人に会って話をすることにより、柔軟に物事を考えられる人になりたいという思いがあったからです。英語力の向上という目的のみでは、留学に行かなくても良いのではと考えていました。

②　研修プログラムの内容
お茶大の研修プログラムの内容は、他の日本の短期研修の大学のものより、とても充実したものになっていたと思います。Language center での授業に加えて、正規授業聴講とインターンシップが内容に盛り込まれていることが大きな特徴です。
Language center では、一日に TOEIC の授業 2 コマ、General English の授業が 3 コマありました。TOEIC の授業では、TOEIC 独特の解法を習ったりして面白かったです。しかしやはり TOEIC の勉強は自分一人でやる時間も大切だと感じました。General English はレベル別のクラスでスピーキング、ライティング、リスニング、リーディングの力をまんべんなくのばすことができたと思います。
正規授業は、私は専門の栄養の授業を受けました。内容は既にお茶大で習ったものなので、ほとんど理解できました。大人数の授業ということもあり、お茶大の授業とは雰囲気が違いました。授業で使うパワーポイントや参考資料をインターネットで共有して活用しているのが印象的でした。お茶大の授業でもそういうシステムをもっと活用していくべきだなとかんじました。
インターンシップ研修では、私は主にドレスなどを置いている洋服屋さんにお世話になりました。店員として働いたというよりは、body shape に合わせた洋服の選び方や、ドレスとネックレス、ハンドバッグの組み合わせなど、洋服屋さんとしての基礎的な考え方を教えていただき、大変興味深かったです。また、店長さんはとても素敵な方で、色々なお話をしてくれて、ホストファミリーと同じくらい私にとってとても大切な方となりました。

③　ホームステイでの体験
私のホストファミリーは、マザー、ファザーと 15 歳のシスターがいました。ファザーもマザーも協力して家事をしていました。ファザーがディナーをつくることもありました。マザーはとても料理上手で、毎日夜ご飯がとても楽しみでした。健康をよく考えた工夫された食事だったので、料理や栄養の勉強にもなりました。シスターは高校生で、とても勉強熱心で、私も頑張らないと、といつも思わせてくれる存在でした。また、マザー・ファザ

ーとシスターの接し方を見て、日本とニュージーランドのしつけの差を感じました。
私のホストファミリーは、私の英語の間違えを話しながら直してくれたので、伝えるということだけでなく、ネイティブに近い自然な英語を学ぶことができてとても良かったです。
私のホームステイ先は、他のお茶大生より田舎の peninsula という所にありました。
Language center から車で 30 分くらいかかり、少し便の悪い場所ではありましたが、部屋からは広大な海、空が見えて、毎日景色を楽しむことができました。周りにはたくさんの羊、牛、馬のほかに、様々な野生動物をたまにみることができて面白かったです。近くのビーチには歩いて行くことができて、とても素敵なホームステイ生活を過ごすことができました。

④　研修を通して学んだこと

会話では、物事を伝えるだけでなく、相手への気遣いやジョークを含むことが大切だということに気づきました。よって日本での英語の勉強でも、DVD などを見て少しでも面白味のある英語を話せるようになりたいと思いました。
留学に行く前までは、勉強やアルバイトに追われ、自分の好きなことをする時間がなく、これといった趣味がありませんでした。しかし長い目で考えると、好きだと思えることをたくさん持って、自分らしい生活をすることで人生を充実させることができると思いました。

⑤　今後の海外留学

国際交流活動への意欲

私にとって語学研修は 6 週間が丁度よい長さだったと思います。もし今後海外留学をするとしたら、語学目的ではなく、自分の専門を学びたいです。

My memory in Dunedin

Information Science　2nd grade
Akari Inago

My motive for participating in this program

I had wanted to study abroad to improve my English skills and experience other culture.
The reason why I participated in this program was that I wanted to take a TOEIC class and be interested in home stay. So it was best for me.

The content of this program

In the first week, we attended special classes for Ochanomizu students. During this week, we took reading, vocabulary and listening tests to decide our class from next week and studied about New Zealand. Also we had a presentation about host family. From next week to the last week we were divided into different classes which depend on each English level. In morning class, we studied TOEIC or IELTS. In the afternoon, we took a general English class. In my class, there were about 15 people and half students were Japanese. Other students were from China, Korea, Thailand and Oman. We practiced talking with partner, reading sentences fast, writing essay and so on. Every week we had a vocabulary and grammar test. Then we could borrow DVDs and books in the computer room. We sometimes watch DVD in the class. In lunch time, I audited Math lecture at Otago University. Its content was introductory level and I could compare teaching styles.

My experience during home stay

I really enjoyed staying with a family because they were very kind. There were my host mother, my host father and Otago student from China.　My host mother and my host father love sports and took me to watch a rugby game. And I sometimes ate out dinner and studied in the library with my house mate. She is good at speaking English, so I learned a lot from her English. On the weekends I went for a drive with my host father and my house mate. These experiences were essential for me.

What I learned through this program

I learned that listening is more important than speaking because I can't speak anything if I couldn't listen to what they said. It was difficult for me to understand native speaker's English. I tried to ask them about vocabulary I couldn't understand. Then at the end I could talk with them more fluently than before.

Appetite for studying abroad and international exchange activities

My English skills improved through this program. To keep studying English especially speaking, I want to join international exchange activities in the future.

オタゴ大学語学研修から学んだこと

博士後期課程人間発達科学専攻２年
髙畠靖菜

①　研修に参加した動機

昨年と一昨年、国際学会に参加した際、世界中の研究者や学生同士の活発な議論を目の当たりにし、いつか私も国を越えて自由に研究がしたいと思うようになりました。と同時に、その学会では思うように英語を使いこなすことができず、くやしい思いもしました。特にパーティーの際の日常会話についてゆくことができず、ショックを受けました。日本では、学術的な英語は論文を読むなどして触れる機会がありますが、英語でコミュニケーションを取る機会や海外での生活を肌で感じる機会はなかなかありません。したがって今回の短期語学研修では、語学力の向上のみならず、海外での日常生活や会話を体験することが一番の目的でした。これにより、長期留学を考える上での足がかりにしたいと思ったのです。

②　研修プログラムの内容

研修プログラムの主な内容は、Otago 大学語学センターでの英語の授業、正規授業聴講、インターンシップでした。

英語の授業は、General English と IELTS 対策のクラスを受講しました。受講クラスはレベル別にクラス分けされるので、今の自分に必要な学習をすることができました。General English の授業は、明るく楽しい担任の先生の雰囲気のおかげもあり、心の底から楽しんで英語を学ぶことができました。ディスカッションの時間もたくさんあり、英語で考えたり話したりする機会が多くありました。また、日記（journal）を書いていくと先生が丁寧にチェックし返信をくださり、交換日記のようなやりとりがとても楽しかったです。IELT 対策の授業では、各 Part の特徴や対策を実践的に教えていただきました。General English と同様、Reading や Listening だけでなく、Writing や Speaking を練習する機会が多くありました。各レベル（Band）にどのような能力が必要なのかも丁寧に教えていただき、必要な対策が具体的に想像しやすくなりました。

正規授業の聴講は、自分の専攻に一番近い、Psychology の講義を聴講しました。学部生向けの大教室での授業だったのですが、内容はとてもわかりやすく、どの学生も真剣に授業を受けているのが印象的でした。

インターンシップは、老人ホームに週１度行きました。私は日本でも老人ホームに行ったことがなかったので、初めはかなり緊張しました。しかしながら、ご老人たちがとても暖かく歓迎してくださり、少しずつ緊張もほぐれてゆきました。仕事の内容は、夕食のお

皿の配膳や、各部屋へ飲み物を配るなど、簡単な作業でした。その合間に、みなさんとゆっくりお話をしたりしました。みなさんお洒落を楽しんでおられ、自分の人生に誇りを持っているのがとても素敵でした。

③　ホームステイでの体験

ホームステイでの体験は、6 週間の研修生活の中で大きな割合を占める貴重な体験でした。私のホストファミリーは、ホストマザーと、10 歳～17 歳の 4 人の子どもたち、犬 1 匹猫 1 匹の家族でした。とても Kiwi らしいアクティブで大らかな家族で、いつもとても忙しくしています。早寝早起きで、毎日のランチパックやおやつ作りも楽しんでおり、とても時間の使い方が上手でした。私もその生活に合わせ、6 週間の短い研修期間を心身共に充実させることができました。これは今後日本で生活する上でも見習いたい部分です。

ホストファミリーとの毎日のおしゃべりや料理作り、子どもたちと遊んだボードゲームは、かなり英語の勉強になりました。また、ステイ中に 1 週間ホストマザーのお兄さんも我が家に滞在していました。彼は日本に 7 年住んでいた経験のある方だったので、日本についてたくさん英語で会話することができました。

ホストハウスは築 100 年の歴史のある素敵な建物でした。素敵なお部屋やお庭でゆっくりお茶をしたり、読書したりした時間も、良い思い出のひとつです。また、ホストファミリーと一緒に行ったオタゴ半島へのドライブや、野生のペンギンやトドの生息する美しいビーチに行ったことも素敵な思い出です。

④　研修を通じて学んだこと

6 週間の研修を通じて、海外で生活する上での基本的なマインドを２つ学びました。ひとつは、英語学習に対する姿勢です。実際、6 週間という短期間で英語力をのばすことには限界があります。しかしながら、今後どのような感覚で、どのようなことを大切にし、英語学習を続ければよいのか感覚的に掴めたように思います。そのため、今後の英語学習に関するビジョンもより具体的になりました。もうひとつは、海外で生活する上での語学力以外のマインドの持ち方です。ニュージーランドでは、Yes, No や自分の意見をはっきりと、しかも素早く応えなければならない場面がとても多かったです。ニュージーランドに限らず海外で生活する上で、適切な自己主張はかなり重要なだと思いました。また、語学力以外のコミュニケーション能力や柔軟性もとても重要だと感じました。海外にいても、本人がその気にならなければ、英語を話す機会は増えません。かといって、無理をしすぎても心身のバランスを崩してしまいます。自分の性格を良く知り、自分の気持ちを受け入れ、ほどよくリフレッシュする時間の重要性も感じました。

⑤　今後の海外留学、国際交流活動への意欲

今回の研修で、自分は海外で生活するのが思ったより向いてそうだという発見がありました。また、今後の英語上達の希望の光も少し見えるようになりました。これらの実感や経験は、長期留学を考える上での大きな参考となりそうです。また、今後もめげずに積極的に国際学会に参加したいと思います。もっと英語でコミュニケーションを取れるようになり、世界中の研究者と一緒に英語で議論を楽しめるようになりたい。

My memory in New Zealand

Faculty of science second grade
Chihiro Matsuyama

* The motive for joining this program

First, I really wanted to improve my English. I thought this program is the best to achieve this goal because I can get many chances to use English through classes, homestay, internship, and audit lecture. Another reason is the image of New Zealand. I heard New Zealand is a relatively safe country and the people is kind and friendly. In addition, the nature of New Zealand that guidebook showed was fantastic. That is why I decided to join this program.

*The contents of this program

At first, I took placement test and I joined upper-intermediate class. There are about twelve people and have a lot of opportunities to speak English. I can communicate with people of various nationalities such as China, Korea, Thailand, and Saudi Arabia. It was an interesting and precious experience for me.

*The experience of homestay

My host family is a retired couple who enjoy spending time with their children. My host father comes from England and often teaches me English pronunciation. My host mother is good at cooking and I was looking forward dinner every day. They are Christian and they go to church every Wednesday and Sunday. I went there with them and met many people. It was an exciting experience.

I really enjoyed the life in New Zealand. However, it was too short to improve my English enough. After returning Japan, I decided to keep studying English. I would like to see my host family and talk about many things someday. I can raise my motivation for studying English.
I want to go abroad to study someday.

Precious experience with foreigners in New Zealand

Faculty of Science 1st grade
Kyoko Naruse

①Motivation to join this program

I wanted to extend my vision to see things in foreign country while communicating with foreign people whose background is completely different from me. Also, I was willing to try not only English skills but also ability to get along with others in a foreign country. I thought this chance would be helpful for me to reflect on my own character.

②Contents of the program

While staying with my host family, I went to the language center of university of Otago on weekdays and I did some activities or sightseeing on weekends. Then, I did internships for a kindergarten for a day and for a café for two days. At the language center, I took classes for IELTS for about two hours and general English classes for three hours a day. My general English class consisted of Japanese, Saudi Arabian, Thai, Korean and Chinese students.

I was really satisfied with my general English classes. I learned a wide variety of English skills, such as reading, writing, grammar, listening and speaking. Those levels were appropriate for me. Especially, as for speaking and writing, our classes had discussion time for a topic and writing time to write about our ideas of the topic every day. I felt it difficult to discuss about those topics deeply even in Japanese. But this training was very good for me not only to improve English skills but also to exchange ideas with foreign students.

③Homestay experience

I stayed with a family that consists of my host mother and 10-year-old host sister. They were so powerful that I could enjoy a lot of activities with them, such as watching sports games, going camping and so on. Also, I could have many opportunities to see and communicate with English native speakers like their friends and relatives. Though I couldn't speak and listen to English well, they welcomed me so warmly. So, I could enjoy conversation with them.

Also, I had chances to know about my host mother's ideas about her life and work. I heard that she's been in many countries and experienced many kinds of jobs because she wants to continue different challenges. I thought there are few people who try so many challenges like her in Japan. So this comment was so fresh to me. Furthermore, I was so impressed with this because I realized that this spirit of hers is the reason why she really seems to be enjoying her life.

④What I learned

I was most impressed with friendliness and kindness of many people in New Zealand. Unlike them, I tended to be shy in Japan, especially in front of people whom I've never met before. On the other hand, New Zealanders seemed to be good at making friends with others. So, I didn't feel nervous in front of them. I did feel even comfortable. I really appreciate their attitude towards others and would like to behave like them.

In addition, before I came here, I didn't have any friends from foreign countries. I'd been really afraid of foreigners because they are said to tell their ideas straightly and to be self-assertive, unlike Japanese. However, as soon as I came here, I realized that I'd been too worried about this. Indeed, their assertion was slightly stronger than me and other Japanese. But I found that it doesn't mean they are harmful to Japanese at all. Maybe this difference of characters appears just because of the difference between their own culture and my culture. I thought all I should do was to accept different communication styles. Then, I could do many wonderful conversations with them. Furthermore, this experience made me have confidence in myself.

Then, once I made friends with foreigners, I really got to want to learn about their country and culture more. The more I searched or heard about those things, the more interesting they seemed to be. Also, while communicating with others, I found that my view to see things had been too narrow.

⑤Willing for studying abroad and international activities in the future

I want to have more opportunities to communicate with many foreign people because it helps me have more various and creative ideas. Before I left Japan, I'd hesitated to communicate with foreigners. But now, I really like to communicate with them because I can discover a lot of new things that I couldn't imagine from them.

オタゴ大学春季語学研修を終えて

生活科学部食物栄養学科　1年
上田茉莉子

・研修に参加した動機

私がこの研修に参加した一番大きな動機は、英語のコミュニケーションスキルを向上させたいという思いでした。もともと、英語の勉強が好きで高校時代から積極的に英語を勉強してきましたが、いざというときに英語でとっさに話せない、いいたいことがうまく言えない、という経験を何度もしており、大学に入学したら実践的な英語学習をしたいと思っていました。数種類かある春季の語学研修の中で、ニュージーランドオタゴ大学での研修に参加することを決めたきっかけは、6週間という期間の長さと、ホームステイであるという点からでした。海外で勉強するなら少しでも長く滞在し、少しでもたくさんネイティブの方とコミュニケーションを取りたいと考えていました。

・研修プログラムの内容

私が参加したこの研修では、6週間のホームステイをベースに、オタゴ大学付属の語学学校に通うこと、オタゴ大学の正規授業を聴講すること、また現地でインターンシップを行うことができます。語学学校ではIELTSまたはTOEIC対策のクラスと、総合英語のクラスに出席します。私はIELTSの授業を選び、IELTSのテストに必要な文法知識やライティング、スピーキング、リスニングの勉強をしました。IELTSのテストの仕組み、狙い、攻略のコツはもちろん、丁寧な添削指導も行っていただきました。また総合英語の授業では、会話や日本では習わなかった様な文法や単語を学ぶことができました。私のクラスで使用していた教材はとても優れており、反復練習が多く含まれていた点がとてもよかったです。私が入ったクラスは10人程度で構成されており、クラスメイトの半分以上は外国人だったので、日本人以外と話す機会がたくさんありました。授業を通して彼らの国の文化や、将来について話したことはとても刺激になりました。また、授業以外でも自分の努力、意識次第でいくらでも外国人と話す機会は作れると思いました.自分と同世代の他の国の人がどんな目的を持って英語を勉強しにきているのかを知ることはとても興味深く刺激的で貴重な体験となりました。

・ホームステイでの体験

ダニーデンでのホームステイは私にとって忘れられないすばらしい思い出となりました。私はホストマザーの家にホストマザーと二人で生活しました。幸運なことにホストマザーとの相性がとてもよく、毎日、ホストマザーと過ごす時間はとても楽しく感じました。私の日本での暮らしのことや、ニュージーランドのテレビ番組のこと、ホストマザーの家族や仕事のこと等、たくさんのことを話しました。また、ニュージーランドの伝統的な料理もよく作ってくれて、食事も毎回楽しかったです。休日には、ホストマザーの友達や家族

に会って一緒に過ごす時間を多く作ってくれて、ホストマザーを通じてとても多くの方と交流することができました。楽しかったこと、嬉しかったことは報告する、困った時、分からないときは即座にたずねる、という小さな積み重ねでホストマザーとの距離がぐんぐん縮まったと思います。語学学校で学ぶこととはまた別のことを、ホームステイを通して知ることができました。ホストマザーをはじめとする、暖かいホストファミリーに感謝の気持ちでいっぱいです。

・研修を通して学んだこと

この語学研修を通して学んだ一番大きなことは、自分の行動、意欲次第で学べる幅、学べることは大きく広がるということです。せっかく海外に行き、英語を勉強するのだから、できることはやり尽くそう。そんな思いで出発し、６週間過ごしました。そうすることでとても充実した時間を過ごすことができ、わずかかもしれませんが、会話力の向上にもつながったと思います。何事もためらわずに、失敗を恐れずにトライすることの大切さを改めて実感しました。私がこのような姿勢を貫けたのは、ホストファミリー、一緒に行ったお茶大生、現地でできた友達のおかげでもあるので、このすばらしく恵まれた環境に感謝したいと思います。

・今後の海外留学、国際交流活動への意欲

この研修を通して、もっともっと自分の英語力を高めたいという思いが強くなりました。ダニーデンから日本に帰るときに一番に思ったことは、もう少し長くいられれば、もっと英語が上達するだろうに、ということでした。すばらしい６週間でしたが、私にとってはまだまだ足りないので、将来また英語を勉強することができれば良いと強く思います。自分の専攻との兼ね合いもあるのでまだはっきりとは分かりませんが、英語を勉強する意欲は以前にも増して高まったと思います。

TOMSK STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY

1902

Russia

参加者５名

住みよい街トムスク

文教育学部人文科学科１年　寺垣沙織

チェーホフ像と一緒に。

トムスクはとてもいい街である。それが３週間滞在した私の感想である。具体的には、まず、公共交通機関がしっかりしている。トムスクの中でも中心地に住んでいたこともあろう。トラム（路面電車）、トロリーバス、バスの３種類が街を多くはしっていて、１５～１７ルーブル（日本円で約３０円）均一で街中どこでも行くことができる。また劇場や美術館も多くある。休日にフラッといっても劇が見えたり、近くのノヴォシビルスクから有名なバレエ団などが公演することもあるようだ。バスで５時間なので、直接ノヴォシビルスクに行くことも可能だ。それから、適度な田舎町であるということ。人が多すぎることもなく、かといって人がまったく通らないというわけでもない。治安も良かったように思う。気にしていた寒さは、二日ほど昼間で―２５度という本当に極寒日があったものの、ほかは北海道と同じくらいであった。屋内はとても暖かく、快適だった。東京に帰ってきてから部屋の寒さに悲しくなった。近くにピロシキ屋などもあり、１８～３２ルーブル（約３６円から６４円）という安さで買うことができた。食堂でもスープやボルシチをかなり安く美味しく食べることができ、私は太ってしまった。などなど…。こういったことから、良くないこともそこそこあったはずなのに、私の行った感想は笑顔でとても楽しかったという一言に集約されてしまう。

毎日の過ごし方は、こんな感じだ。１０時から３コマ、休憩を挟みつつみっちりロシア語の授業。毎週水曜には一コマだけ、歌の先生が来て、発音やロシア語の歌などを教えてもらった。ロシア語の授業は、ロシア人の先生が丁寧にロシア語と英語を使って教えてくれた。３週間で文字から、発音、格変化、過去形、未来形と一通り習った。お茶大から５人、広島大学から５人の、１０人という少人数クラスだった。全員まんべんなくあてられるので、しっかり学習できた。私はもともと第二外国語でロシア語をとっていたので、復習という形で習うことができた。１０人中半分の５人は初めてロシア語を習う人で、はじめは少し難しく感じていたようだった。でも先生はまちがえても丁寧に教えてくれ、不安なく授業を受けることができたと思う。お昼ご飯を挟んで、午後は一コマロシアの文化の授業を受ける。そこではスライドでロシアの昔話を聞いたり、人形を作ったりした。またロシア料理のブリヌイやボルシチを大学が用意してくれていて、みんなで食べたりもした。３時に大学は終わり、あとは自由時間となる。寮に帰って宿題をしたり、街歩きをしたり、

トミ川の夕焼け

市場やスーパーに買い物に行く人もいた。各々自由に過ごしていた。

３週間の終わりには授業の集大成として、ロシア語で自己紹介のプレゼンをしたりもした。パワーポイントをロシア語で作るのは大変だったが、発音練習や原稿作りなどにも先生が協力してくれ、安心して発表に臨むことができた。また、大学で日本語を習っている学生たちに街を案内してもらったりもした。現地の学生たちはとても親切で、協力的だった。私たちがやりたいといったことを実現しようと動いてくれた。本屋さんやスケート、博物館、教会に連れて行ってくれ、必要な時には、ロシア語から英語に翻訳をしたりしてくれた。トムスクでの快適な生活は、彼らなしでは成立しなかった。

以下はトムスクでの生活の様子である。

私は初日で眼鏡ケースをなくしていて、生身の眼鏡を持ち歩いていた。１週間過ぎたころに雪道を転んで眼鏡を壊してしまった。レンズは無事だったものの、ぱっきりとフレームが割れてしまった。セロテープでの補修を試みたもののうまくいかず、困っていた時に、現地の学生が瞬間接着剤をかしてくれた。それで無事に治り、残りの２週間を快適に過ごせた。

それからバレエの白鳥の湖を見たり、（チケットを買うのは手伝ってもらったが、当日は日本人だけで行った）別の日に、自力でチケットを買って、チェーホフの演劇を見たりもした。言葉はほとんどわからなかったが、動きなどでなんとなくわかって面白かった。短編のオムニバス的だったので、以前日本語で見たことのある部分もあり、ロシア語も少し聞き取れて、うれしかった。

また、スケートは私はやったことがなかったので、こわごわとリンクに行った。屋外で、寒い。やったことのある友達にやり方を教えてもらいつつも、よくわからない。四苦八苦しつつよちよち歩いていると、キルギスタンからきた学生という女の子３人に英語で話しかけられた。よほどへたくそで目立っていたのだろう…。両手をつないでもらって、一緒に滑った。自分ではまず体験できないスピードだったので面白かった。「体をまっすぐ！視線を前に！」といったことをいわれ、ちょっとづつ氷になれることができた。何回こけたか忘れたが、こけてからも一人で立ち上がるやり方はマスターした。英語かロシア語がもっと話せたら、コミュニケーションももっとうまくできたろうから、残念だった。

こういったように、私は楽しくトムスク生活を満喫することができた。そしてもっとロシア語を操ることができるようになりたいというモチベーションのアップにもつながった。ロシア語を習ったことのない人でも楽しめる内容になっているので、ぜひ行ってみてほしい。外は寒いが、中や人は温かい、それがロシアのトムスクであった。

＜トムスク国立教育大学　春季ロシア語・ロシア文化研修＞

近くて近くて寒い国

生活科学部　人間生活学科　１年
小野七海

ノヴォシビルスク空港に到着し、シベリア航空の蛍光色の機体から粉雪の舞う滑走路へ降りていくと、国境を越え、海を越え、ついに最大の大陸に降り立ったのだという実感で胸がいっぱいになった。そこからトムスクへ向かう５時間の道中には、雪原と針葉樹林とが延々と続いていた。一面雲に覆われた空、降り積もった雪が踏み固められた地面。眼に映る景色はことごとく色彩を欠いていた。極端な環境の違いに初めは圧倒されたが、頬を刺すような零下二桁の気温にも次第に馴染んでいった。

今回の研修は私にとって初めての海外渡航であった。様々の手続きは勿論のこと、自分が異邦人として扱われる状況は非常に新鮮に感じられ、同時に私を狼狽えさせた。広大なロシアの小さな町トムスクでは、アジア人の集団はたいへん目立った。到着してから暫くの間は、すれ違う人々の怪訝な目線に度々感づいては、奇妙な感覚と不安を覚えたものだった。私たちは彼らにとって外国人あるいは異人種であり、いわば余所者なのだという意識に加え、言葉の壁が我々の隔たりを大きくしていた。地方都市ということもあってか、トムスクで英語はほぼ使えなかった。店先などで要求を伝える時などに、意思疎通が上手くいかないことも数度あった。言葉が通じないと、相手の考えていることを理解するのは難しい。そして共同体は見返りなく理解できない異質なものを受け入れないものだ。私は第二外国語としてロシア語を選択してはいたとはいえ、日常会話もままならなかった。ロシア語は、文法に関してはパターンさえ理解してしまえば何ということはない。だが、日本語とも英語とも全く異なる独特の発音には苦戦させられた。それでも拙い物言いと発音とで、なんとかわかってもらおうと努めた。こうして、決してスマートではないが地道な方法で以って、私は少しずつ異邦人とし

て眼差されることによるぎこちなさを忘れていった。

実際にロシアでは、外国人だから、アジア人だから、日本人だから、という理由で不愉快な目に合わされたことはなかった。コミュニケーションが上手く取れない場面では呆れ顔こそ見せるが、私の要求を察して手を差し伸べてくれた。初対面ではあまり破顔しないロシア人だが、親しくなるととても人懐っこく、非常に好奇心が旺盛なようであった。プログラムの一環で、日本語を学んでいるロシア人あるいはカザフスタン人の学生たちと交流した。この友人たちはトムスク中心部での観光や買い物、博物館や美術館の見学に同行してくれたり、ガイドの通訳を買って出てくれたりした。沢山の美味しいレストランやカフェも一緒に行った。「あなたたちにはロシアとカザフスタンの両方に故郷があるのよ。」研修最後の夜に貰ったこの言葉を私はずっと覚えていたい。我々はいくらでも楽しい時間を共有できる、ごくありふれた人間同士であった。どんなに個人と個人とで友好を結べても、国家という規模で対面すると、忽ち不和を生じてしまう現実はあまりに悲しいと思う。

ほんの三週間という短い期間だったが、様々な出会いがあり、様々な体験ができた。私は確かにロシアで流れる時間の中にいたのだ。そこで生きる人々のイレギュラーなメンバーとして在ったのだ。日本での生活が遥かに忙しないものに思えるほど、トムスクには穏やかで落ち着いた日々があった。初めての経験が続き、あらゆる学びを得た。失敗したことも、上手くいったことも、全てが私にとってかけがえのない記憶であり、財産なのだ。この国を、この町を、私はきっと再び訪れることになるだろうから、その時に備えてもっとロシア語を上達したいものである。

トムスク大学研修感想文

文教育学部人文科学科二年
草刈沙季(1310117)

旅に出る前は、不安になる。もしかしたら行きの飛行機が墜落するかもしれない。経済危機の只中、ロシア人にとって私はスリの格好の餌食にされるかもしれない。滞在中一緒に暮すお茶大生とうまくやっていけないかもしれない。・・・不安は尽きない。大小さまざまである。本来、私は心配性だ。昨年の春モナシュ大学への研修でオーストラリアに行った際には、もしかしたらといろいろ詰め込みすぎてスーツケースの重量が 35 キロになってしまった(確か、航空会社が無料で預かってくれるのは 30 キロまでだった。ただ、このときはプラス 5 キロくらいなら、と見逃してくれたのか、追加料金はとられなかった。捨てられるものは捨てての 35 キロだったので、払う覚悟はできていたのだが、これもまた心配性が生んだ杞憂か)。さて、今回のトムスク研修では、行きのスーツケースは半分空(!)。帰りは、ほぼモノを捨てずに 33 キロ(荷物の無料重量制限も 33 キロぴったり)だった。海外へ行くのも二度目、この 2 キロが心配性の私に前回の経験がくれた余裕を表している。だが、この余裕の根源は昨年オーストラリアに行ったことがあるから、ただそれだけなのか。否、それだけではない。もし足りないものがあったら、現地で買えばいい。もしくは、他の学生や友達に借りればいい。困ったら、人に甘えよう。そこから生れる素敵な人間関係もあるはず!心配を少し横に置いて、そんな楽観的思考を持って旅に出よう。この不安を押し込めて旅を終えられたら、その先に何を感じられるのだろう。そんな期待もあった。

さて、なぜ私はロシアの研修へ行くことにしたのか。一般的に大学生の旅行先として人気なのは、定番のヨーロッパ各国やアメリカ、近場の韓国などだろう。実際、私もロシアに個人旅行した人に出会ったことがない。それでも参加を決めたのは、たまたまある先輩と友人が、おととしと昨年にこの研修に参加し、「とてもよかった」と参加を後押ししてくれたからだった。確かに、調べてみると参加費も滞在費や授業料は大学持ちで、航空券と生活費だけ払えばよいので、安い。今年の春休みは、貯めたお金でロシアに行くか教習所に行くか。直前まで迷っていたが、話を伺った先輩に「今、早いうちに行ったほうがいい!」と念押しされて、ロシアに決めた。不思議なもので、あれほど迷っていたのに参加すると

準備に大わらわになる。ロシアでは観光客に対して「バウチャー」と呼ばれる特殊なシステムがあり、自由に個人旅行することが難しい国であることも、研修参加を決めてからロシアについて調べているときに知った。

ロシアでは毎日規則正しい生活を送った。平日は 10 時から 15 時までロシア語の授業があり、放課後は日本人の学生や現地の学生と町歩きやお茶をして遊んだ。私はほとんどロシア語を勉強せずに行ったので(キリル文字の発音も不確かなレベル)、毎日出される宿題をこなすのにすごく時間がかかり、初めのうちは放課後も宿題で手一杯だったり、疲れて寝てしまったりすることが多かった。だが、日本から持ってきたロシア語の文法書や旅行本、そして親切にも初学者の私の隣に座って授業の内容を解説してくれた友人のおかげで、ロシア語のみで進められる授業にも、なんとか慣れていった。

新しい言語を少しずつ覚えていく授業も身になるが、お楽しみはやはり放課後にある。美術館、教会、バーニャ(ロシア式サウナ)を訪れたり、ピアノやバレエを鑑賞したり、カフェやレストランでお茶したり、毎日の食事のためにスーパーで買い物することすら、新鮮で常に新しい発見に満ちていた。中でも、私の一番印象に残っているのが、現地のある学生の家に招かれて一緒に料理をしたときのことである。伝統的なロシアの冷製スープ「アクローシカ」や滞在中私のお気に入りとなったチョコレートケーキの「カルトーシュカ」、そしてその学生が大好きな、お母さんから教わったというケーキなどを作った。料理を食べ終わったら、「見せたい」と言われてその学生が幼い頃に見ていたアニメ映画を観た。一日の段取りに加えて、ロシア語のままならない私を気遣って送り迎えもしてくれ、おもてなしのなんたるかを学んだ。その他にも、たとえば「カフェに行ってみたい」と言えば素敵なカフェを探して紹介してくれたり時には一緒に行ってくれたり、ロシアの人は約束すると必ず守ってくれ、常に相手のことを考える思いやりをもって接してくれた。帰国の際にはプレゼントや手紙をくれる学生までいた。おおらかに他人に胸襟を開くことのできるこの誠実さは、ひょっとすると日本で触れるのは難しいかもしれない。笑顔の裏に、社交辞令が多い(生れてからずっと日本で暮していれば、その社交辞令も心地よかったりするのだが)。ロシアの人はむやみやたらに笑わず(意味の無いときに笑っているとクレイジーだとみなされる、と、これも現地の学生が教えてくれた)、無愛想に見えるけれども、心が落ち着いていて行動が暖かいことが多かった。

「現地の学生と積極的に交流する」「とにかく楽しむ」

私はロシアに出発する前、この二つの目標を立てた。少々周りから浮いても、この二つ

だけは守ろう。そう心に決めていったからか、ロシアから帰国して十日ほど経った今日、この研修はすっかり自信になったと感じている。この目標が達成できたのは、さまざまな幸福な偶然が重なったからである。現地の学生と積極的にコミュニケーションをとれた（英語か日本語で会話していた）のは、モナシュ大研修で英語で話すことに抵抗がなくなっており、トムスクの学生がアジア系の多い（遊び方が日本の学生に似ている）メルボルンの学生よりも親切で義理堅かったからである。毎日を楽しめたのも、案内人となってくれた先生方や現地の方々、一緒に暮して授業を受けた日本の学生達、日本からロシアでの生活を気遣ってくれた友人や家族のお陰だ。この研修で、また少し心配性も和らいだかもしれない。人の優しさに触れると、その分だけ心に余裕が生れる。私はこの研修でいただいた優しさを、これからどれだけの人に返していけるだろうか。次の旅に出るとき、スーツケースはきっとさらに軽い。

＜トムスク国立教育大学 春季ロシア語・ロシア文化研修＞

「トムスクの３週間、うたかたの日々」

生活科学部　人間・環境科学科３年
木村　文

現地学生とスケート（夜）

思い付きとでも言いましょうか。何かのめぐりあわせのように心惹かれて、トムスクの短期研修に参加しました。

それはそれは、とても充実していてあっという間の３週間でした。これまで私はロシア語を全く勉強したことがなかったのですが、まあ何とかなるだろうという生まれ持った楽観的な考えにより、事前オリエンテーションやちょっとした自習を除けば、しっかりとロシア語を学び始めたのは現地の大学に行ってからでした。授業を受けても最初のうちは空耳のオンパレードで、先生が「Ｅщｅ ｐａｚ！(イッショーラス)」(意味：もう一回)と言っているのを「一緒に！」と言っているものだと勘違いして、ここだけ日本語を使って不思議なものだなあ、などと思ったりもしたものでした。

大学では朝から昼過ぎまでロシア語とロシア文化の授業があり、放課後の過ごし方は各々に任されていました。私は最初の週は学校の近くの市場に毎日のように通い、２週目は現地学生と交流したり学校と寮のまわりを探索したりし、最後の週はスケートに費やしました。いかんせんロシア語がわからないものですから、一人でいるときは豊かな表情と貧しい語彙を駆使し、足りない分は愛とか勇気とか度胸とかその周辺のものを総動員して乗り切りました。おかげで、ロシア語力とは違う何かが強化された気がします。「やれやれ」という表情とため息とともに私の意味するところを汲み取ってくださった現地の皆さんには感謝するしかありません。

現地学生に連れて行ってもらって見た、
トムスクで一番大きな雪だるま

現地の学生のみなさんにも、大変お世話になりました。文字通り右も左もわからないわれわれにバスの乗り方や降り方を指南してくれたり、家に招いてくれたり、散歩に連れて行ってくれたり、とにかく、彼女たちの手助けなしには充実したトムスクでの生活はなか

発音の授業の風景

ったといえます。ここでお礼の言葉を書いても伝わらないので割愛し、本人たちに直接伝えることにます。

ロシア語が身についてきたんだなあ、と滞在中に実感したのは、２週目の終わりごろに舞台を観た時でした。トムスクの中心地にドラマ劇場があり、そこで面白そうな演目があったので、日本人学生３人だけで観劇しに行ったのです。公演されたその舞台は、アントン・チェーホフの戯曲をベースにしたコメディで、もちろんのことながら全編ロシア語でした。それでも、簡単な動詞や名詞は聞き取れて言葉はおおよそ２割ほど理解することができ、その上、原作の内容をある程度知っていたことや、舞台に立っている役者たちの演技力のすごさも手伝って、演劇そのものを十分楽しむことができました。そのあたりから、街で誰かが会話している言葉が断片的に聞き取れたり、寮のおばさんと何となく会話できるようになったりして、だんだんロシア語が面白くなっていきました。

帰国する朝、寮の部屋で撮影したパノラマ写真

学生寮で生活したこともいい経験になりました。参加したお茶大生 5 人で 1 ユニットの部屋で暮らしました。シャワーなどの水回りと、個室（寝室）が 3 部屋（2 人部屋２つに 1 人部屋１つ）あるという部屋でした。寮に帰ると、有線ではインターネットに繋がりました。キッチンは寮に住んでいるほかの人たちとの共有で 1 フロアに 2 部屋ありました。キッチンと言っても、電気コンロと小さな流し、それに名前の書かれた食品のたくさん詰まった冷蔵庫が 2 台と作業用のテーブルが置いてあるだけの簡単なものです。

誰か遅くまで帰ってこない人がいたらみんなで心配したり、逆に自分が遅く帰ったら心配されていたり、朝早くからルームメイトが歌っていたり、自分も一緒になって歌ってみたり、作ったごはんをおすそ分けしてもらったり、互いに習いたてのロシア語を使ってみたりと、とても愉快な共同生活でした。3 週間しかないという時間の制約と、異国にいるというある意味特殊な状況下だからこその愉快さがあったような気がします。

短期間とはいえ赤の他人といっしょの部屋で過ごすのは自分にはできない、と思って海外研修のプログラムに参加を見送っている方はきっといると思います。私もそう思っていました。でも、案外慣れます。だいたい 3 日くらいで慣れてきます。ルームメイトに恵まれていたおかげかもしれませんが。

「幸せな家族はどれもみな似ているが、不幸な家族にはそれぞれの不幸の形がある」

《Все счастливые семьи похожи друг на друга, каждая несчастливая семья несчастлива

по-своему.》

と、レフ・トルストイは「アンナ・カレーニナ」の冒頭で述べています。でも、幸せな留学にはそれぞれの幸せな形があると思います。私は私なりの形で、この短期研修を自分の血肉にできたと思います。考えてみると、この研修に参加することによってロシア語が圧倒的に上手になったわけでもないですし、「これです」と見せられるような成果も、今は手元にはありません。そもそも幼少期を海外で過ごしているので、異文化に対する理解を特別深めたという実感もなく。とりあえず、3 週間ロシアに行っただけ特効薬的な効き目によって人間が変わるというものでもないです。

マスレニツァ祭の日のトミ川の岸辺

それでも、トムスクでの日々はかけがえのない時間でした。きっと、歳月を経たらその意味がわかることでしょう。この感覚を言葉にできる日がいつか来ることでしょう。そんな大切な気持ちを、私は今ここに抱えています。

トムスク研修感想文

1410112　文教育学部　人文科学科
大友久代

３週間のトムスク研修を振り返ると、本当に様々なことがあったが、共通して言えることは「楽しかった」ということだ。ここでは思い浮かぶことをつらつら書き連ねていこうと思う。

まずは、ロシアならではの驚きや気づき、について触れたい。雪がとにかく多く、道路の雪を道の脇に積み上げるので３ｍほどの高さの雪をよく目にした。寒さも-20～30℃になることもあり、足が、そしてなにより顔の表面が凍るようだった。（マスクは効果的な防寒具だったがロシア人でマスクをしている人は一人も見かけなかった。）交通は足となるトラムバイ（路面電車）やトロリーバス、無料マイクロバスなどが大体 15-17p(30 円程度)で利用でき、慣れてくれば地図とともに一人でも散歩に出かけられたが、雪道でどこを歩いていいのかわかりづらいのに加え滑りやすいのと、標識だけの横断歩道もザラなので、車がビュンビュン来る場所でタイミングを見計らって渡らなければならない、気の抜けない道ばかりだった。そして食べ物。基本的にサラダ、スープ、パン、主菜という組み合わせで、普通に洋食。美味しい。そして安い。（私たちはルーブルが暴落している時に行ったので、特に安かった。）甘いものは大好きなようで、食堂のケーキのバリエーションは豊富だ。

初日か２日目に、オーケストラのコンサートに行ったところ、４００ｐ（約８００円）で素晴らしいコンサートを鑑賞することができた。生活の一部に芸術鑑賞が自然に入っているところがロシアの最大の魅力と言えるかも知れない。

ロシアの学生に将来の職業について質問したところ、「わからない」と答える人が圧倒的に多かった。モラトリアム期にあたる大学１～２年生にとって自分の就く仕事のイメージが薄いのは、国が違っても共通しているようだ。一方、「アメリカについてどう思う？」とか、卒論のテーマについての生きた情報を求められたり、ウクライナ問題についてどう思う？と聞かれたりするなど、政治的な議論とかには特に壁を設けていないというか、むしろそういう議論を好む傾向にあるらしい。私もそういう話は好きだが、なかなか日本人の友達同士でしゃべっている時に自然と出てくる話題ではない。

お気に入りの場所は、寮の近くの市場だった。築地のように露天の小さなお店が立ち並び、果物やパン、お肉や生活雑貨、木の実などを買うことができる。スーパーよりも安く

野菜が買える。数字が言えるようになると、ここでのお買い物はとても楽しく、売り子の人もフレンドリーに「ベトナム人？」と聞いてきたりするので、地元の人との交流を持つことができるのも魅力だ。

ロシア語の授業は、日常生活に必要な語彙や表現を身につけていく進め方で、受講するにしたがって買い物等の日常生活が楽になり、生活がどんどん楽しくなる仕組みになっている。先生もとても熱心に写真を多用したスライドで教えてくれるので、授業には真剣に取り組むことができた。文法以外に、ロシアの文化を学ぶ授業と、発音を学ぶ授業が設けられている。発音の授業は歌や踊りもするとても愉快な内容で、たった週に一回の授業だったが発音の先生はわれわれ日本人生徒１０名の間でとても人気になっていた。文化の授業はロシア語の部分は分からず、英語の部分は理解できる、といった風だったので、スライドをもらって帰ってから訳して理解をするようにした。人形作りなどもある楽しいクラスだった。

お茶大から行った５人での共同生活も、とても楽しかった。自炊で一緒にご飯を作ったり、いろいろなお菓子を食べ比べしたり、一緒にレストランに繰り出してみたり・・・。本当に、一緒にいて楽しく、いろいろな課題にも協力して立ち向かって行けたから、本当に心づよかった。

留学先の大学で日本語を教えている日本人の先生が、このトムスク研修プログラムのすべての段階で私たち留学生をサポートしてくださったため、早い段階でロシアの日本語学習者と交流を持つことができ、帰りの交通手段などもスムーズに確保することができた。また、最初に寮の周辺を案内して頂いた他、美味しいブリヌイ屋さん（ブリヌイはロシアのクレープ）やシャシリク（焼き豚・鳥）屋さんを紹介してくださったので、生活の第一歩がとてもスムーズに踏み出せた。

日本人の先生や日本語学習者のロシアの学生さんはもちろん、留学先の大学の事務の方や先生方、お茶大の留学担当の方、同じプログラムを受けた１０人のお茶大と広島大学の日本人留学生、本当にいろいろな人の支えがあって、トムスクでの生活は終始順調に進んだ。皆様への感謝をもって、この感想文を締めくくりたいと思う。

BERGISCHE
UNIVERSITÄT
WUPPERTAL

Germany

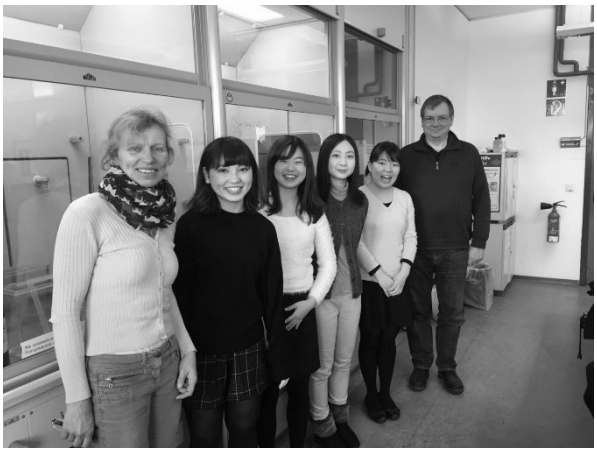
参加者４名

〈ブッパタール大学　環境科学スプリングスクール〉

「環境大国ドイツで得たもの」

理学部　生物学科　３年
行田　彩乃

1.　研修の内容



実験室にてお世話になった方々と

今回のスプリングスクールのテーマは、「Renewable Resources」でした。このテーマのもとに、環境大国と呼ばれるドイツにおいて、充実した講義と豊富な実験から環境科学という分野について学んできました。今まであまり学ぶ機会のなかった分野であったこともあり、どの講義も新鮮で有意義なものとなりました。

講義は、まず Sustainability（持続可能性）について議論することから始まりました。私たち人類がこれまで使用してきた資源の歴史を振り返り、その将来性について具体的なデータを交えながら講義して頂きました。主要な資源である石油や石炭があと 100 年ももつことはないということは知っていましたが、具体的な数値で示されると今後私たちがどのようにそれらを使用していくべきなのか、この問題に対しどのように取り組むべきなのかについて深く考えさせられました。新たな資源を利用するといっても、その資源もまた有限のものであるならば、現状は何も変わりません。持続可能性をもつ資源こそが今後の将来において重要になってくるのです。今回の講義では、持続可能性をもつ資源となりうるセルロースやリグニンについても学びました。特に、リグニンはそのものの資源量は多いものの、未だ良い活用方法が生み出されていません。この資源を有効に活用できるようになれば、私たちの将来に何らかの変化が起こるかもしれません。このことを背景に、今回のプログラムでは Oleochemistry や化学工業における持続可能性のある原料、環境を考えたプラスチックの利用法など様々な観点から、Renewable Resources についての講義を受けました。また、講義の後には大学の実験室で実験を行いました。この実習を通して大学で行われている最新の研究について学んだり、身近にある油からハンドクリームを作ったりと様々な体験させて頂きました。さらに、講義が早く終わった時や休日には、ブッパタールやケルンをはじめドイツの観光にも連れて行って頂き、現地の学生と交流もしながら充実した２週間を過ごすことができました。

ブッパタールの街

2.　今回の研修で学んだこと・今後の抱負

今回の研修に参加するにあたって、私は次の２つの目標を立てました。理系の授業や実習を英語で学ぶ経験を積むことで、自分の力を高め、今年の春から始まる研究生活に活かすこと、そして現地の理系の学生と交流し、異文化への理解を深めることです。私は、これら目標を常に念頭に置き、今回の研修に臨みました。２週間にわたるドイツでの生活や大学での講義等で学べたことは数多くありますが、次に述べる２つのことを学べたことは私にとって大きな意義があったと感じています。

１つ目は、理系の研究の重要性です。講義では Renewable Resources について多方面から学び考える機会を得ることができました。その結果、持続可能性をもつ資源の将来性と負の側面について知りました。この研究は、私たちの今後の生活に大きく関わるものです。現在、環境科学の分野にとどまらず、様々な方向から私たちの生活を豊かにするための研究がなされています。資源の枯渇の問題に直接関係する研究ではなくとも、１つ１つの研究が何らかの問題を解決するために不可欠なものであると私は思います。今後の研究生活で自分がどのような研究に関わるのかはまだわかりませんが、常にその研究の将来性について考えることを忘れないようにしていきたいです。

２つ目は、コミュニケーションツールとしての英語の大切さです。今回の実習では、大学の院生や職員の方々にブッパタールやケルン、ベルリンといった都市に観光に連れて行って頂きました。また、毎日の昼食も学食で一緒に食べて頂き、様々な面でお世話になりました。その時に必要不可欠だったものが、英語でした。院生や職員の方々は流暢に英語を話していました。身振り手振りで話をすることもできますが、会話には言葉が不可欠です。今回のドイツでの生活を通して、世界共通言語といわれる英語は、本当に必要なものであることがよくわかりました。グローバル化が進む現代では、理系であったとしてもこれからは英語力が要求される時代になってきています。英語の学習意欲を常にもち続け、特に Speaking 力を高めることができるように努力していきたいと思います。

ドイツでの生活はたった２週間でしたが、様々な人々に出会い、多くの経験を積むことにつながりました。そして、その出会いや経験から、得られたものが多くあります。今回得たことを忘れずに、今後の学生生活をよりよいものにしていきたいです。

ドイツ環境科学スプリングスクールを終えて

理学部　化学科　2 年　大浜綾乃

授業内容

再生可能科学を学びました。油脂化学・界面活性剤・リグニンについてなど講義を受けました。実験も行い、滴定や石鹸の泡立ちのテスト・ハンドクリームを作るなどしました。実験の内容自体は普段の大学の実験よりも簡単なものでしたが、器具が異なるため少し戸惑いました。

課外活動

今回のプログラムは参加人数が4人と少ないこともあり私たち生徒の希望に応えて柔軟に対応してくださいました。自由時間も多く自分たちでブッパタール市内やデュッセルドルフに行き買い物したり、担当の先生や日本に興味を持っている学生などとでかけたりしました。

- オーガニックファームの見学

  乳牛・鶏などを動物の視点に立った環境で育て、餌も無農薬で育てたものを使用していました。効率重視で育てる牧場が多いときききますが、理念に基づいて牧場を運営していることは素晴らしいことだと思いました。また、別の牧場では担当の先生が所有している馬に乗せてもらえました。

- ベルリンへの一泊二日旅行

  ブッパタール大学の先生がベルリンへの小旅行を企画してくれました。四人の内一人を除いて全くドイツ語ができませんでしたが、大学のドクターの方が引率してくれたため特に困ることもなく旅行を終えられました。ベルリンのシンボルであるテレビ塔やベルリンの壁、大聖堂の見学をしました。

- ケルンへの日帰り旅行

  日本に渡航経験があったり日本語を勉強したりしているブッパタール大学の学生・卒業生からメールがきていて、その方たちと連絡をとりケルンへ出かけることになりました。ケルンの大聖堂・チョコレートミュージアム等に行きました。私たちを案内してくれた生徒同士も初対面で、彼らのコミュニケーションはドイツ語・私たちは日本語・相互の会話は英語で、またトルコ出身の方からトルコ語を教わるなど少し複雑で奇妙な状態になりましたがそれも面白かったです。

ドイツでの生活

大学近くのアパートメントに一人一室与えられ、そこで生活しました。右の写真の通り非常にきれいな部屋で大方のキッチン器具等も揃っていました。普段の食事は自炊で、近所の非常に安いスーパーで食材を購入して調理しました。

また、私たちの生活面全般をサポートしてくださった先生がベジタリアンであり、通常のレストランや学食にもベジタリアン用のメニューがあったことが新鮮に思いました。私自身はベジタリアンの考えは少し極端に感じますが、それぞれの人の考え方をそれはそれとして認められているのが先進国であることを感じさせました。

ところで、ドイツは環境先進国として有名です。スーパーなどでは基本的にレジ袋は有料で、お土産を買うようなお店でも要求しない限りは袋を配っていませんでした。また、ペットボトルのデポジット制がとてもよいシステムだと思いました。しかし一方で、キャッシュバックがなくてもリサイクルが行われているのですから、日本の方があるいは進んでいるのかもしれません。

そして、今回のプログラムに参加して、もちろん英語は重要ですが、あくまで手段にすぎないのだと感じました。特に理系では数式や化学式などで理解できるものも多く、実際その世界に入ってみればどうにかなるものなのかもしれません。もちろんより円滑なコミュニケーションのためには英語を学ぶに越したことはありませんが。また、英語力に自信がないため、はじめは聞き返されたらなんでもありませんと答えてしまったのですが、必ずしも私の英語力が未熟なために会話が成り立たないわけではないのだと思えました。日本語でも聞き取れなかったり言葉足らずだったりして会話が滞ることはよくあることです。聞き返されたからといってむやみに臆病になる必要はないのだと思えました。

逆にまた、英語以外の言語を学ぶことの重要性も感じました。今回のプログラムはドイツで行われたため、日常の会話には多少ですがドイツ語が必要となりました。完璧な英語を目指すよりも、中途半端でもより多くの言語を学ぶことの重要性を感じました。

また、ドイツで福島の原発事故についてどう思っているのかと聞かれることが多々ありました。答えようすると、英語力以前にそのことについての意見があまりないことに気づきました。もちろん事故はあってはならなかったことであり、より安全策を講ずるか原発を廃絶すべきだなどとは思いますが、それら以上のことが言えないのです。欧米では問題について考え意見をもっていなければ一人前とはみなされないようでした。自国の、しかも最近の話題ともなったら尚更です。改めて自分たちの周りの問題について考えることの必要性を感じました。

「ドイツで過ごした１８日間」

生活科学部　人間環境科学科　2 年
中居　寿々子

⑴ ドイツ全般について

現地での活動の様子

プログラム前のミュンヘンでの観光、ブッパタール大学での研修、合わせて１８日間ドイツに滞在した。最終的にはプログラム中にベルリン旅行もしたので、ミュンヘン、ケルン、デュッセルドルフ、ベルリンとドイツを半周ほどすることもできて満足している。短い期間ではあったが、それぞれの都市の特徴、文化などを知ることができた。研修先のブッパタール大学のあるブッパタールは人口約 34 万人（東京都の約２．６％）の工業都市で、世界最古の空中モノレールやオペラが有名だそうだ。ブッパタール大学は山の上に建っているが、ブッパタール中央駅まではバスで５分、歩いて１５分ほどの距離である。授業が終わった後に町の方に降りて買い物や食事をしたのも良い思い出である。また大学から車で１０分ほどの場所には畑や農場が広がり、緑の豊かな都市でもあった。ドイツは町並み、文化、生活習慣も日本とは全く違ったのでドイツで生活してみてあらためて日本について知ることがたくさんあった。また実際にドイツに行ってみてドイツのイメージも変わった。ドイツ人はあまりフレンドリーでないと思っていたのだが、現地で会った学生や職員、先生方は親切で気さくな人が多かった。また寮などで人とすれ違う時や買い物の時にレジで　“Hallo!”と挨拶し、”Tschüss!”といって別れる習慣があって愉快な感じがした。

⑵プログラムの内容

研修では Sustainable Chemistry をテーマに油脂化学、植物の資源化、天然繊維の利用等について化学科の先生から話を聞いた。授業はすべて英語で行われた。実験はフォーミングテスト、ハンドクリーム作り、リグニンの構造を調べる実験をした。初めて使う器具もあり戸惑ったが、現地の学生やお茶大生のフォローのおかげでやりきることができた。また課外実習では大学近くの有機農場に見学に行ったりもした。

⑶今後の抱負

自分にとって今回の研修で一番良かったのは、お茶大の学生やブッパタール大学の学生や

先生と交流することたくさんの気付きと楽しい思い出を得られたことだ。英語での会話は難しく相手の言っていることを理解できないこと、思うように考えを伝えられないことも多々あった。今後も英語の勉強を続けて、英語で議論ができるようになりたいと思う。またドイツにいて日本について聞かれることも多く自分の国についてもっとよく知ること、自分の意見を持つ必要性も感じた。

（観光で訪れたミュンヘンの写真）

ヴッパタール大学での研修

理学部化学科 2 年
福本栞菜

スプリングスクールの内容

このスプリングスクールは Sustainable Chemistry というテーマを元に行われました。直訳すると、「持続可能な化学」という意味ですが、このテーマをもとに我々の次世代以降においても使うことができる物質、材料についてなどを学びました。はじめに、現在までのエネルギー資源の推移の歴史及び、それに伴った工業としての化学の歴史についての講義を受けました。そこで、エネルギー資源が木材から石炭、そして石油へと移り変わった歴史を学びました。そして、現在の石油の埋蔵量が約 40 年分しか残っていないということでした。また、このエネルギー資源の推移に伴い、石炭を使用していた化学工業においても石油を主な材料として使用しはじめました。持続可能な材料として現在注目されているのが、バイオマテリアルと呼ばれる、植物及び動物由来の油脂などだそうです。この油脂の使用用途や、これを用いた化粧品や洗剤の合成について学びました。この内容と合わせて、洗剤の泡テストと市販されている植物性油を用いたクリームの作成の実験を行いました。バイオマテリアルを工業用としてだけでなく、食料、エネルギーとしても使用できるので、工業やエネルギーとしての値があがれば、食料としての値もあがってしまうので、工業やエネルギーと食べるという人間の営みが競争的に存在することが問題だそうです。また、バイオマテリアルとして注目されているリグニンという、木材から得られる化合物についても学びました。この化合物はフェノール基を多く持っているため、その将来性に期待されているようです。このリグニンの滴定実験や、リグニンを用いて実際に行っている研究についても学びました。その他に、オーガニックファームへの訪問といった課外活動も行いました。

スプリングスクール参加前後の変化

Sustainable Chemistry というテーマを初めて聞いたとき、はっきりとどういうものなのかというのが頭に浮かびませんでした。実際に講義や実験、課外活動を通して、現在の私たちがいかに資源を使い、またエネルギーを使って生活しているのかを知りました。私たちの生活はエネルギーを使いすぎているといったことはよく耳にしていましたが、実際に数字や図としてみることで、改めてその事実を実感することができました。

今回自分たちで航空券の準備やホテルの手配、現地での移動をしなくてはなりませんでした。私にとって初めての経験であったので、この点についても成長できたと思います。また、現地では大学の寮に宿泊していました。1 人部屋で友達と自炊や洗濯をすることは、実家暮らしの私にとって貴重な体験となりました。

今後への抱負

このプログラムに参加する以前の私は、英語が世界共通言語なのだから、英語さえできればいいと思っていました。しかし、ヨーロッパに初めて行き、英語が母国語でない国に滞在したことで、ドイツ語やフランス語などの言語にも興味が湧きました。ドイツではフランスが隣接しているためか、多くの人が英語とフランス語を話す事ができるそうです。英語は世界共通言語であるが、ドイツの人たちにとっても私たち日本人と同じように、第二言語であるため、ミスコミュニケーションが起こるのだということを実感しました。私自身、英語をもっともっと磨くとともに、新たな言語にも挑戦してみたいです。

研修参加者からのAdvice ＆ 研修先でのTips

※ここでは、各研修先に関する情報や、留学に対するアドバイスが見られます。
※実際の声を伝えるため、みなさまの原文のまま載せています。

University of Hull（イギリス）

1. 渡航にあたって

・ 荷物の重量制限に気をつける
・ メンバー内で食料を持っていく人、洗剤を持っていく人などを分担出来れば良い
・ ご飯が好きな人はサトウのごはん的なものを持っていった方が良い
・ カイロは意外にいらない（余ったひとが多かった）それよりはあったかい服を持っていくことを勧める

2. 寮の生活において

・ 騒音が若干あるかもしれないので、耳栓などがあると良い
・ 食器類、キッチン用具は寮にも備え付けがあるが、持参するか現地で調達するかした方が良い。菜箸なども便利。ちなみに包丁２本、湯沸かし器、まな板、皿、コップ、フォーク、スプーン、鍋、おたまなど諸々の器具を４人でそろえて１人 20£（4000 円弱）だった。
・ 寮のトイレにはトイレットペーパーはついていないので、到着した日のことを考えて１つは持っていっておいた方が安心
・ WiFi はなく有線 LAN のみ。また Mac 対応の有線ケーブルは自分で用意。
・ 無料で洗濯出来るが空いていないこともあるので朝が狙い目。
・ 寮は男性と同じフロ。トイレやシャワーを共有。

3. 現地の生活において

・ 自炊の方がコスパは良い。外食は初めのうちは量が多くて驚く
・ ビニール袋があるとなにかと便利。多めに持っていくと良い。
・ 野菜や肉は腐りやすいので早めに消費すること。
・ カレー粉やシチュー粉があると便利。
・ バスは時刻通りに来ると思わない方が良い。突然来なくなることもある。

4. 観光について

・ どこに行くか事前に調べておく。携帯の地図アプリはWiFiのないところでは使えないのであらかじめ詳細な地図を用意しておいた方が良い。
・ 『地球の歩き方』があると便利
・ 通りの標識などは日本よりも小さいが、ロンドンなどはわりとたくさんある。
・ たくさん電車を使うならRAILWAY CARDという割引カードを作ると良い。パスポートと写真が必要。三人で買うとお得になることもあるので、割引情報はよく調べていくと良い。
・ 列車を使う際は指定席をお勧めする。自由席だと下手すると座れないことも…
・ ホテルは出来るだけ早く予約した方が良い。後になればなるほど高くなる。
・ 人ごみではスリに注意。
・ ロンドンに行きかつ地下鉄を利用するなら、oyster cardを購入すると良い。日本で言うsuicaのようなもの。残金はカードを返却すれば戻ってくる。
・ ぎりぎりではなく、買えるときにお土産を買っておく。

5. その他

（１）知っておくと良いこと

・現地の日本大好きサークルの皆さんはとにかく日本のアニメが好きなので、少し勉強していくと良い。
・アニメ好きな人はグッズやファイルなどを持っていくと現地の学生やクラスメイトとの会話のきっかけになるかもしれない
・本などは荷物になるので持っていかない方が良い

（２）持っていくと良いもの

・和装の便箋。クラスメイトや先生に手紙を書く場合に必要になるので少し多めに。
・ 水筒
・ 折り紙。現地の人との交流に使える。

Monash College（オーストラリア）

１．渡航にあたって

・機内は寒いので、羽織るものがあった方が良い。現地は暑いので、脱ぎ着できるものが良い。

・機内は乾燥しているので、マスク（濡れマスクがあるとベター）

・機内用スリッパを持っているといいかも（荷物に余裕があれば）

・行きの荷物がスーツケースに収まったとしても、現地でも旅行や帰りに備えてコンパクトにできるボストンバッグがあると便利

・食べ物の持ち込みについて脅されたが、検査は意外に緩かったので大丈夫。

→日本食（お米やだし）を持っていって作ると喜ばれるので、おすすめ

・重量オーバーになってしまう人が多い。ただし、団体だと見逃してもらえる場合もあるが、厳しい場合もある。（重い人の荷物を軽い人のスーツケースに入れてもらうなどで対応するのもよい）

・飛行機で眠れない人は、ネックピローのようなものを持参するのもよいかもしれない

2. ホームステイの生活

・シャンプー、コンディショナー、ボディーソープは持参が望ましい（現地での調達も可能だが、高い）

・宗教をもつ家庭が多いので、違いを受け入れる覚悟は必要

・基本土足なので、スリッパなどの室内履きを用意しておくとよい

・洗濯は週１くらいなので、それに対応できるくらいの服、下着を持っていった方が良い

・洗濯機はパワフルなので、着古している服がいい

・Wi-Fi は有料の家庭が多い（事前にファミリーと連絡を取り、確認することを強くお勧めする）

・シャワーは各家庭４分ほど。リンスインシャンプー等工夫する

3. 現地の生活

・公共交通機関を利用する場合、myki というスイカみたいなものが必要（初日にホストファミリーが説明してくれるはずです）

・myki の種類については、myki money よりも myki pass の方がお得。毎日使うと$100-150くらいかかるので、その分の現金を用意しておくかクレジットカードの用意を！

・物価が高い（自動販売機で買うと、水１本$3.5 くらいする）

・あまり降らないが、折り畳み傘は日本からもっていったほうがいい

・マイボトルを持っていくか、現地ですぐに調達することをお勧めする（モナシュ大学では、紅茶やコーヒーをタダでもらえるところがあるので）

・夏といっても、朝、夜は寒いので長袖を多めに持っていった方がいい。上着も必要。
・帽子、サングラス、日焼け止めは必須
・治安は結構いい

4. 周りの観光について
・グレートオーシャンロードとグランピアンズは海と山というオーストラリアの対照的な景色を眺めることができるので、興味があるならおすすめ
・ナイトマーケット、フィリップ島、パッフィングビリーはここでしかできない経験なのでおすすめ
・グレートオーシャンロード、グランピアンズ、フィリップ島については自分で行くことはできないので、ツアー申込が必要。この際、クレジットカードがないと不便。(遠くであっても、ファミリーによっては連れていってくれる家庭もあるので、相談してみるのもよい)
・city には学校から 1 時間あればいけるので毎日でも通える。City だけでも見るところはたくさんある。Flinders street 駅前の Federation square にある information centre にいくと、クーポンがたくさん手に入る。City にはおしゃれなカフェがたくさんあるので、カフェめぐりもおすすめ。
・お土産は、ビクトリアマーケットで買うとよい。安い！

5. その他
・海に行く機会が多々あると思うので、ビーサンとショーパンがあるといい
・お土産のおすすめ→ワイン・はちみつ
・ファミリーの情報については間違っていることもあるので、驚かないように（子供はいないはずだったのにいるなど）
・日本食をもっていけばよかった
・土日のトリップは早めに計画しておくといい（1 週目は他大学がいないので、そのうちにどうしても行きたいところについては申し込むなど）
・3 月 9 日は public holiday なので 3 連休になる

University of Wuppertal（ドイツ）

1. 渡航にあたって

- このプログラムでは行き帰りの飛行機は自分で手配できるので、プログラム前後に自分たちで宿をとって観光ができました。ヨーロッパまで行く機会はなかなかないので、ドイツの他の都市や周辺国をみられて楽しかったです。
- 飛行機は直行便がおすすめ。
- 飛行機はインターネットで予約しました。行きも帰りも直行便を利用しました。
- 飛行機は直行便がおすすめです。12 時間ほどかかりますが、乗り換えでは待ち時間もあり、さらに時間がかかります。どの航空会社でいくのかも値段だけでなく、飛行ルートや飛行時間をよく比較して決めると良いと思います。

2. 寮の生活において

- 寮は完全オートロックで、建物に入るとき、フロアごと、部屋に入るときの三段階カギがあるので安心でした。部屋もきれいで 1 人一室あたえられたのはよかったのですが、みんなそれぞれフロアが違ったので少しお互いの部屋を行き来しづらかったです。またドイツのカギは非常に開けづらいので始めによく確認すべきです。部屋に入れなくなりました。通りがかりの人に聞いてなんとか入れましたが、かなり恥ずかしいです。
- 有線 LAN はあるが、Wi-Fi は通っていないので、自分でルーターを持っていくといい。寮生活は朝は基本自炊だが、近くにスーパーがあり、そこでパンなどを買っておいて食べていました。
- 部屋は１人一部屋で、４人それぞれ階数も違いました。
  部屋にはキッチンとシャワーがついています。調理器具、食器類も前にいた人が置いていった物がありました。
  洗濯機は寮の外に、洗濯機と乾燥機のある部屋があるのでそこで出来ます。洗濯が２ユーロ、乾燥機が 1.5 ユーロだったと思います。洗濯物を持ち運ぶ大きめの袋があると便利です。スリッパも必須です。
- 部屋は一人一部屋与えられます。部屋は広い上にキッチンの設備が整っており、快適でした。ベッドや机等の家具は部屋によってかなり違います。生活用品（食器やなべ類等）もそろっており、日本から持って行く必要はないと思います。ただ、洗濯や食器用の洗剤やスポンジは日本から持って行く事をおすすめします。ドイツのものは量が多いものばかりで半分も使い切れなかったです。また、スリッパもあるといいです。

3. 現地の生活において

- 食事は寮のすぐ近くに格安のスーパーがあるのでそこで買って料理しました。外食すると肉とポテトばかりですが自炊すれば野菜もとれます。

基本的に午前に授業をうけて、その後学食かカフェテリアでドクターの方達と一緒にランチ。基本的に量が多いですがじきなれます。午後は授業もしくは実験、日によっては自由時間。

予想よりも自由時間が多いです。希望もかなり聞いてもらえるので、早めにプログラムを確認して空き時間の予定を立てていったほうが充実すると思います。先生たちだけでなく、ブッパタール大学の、日本に興味のある学生達からメールがくるので、その方達ともうまく連絡を取れば色々連れて行ってくれます。

- ドイツでは挨拶が大切なので、笑顔で挨拶をしていると、優しく接客してくれる。
- 私たちが行った時は、一週間の電車とバスの定期を用意してもらえました。授業が終わったあとは自由に使える時間がたくさんあったので、定期を使って近くまで出かけたりしました。交通のことは着いてから、教えてもらえると思うのであまり心配しなくて大丈夫です。寮の近くにはスーパーがあるので、そこで食料品を買うことができます。また街の方にいけばショッピングセンター等あるので、必要なものがあればそこで揃えることもできます。
- 大学の近くにはスーパーがあり、街にはショッピングセンターや様々なお店がありますので、食品や生活用品の買い物には困る事はないです。また、現地の生活でわからないことがあれば、ドクターや先生方がサポートしてくれます。遠慮せずにわからないことは積極的に質問することをおすすめします。

4. その他、知っておくと良いことや持って行くと良いものなど

- ドイツの洗剤、柔軟剤等は安くて量も多いのですが香りが強いものがおおいので少しつらかったです。シャンプーも現地で買った安いものを使用していたのですが、やはり刺激が強いのか髪が痛みました（硬水のせいもあるかもしれませんが）。もう少し慎重に選ぶか、日本から持っていったほうが良いかしれません。尚その際は硬水でも使用できることを確認する必要があります。

またプログラム中に観光に連れて行ってくれるのですが、その際かなり歩きます。石畳なので余計つかれますし、牧場などに行くこともあるので汚れてもいいスニーカーを一足はもっていきましょう。

- クレジットカードより現金が主流なので、現金は多めに持っていくと安心。
- 授業は全て英語でやるので、リスニング等やっておくといいかもしれません。自分は聞き取りに結構苦労しました。

あと現地の人と話す中で何度か３．１１の震災のことや原発について聞かれたので英語で説明できるようになっておくといいかもしれません。

- ドイツではクレジットカードが使えるところがかなり少ないです。現地でおろすと為替レートも悪いですし、日本から現金を多めにもっていくと良いと思います。私は、安全面からクレジットカードで買い物をしようと考えていましたが、カードが使えずかなり苦労しました。

Tomsk State Pedagogical University（ロシア）

・出発前のこと

—保険はネットのオフ！というところと契約。ネット保険は安い。こちらも色々あるので調べてみてください。(K)

—トムスクの大学からのインビテーションシートがくるのかなり遅く、出発の１週間前くらいに到着した。査証を申請する場合は、在日本ロシア大使館（神谷町）にそれを持って申請しに行かないといけない。(T)

・航空券のこと

—航空便はS7航空のウェブサイト（英語対応）で調べ、指定した便の航空券の手配のみを旅行会社（インツーリスト・ジャパン）に頼んだ。便によっては深夜に到着するものもあるので、注意すること。また、毎日フライトがあるわけではないので、プログラムが始まる前日に着く便で丁度いい時間や値段のものがない可能性もある。寮に滞在できる期間は、大学の担当者を通して調整してもらった。自分で交渉してください。(A)

—成田—北京—ノボシビルスク—トムスクが値段、時間的にもスタンダードと思われる。ノボシビルスクからトムスクまでは車で５時間だが、頼めば大学が何とかしてくれる、かも。バスも出ているはず。(T)

・旅行道中のこと

—北京を経由する場合…荷物検査の折は、自分の番が来る前にさっさと準備を済ます。電子機器、折り畳み傘はカバンから出して、上着、帽子、マフラーは外す。夜中、明け方の保安検査員はくっそ機嫌悪い。因縁をつけられないようにね！ノヴォシビルスク空港の入国、出国審査では特に何も聞かれなかった。審査官の目をばっちり見つめてクリーンアピールを！(O)

—北京空港でトランジットする場合は、間違って中国に入国してしまわないように注意。万が一、入国してしまっても、出発に間に合うように出国すればいいので慌てなくてもいい。国際空港なのに英語が通じないし、米ドルも使えない。食事等でお金を使う場合は、少額の両替をすると手数料が高いので、クレジットカードの方がいい。(A)

—北京空港の出国時の荷物検査はえげつないので(私の手荷物はすべて出された他、身体検査もありました), 経由する際、長時間の待機でも、一時入国はしない方がいいです。みんなで同じ飛行機に乗っていくことがおすすめです。何かあれば助け合うこともできますし、待ち受ける研修の前に仲良くなれます。(H)

—行く前に気温を調べておきましょう。-20～-30 度の場合、飛行機から出るときの防寒(特に足元)が必須になります。また、 日頃気温のチェックは欠かさずに。 着いた日に-5 度で完全になめてかかってたら突如-20 度の日がやってきたりします。昼夜の寒暖差も激しいことがあるので注意。(H)

・お金のこと

—向こうでは、クレジットカード使うのが一番安いと思う。手数料がかからないので。購買やちいさな土産店では使えないがスーパーでは使える。現地の人もスーパーでよく使っているのを見たのでカード社会かも。小さな土産店などで使うルーブルは、キャッシュカード(私はマネーティーグローバルを持って行ったが、色々あるので調べてみてください)で引き落とした。こちらも手数料がかからない上に、学校の atm(？)から引き出せたので銀行で両替するより利便性がいいと思う。(K)

—現金 65000 円を事前に米ドルに替え、空港で必要な分だけルーブルに替えた。この額で外食をしたりお土産を買ったりしても余裕だった。(当時は 1RUB≒2JPN くらい) 帰国後はルーブルを直接日本円に替えるのが難しかったので工夫するべきかも。(O)

—私たちが行ったときはかなりルーブル安で、１ルーブル約２円ほど。特にトムスクでは物価も安くて買いすぎに注意。私は全部で（飛行機、鉄道、生活費もろもろ）２０万円程度で収まった。奨学金も出たので、実質的な出費は１３万円くらい。(T)

—東京近郊で円・ルーブルの両替ができるのは成田空港しかないので、まず注意すること。現地で使う分は、米ドルで持っていって適宜両替した。両替する際は、少額紙幣にしてもらうように頼んだ方がよい。高額紙幣は非常に使い勝手が悪い。(A)

・日常生活のこと

—ネットは一部屋一つで有線なので、携帯は使えない。部屋内は日本の部屋より暖かい。洗濯機は一台あった。使い捨てショーツを日数分持って行ったが、洗う必要なく楽だった。(K)

—長時間同じ靴を履き続けると蒸れてしまう。乾燥剤、脱臭剤などを持っていくと良い。(O)

—交通機関…トラム、バス等は前払い制。車掌のおばあちゃんに渡す。トローリーバス（だっけ？小さいバス）は後払い。これは運転手さんの横の席に座ると運賃の受け渡しをしないといけない。ものを受け取るときロシアでは、手のひらを上に向ける！(O)

寮の部屋からの景色

—外に出るときは、冬に東京で着ている服装+ダウンのコート（私は普段のコートで行った）、帽子、ブーツ、ネックウォーマー、手袋くらいあれば乗りきれた。スカートをはくとしてもタイツ２枚重ねばきすれば問題なし。部屋の中は半袖でもいいくらいにあったかい。 (T)

—５人で３つの部屋に住む感じ。３週間寮で生活するので、スリッパ、ハンガーなどがあるとよい。日用品は現地での調達も可能。ドライヤー、洗剤はあるとよいかも。電気製品は、210V で使える分なら、変換プラグだけ持っていけばよい。(T)

—市内の移動は、基本歩く。現地にいる高田先生からデジタルの地図ももらえるが、コンビニか本屋でトムスクの地図を購入できると安心。(路線図も載っているものがおすすめ。)

市内を走っている小さいバス（マルシュルトカ）、大きい電線のついたバス（トローリーバス）、路面電車（トラムバーイ）に乗ることも可能。乗り方になれるまでは、誰かと一緒にいたほうがよい。慣れれば１人でも乗れる。(T)

—トイレットペーパーは、パッケージに「水で流せるよ」マークがついているもの以外は流せません。また、流せるものでも、一回で流せる量はミシン目３つ分位なものでした。普通の感覚でトイレを使うと、二回流しても紙が流れきりません。公共の場のトイレで、紙入れが設置されている場所では、

寮の３階ロビー

紙は便器に流さず、そこに入れるようです。(H)

—私たちが滞在した寮No.3は、廊下にドアが並んでいて、１つのドアに入ると廊下と3つ部屋があり、さらに洗面台、トイレ、バスルームがある、という感じでした。部屋には電気ケトルがあって、お湯が沸かせます。ティーパック買ってくればお茶のみ放題です。台所は共用で、同じフロアに2つあり、冷蔵庫と コンロ(電熱式)、おなべ、油などの調味料があります。
wi-fiは300ルーブルで､有線のアカウントをもらえます｡大学の方でも事務の方のwi-fiアカウントを使わせていただけました｡(私だけなぜか謎のwi-fiエラーでことごとく繋げませんでしたが汗...wi-fiの使えるカフェにいるときだけ、ラインは繋げられてました。それ以外は友達の好意に甘えて同室の友達のPCを使わせてもらっていました)

〈豆知識〉
セキュリティ上、寮に住んでいる人しか寮内に入ったり、お部屋を行き来できないようです。
(H)

・食事のこと(自炊)
—キッチン用品が限られている。必要な器具はスーパー等で買える。食品は味、質、値段等ピンキリ。何が良いものかは現地の人に聞いてみると良い。寮の近くにスーパーが二軒、少し歩くと市場がある。ビニール袋は有料であることが多い。青果やお菓子等は基本的に量り売り。何g欲しい、というフレーズを覚えておくといい。お会計で大きいお金は嫌われるので、細かいお金をさっと出せるように。数字も聞き取れて、言える程度にはしておくと良い。(O)

—キッチンもあり自炊できるが調味料やキッチンツールなど限られているので自炊するのに快適とは言えない。(K)

—朝は基本自炊。近くのスーパーや市場などで材料を買ってきて適当に作った。(T)

—自炊するときの主食は基本的にパンだった。スーパーや市場で安く買える。ジャポニカ米も売っていることは売っているが、安くない。市場で芋を買ってもなかなかおいしい。自炊する際の注意としては、キッチンが手狭なので、同時に3人以上は台所を使えないということ。包丁を持っていくなら、簡単な砥石も持っていった方がいい。(A)

—キッチンにあって使えるものと言えば、油と塩と包丁,まな板くらいでした。フライパ

ンやフライ返しは安いのでスーパーで買ってしまいました。キッチンペーパーも大袋を買って皆でシェアしていました。主食はパンになると思います。13p(30 円弱)程度で一週間分の朝食をまかなえました。野菜で一番お買い得で使いやすいのはジャガイモとキャベツです。次がニンジン。キュウリも手に取りやすいです。ロシア風サワークリーム(マヨネーズ?)のスメタナを使えば、サラダとか作れます。おすすめ。スーパーマグニットでお醤油もジャポニカ米も売ってるので、その気になれば日本食つくれますよ!
水は、にがざ...(ガス入ってません)と書いてあるものが水です。私たちは一人部屋を「食堂」と名付けてその部屋につどって朝御飯や晩御飯(外食のときは除く)を食べていました。その際便利なように、共用の水を買ってきて(5L のものです)食堂においておきました。消費量の個人差が激しくなってきたら、共用以外に個人用の水を買うようになりましたが。そこは臨機応変でいいと思います。
乳製品は総じてレベル高いです。牛乳、ヨーグルト、チーズ、練乳、スメタナ、めちゃめちゃ美味しくて、かつ安いです(チーズは高い)
食材調達ですが、野菜は市場の方がスーパーより安いです。市場では冷凍の肉や魚がごろごろ計り売りされているのでそれを買って食べるのも面白いです。大きい方のスーパーはマグニットより安い場合があります。商品はわりと被ってます。
<おまけ>
サラダレシピ
ジャガイモゆでる
卵ゆでる
ゆでジャガイモ、ゆで卵、きゅうり、ハムソーセージを 5㎜ 角にみじん切り
全部混ぜてスメタナとあえる
ロシアのサラダはボリュームがありますよー(^^)
(H)

・食事のこと(外食)

—学校の近くのウズベキスタン料理屋さんがおすすめ。美味しい。店員さんが優しい。(O)

—昼は学食か、購買か、近くのピロシキ屋さんで購入夜はシャシュリクやウズベク料理屋で外食したりした。駅に向かって歩くとキルギス、タジキスタン料理屋もある。ごはんブリヌイもおいしい。(T)

—寮の近くのお店なら、２００RUB ほどで夕食も十分食べられます。あとは、そばの実を茹でたのが主食としてあります。そばアレルギーの人は気を付けてください。(A)

—外食は、お昼は校舎内の学食が断然おすすめです。100p(200 円)程度でレベル高いしっかりした昼食をとれます。スープ、パン、お肉、サラダ、ジュースってとこですね。たまにえらく高いおかずがあるので要注意ですが。夜はいろいろなレストランにいってみるといいと思います。高田先生が案内してくださった場所や、自分で歩いてて「いいな」と思ったお店など。高級なレストランから学食のような場所まで、いろいろあります。
ファーストフードのような位置付けでおすすめなのが、ブリヌイ。至るところにブリヌイ屋があります。ボリュームのあるクレープのようなたべものですが、パンケーキくらい食べごたえあるので、お肉と野菜を入れてもらえば普通に満足な一食になります。100p(200 円)くらい。お肉！というときはシャシリクを食べに行くと良いです。150p(300 円程度)で一串。焼き鳥(豚)です。鳥ならクーリッツァって言えば買えます。玉ねぎのピクルスと、パンを一緒に食べるのが普通です。(H)

・学校生活のこと
—授業の内容は基礎ロシア語。キリル文字は書けた方がよいと思うし、(かけなくても可能だが) 少し勉強していったほうが授業を楽しめると思う。毎回宿題がでる。ロシア語+英語（単語）での授業。最後の発表もかなり支援が手厚い。(T)

—ノートパソコンは必須。先生に授業スライドを渡してもらえたりするので、USB メモリも必要。無いと不便。(A)

・現地学生との交流のこと
—イベントや予定は Facebook でグループをつくってロシア人学生たちと共有していた。(O)
—ロシア人は雪の中長時間歩くことに抵抗がないようで、散歩によく誘われる。(K)

—高田先生の日本語クラスにお邪魔することで、現地の学生と知り合う、という形です。現地にいる、高田先生はかなり親切な方なので、不安なことがあればメールしてみるとよいと思います。学生との会話は、英語か日本語といったところ。フェイスブックであらかじめ友達を作っておけるとよいかも。(T)

—ロシア人の子たちとの交流は、facebook でもメールでも電話でも、とにかく知り合ったらパイプを作って連絡とって積極的に会うのが良いでしょう。ロシアの子も日本人と

同じで個人的な付き合いを大事にしているので広く浅く、より狭く深く、という付き合い方が向いているかもです。(H)

・観光について
—バレエやクラシックなどのコンサートがトムスクで行われるので行くといいかも。日本より安い。バスや路面電車で 30 分かからないくらいでアクセス可能。(K)

—バーニャーというロシア風サウナを体験できたが、直前まで実態が分からなかった。ので、装備が不充分であった。もしプログラムに含まれているなら水着とビーサンは必須。
ロシア人の友達が市内のスケートリンクに連れて行ってくれた。また、先生に頼んだら学校のリンクも貸して貰えた。(O)

—現地の学生にうまく頼むことができれば、いろんなところに連れて行ってもらえます。スケート、クロスカントリー、コンサート、バレエなど。慣れてくれば自分たちでも行くことは可能です。(T)

・ロシア語について
—ネイティヴの発音はまくしたてるような感じがするので初めは怖いかもしれない。気迫満点だけどそんな怒ってないことが大半なので怯まない！怖気付いてはだめ！わかってもらうまで伝えようとすることが大事だと思う。文字一つ一つの発音を丁寧に忠実に。また、アクセントが非常に重要。英語は学生にしか通じないものと覚悟しておくこと。カフェなどに入ったらぜひ、Ｚｄｒａｖｓｔｖｕｙｔｅ！ 出るときは、Ｓｐａｓｉｂｏ！ または、Ｄｏ ｓｖｉｄａｎｉｙａ！ と言ってみよう！ (O)

・シベリア鉄道の勧め
—今回私はトムスクからの帰りにシベリア鉄道に乗車しました。4 日間寝て食べて本読んで寝るという生活。ネット環境からも遮断されて、日本語を話す人が 2 人しかいない空間はなかなか面白かったです。乗客の人たちとつたないロシア語で会話できるのも楽しいです。私たちが乗った限りで危険なことは特にありませんでした。(むしろとてもいい人たちに会った) 油断しすぎないようにしていれば、よい旅になると思います。
私たちはノボシビルスクから乗車しましたが、トムスク—タイガ—ウラジオストクが近くて良いです。寮に泊まる日程やウラジオストクからでる飛行機の時間を調整すればいい感じに帰れます。(自分でロシア語を読むか、旅行会社に頼む) 時間かかるのにお金は飛行機よりかさむのですが、一度乗る価値はあると思います。(T)

・全般的なこと

—何か分からないこと、困ったこと、何らかの要求があったら、担当の先生、友達にガンガン聞いたほうが良い。失敗もまた教訓とできるが、回避できるリスクは回避すべきかなとも思う。(O)

—トムスクはうまく順応できればとても楽しい良いところです。もし何かわからないことがあれば、高田先生にメールでも、行ったメンバーにも連絡くれれば伝えられる思います。よい旅になることを願って。(T)

■参考 URL など

□トムスクからノボシビルスクまでのバスの時刻表

https://rasp.yandex.ru/search/?fromName=%D1%82%D0%BE%D0%BC%D1%81%D0%BA&fromId=&toName=%D0%9D%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D1%81%D0%B8%D0%B1%D0%B8%D1%80%D1%81%D0%BA&toId=c65&when=8+%D0%BC%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B0

□ロシア検索サイト Yandex のページ

https://rasp.yandex.ru/search/?fromName=%D0%9D%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D1%81%D0%B8%D0%B1%D0%B8%D1%80%D1%81%D0%BA&fromId=c65&toName=%D0%92%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%B8%D0%B2%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BA&toId=c75&when=8+%D0%BC%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B0

□ロシア国鉄のページ

http://rzd.ru/

どちらでも検索、チケット購入できたと思いますが、情報検索は Yandex が分かりやすく、チケットを買うのは国鉄のサイトのほうが手数料もなく 簡単だった気がします。
45 日前から予約できます。お金はクレジットカードで払い、E チケットを印刷しそれでそのまま列車に乗りこむ時に車掌に見せます、ただときどき乗る駅の窓口で別の通常チケットにあらかじめ交換する場合もあるので確認した方がいいです。システムはすぐに変わることがあるので毎回確認してください。(高田先生のメール引用)

編集後記　Editor's Note

There is a famous story about Queen Elizabeth and a finger bowl some decades ago.

She was having a meal at a banquet with a foreign dignitary, and after the main meal finger bowls were presented to them for desserts. Since the dignitary did not know about the Western table manner, he drank it up. Other government officials became silent, but the Queen picked up her finger bowl and drank it as well without any hesitation.

This anecdote may not be a real story, but the lesson of the story is that how important it is not allowing foreign guests to get embarrassed in global society. Obtaining knowledge of foreign cultures and foreign countries are important, but at the same time learning how to approach foreigners is an essential factor.

When I went to study abroad as an exchange student, it was my first time to live in a foreign country. Looking back to that time, I learned various things I had not known when I had been living in my country. The exchange program gave me strong motivation of going to graduate school in the same foreign country. Through studying abroad for years, my view of the world broadened considerably and I found out how limited my knowledge of the world had been before. Also, I realized that human skills such as flexibility were required to get through tough overseas life.

After obtaining and being familiar with the new knowledge, I began to be aware of the importance of manners among foreigners including myself. Although you have plenty of experience and knowledge about foreign countries, if you do not try to understand or accept cultural differences, the relationship does not go well. Even though some facts look very hard for you to understand, it is their way and view, and it has been right in their country. The ability of respecting each other's difference is an essential key to be a global human resource, I believe.

I remember that I made mistakes sometimes by not being aware of those manners when I was an exchange student. Through that experience, however, I was able to learn the importance of it and now I try to remember that when I communicate with foreigners.

As a person who is currently living in Japan as a foreigner and has experience of studying abroad, I am pleased to work for students with short study abroad programs at Ochanomizu University. Although the periods of programs are not long, it can be a good enough chance and motivation for them to advance to their next step to be global. It is the beginning of their real adventure. I hope the future students who will participate in the programs gain the same experience.

Kyunghwa Lee

Associate Fellow, Global Education Center of Ochanomizu University