

研修期間	短期
プログラム (日程)	イギリス・Beet Language Centre 語学プログラム

イギリスのボーンマスで、ホームステイをしながら Beet Language Centre に研修に行きました。ボーンマスでの暮らしで最も記憶に残っているのは、友達と学校の Night Activity に参加したあと一緒に pub に飲みに行ったこと、友達と他の都市へ旅行に行ったことです。多くの人と関わる中で、外国語でコミュニケーションを取る時に重要なことは、英語はあくまでツールに過ぎず、本当の目的は目の前の人たちと会話することだと認識しておくことです。文法ミスや日本語訛りの発音を恥と思わず、相手と会話するためにどんどん発言することで、リスニング力もスピーキング力も向上したと感じています。ただし、日常会話でも授業内でもよくお互いの国の話をする場面が多くあったので、日本の政治の動向や社会問題について日頃から軽く触れておくことをおすすめします。恥ずかしながら私は政治に疎いので、外国人の友達の方が私より日本に詳しい、なんてこともありました。日本とイギリスの違いとして最も大きいと感じたのは、街ですれ違う人やクラスメイトの国籍を全く推測できないことです。特にイギリスは移民の多い国なので、街に出ればいろいろな肌の色や母国語を持つ人々と出会います。クラスメイトであっても、例えばラテン系の外見をしている人がラテン系の国籍保持者であるとは限りません。これは日本にしか住んだことがない私にとって当たり前なことではありませんでした。育った環境と全く違う場所で過ごすことで、当たり前だと思っていたことが当たり前ではない、世界はとてつもなく広く私はまだそのほんの一部しか知らない、ということをも身をもって実感します。そして、海外研修を通して私が得た最も大きな学びは、「どんな風に見えても、人は皆話してみれば優しくて温かい」ということです。この学びは、これからたくさんの人と関わるであろう私の人生に、必ず良い影響をもたらすと確信しています。研修先に関わらず、これから海外研修に参加する人も、人はみんな自分が思っているより優しいということを覚えておいてほしいと思います。

研修期間	短期
プログラム (日程)	イギリス・Beet Language Centre 語学プログラム

a) I went to study at Beet Language School in Bournemouth, England, for a month. The training location was racially diverse and well-suited for learning English. Students were mainly from Europe, with a particularly large number from Switzerland. There were also students from Italy and Spain.

b) The nights hanging out with friends from Europe were super fun. Started to watch a football game at an English pub, and we went to the club after that. I enjoyed the British alcohol and vibes there. It was quite different from Japan, where people in a room got all in together, and that taught me that strangers actually can have this close interaction. Then I felt so happy that I experienced such a great moment in my lifetime.

c) This stay taught me how important pronunciation is. It just avoids confusing people or being asked to say again what I said when you know how to make the right sound with your mouth and tongue. Oral fluency is the next thing I need to focus on to enhance my English, rather than learning new vocabulary.

d) Express myself. To express words of inner feelings is sometimes hard for the Japanese because of the culture of silence. But this time, I spoke about my idea to people around me, such as the host family. I share my idea topic related to something I learned in school and express my perspective on it. I had to have the courage to do so since I don't want to get rejected for my opinion. It is very scarce.

e) I definitely would like to say something about the distance between people. It's quite close. I paid for a membership to work out in the gym, and they always chat with me. This never happened in Japan.

f) I noticed they are so close with neighbors of their own will. I had a little night party with this neighbor at the host family's house, and they were so fun to be with. My host family said they are a quite fun family, and their neighbor, who came over to join us, was the only one they wanted to be close to since they matched each other. Ever since they got to know each other, they have had a little party every month. That is what they told me, and I saw it as quite fascinating how they are.

g) I've decided not to waste the time on enhancing my English level, so I am currently working on English more than I used to before the program. And also, I cherish the memory with my best host family and friends from Europe. As much as possible, I am going to keep in touch with them.

h) I truly recommend joining this program if you are desperate to put yourself in an English environment. This is the right choice to go. Host families are not willing to point out your English; they will help you in the best way.

研修期間	短期
プログラム (日程)	イギリス・Beet Language Centre 語学プログラム (2025年2月24日~3月21日)

(a) 自分はイギリスのBournemouth(ボーンマス)という小さな町に行った。Bournemouthはビーチがある町で、日本の熱海のように、イギリス在住の人の観光地というようなイメージだ。首都のLondonからは車もしくは電車で2時間ほど離れた場所だ。治安は概ね良好といえるだろう。研修先はBeet Language Centreというfamily businessの小規模な語学学校だ。周りは住宅に囲まれた静かな環境で学ぶことができた。宿泊先はホストファミリーで、Beetからは徒歩10分の立地であった。

(b) 一番楽しかったイベントは、帰国直前の授業最終日の夜に、特に仲良くなった外国の友だちと一緒にディナーを食べに行き、ビーチで花火を見て、パブに行ったことだ。一週目は友だちができるか、自分の第二言語である英語でコミュニケーションとれるか心配と緊張しかなかったが、最終日には、こんなにもいい友だちと出会えて良かったと思えた。

(c) とにかく英語で話すことだ。自分が参加した授業では、英文法、リーディングをメインに学んだが、それはそれで、日常会話とは一線をおいた。もちろん英文法が常に正しいことに越したことはないが、そればかりを気にしては会話ができず、実践する機会が少なくなると感じた。僕は、せつかく海外にいて、語学学校という英語を話せる恵まれた環境にいるためそれを大切にしたい、そのためには実践するのみと思い、話すようにした。そのおかげか、英語を話すことに抵抗はしにくくなったし、さらに英語を学びたいというモチベーションにもつながった。

(d) 食事はやはり日本と全く異なると感じた。イギリスの家庭料理は質素であることは行く前から既に知っていたが、僕のホストファミリーは健康志向なのか、さらに質素であると感じた。大きなプレートにフライドポテト、トマト風味の甘い豆(バイクドビーンズ)、鶏むね肉、というのが定番であった。自分は海外のご飯は好きなので全く問題はなかったが、正直、最後の方は飽きてきた。しかし1ヶ月しかないという、イギリスに将来来ることはあっても、ホームステイという一家族として来られることはもうないだろうと思い、貴重な機会ということで美味しくいただいた。

(e) まず、タバコを路上で吸っている人が多いなと思った。建物の入口で吸ってはいけないというルールがあるそうだが、日本と比べると路上喫煙が多いイメージだ(もちろん建物内は禁煙だ)。また、自分は語学学校だったため、日本の大学とも、現地の大学とも異なるだろうが、授業中は与えられた問題や話題を2~3人ペアで話し合い、考え、先生からは積極的な発言を求められるスタイルであった。受け身の授業が多い日本とは異なり、学んでいる事柄を自分ごとに行うため、理解が深まると感じた。

(f) イギリスでの生活を通して感じたのは、社会全体に根付いている多様性を尊重することである。日本と比べ、国籍や背景、言語、宗教といった違いが当たり前のように受け入れられており、人々は互いを尊重し合って生活していると個人的に感じた。小さな町であるBournemouthですらインドや中東のレストランが多く並んでいたり、Londonでは多様な言語が飛び交っていたりして、むしろ英語で話している人のほうが少ないとまで感じた。長い歴史を持つイギリスは、これまで多くの移民を受け入れてきたことに由来していることを実感できた。

(g) 1ヶ月英語を習ったことは今、英語の学習意欲を高めることにつながっていて、日々、英単語と英文法、リスニングに取り組んでいる。これを今後も継続していきたい。また、将来的には旅行もしくは仕事で海外へ行き、多くの人とコミュニケーションを取ったり、歴史的、文化的施設を巡ったりすることで自分の知見を広めたい。さらには今回の短期留学を通じて、様々な国の友だちができた。この貴重な経験を無駄にしないために、その友だちとkeep in touchをしたいと思う。

(h) 英語で自己紹介と日本の文化については話せたほうが良い。語学学校は様々な国からの生徒が集まっているため日本に興味を持っている人は多い。またホストファミリーは食事中などに積極的に質問をしてくる。その時に英語で詳しく話せば話すほど、より深い関係を築くことができるだろう。1ヶ月はあっという間である。この期間で英語の上達を目標とすることももちろん良いが、それ以上に友だちを作ること、その友だちとどこかお出かけや食事に行くことなどを通して英語を話す機会を増やすべきだと僕は強く思う。また、短期海外研修(Beet)の場合、現地で過ごせる週末は3,4回ほどと

少ない。せっかく日本を離れイギリスに来ているわけであるので、Bournemouth の中心部や London、Oxford などの町を観光するべきだ。できれば出発前に行きたいところを調べておき、ある程度計画を立てておくと、現地で動きやすいだろう。

1914 字

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・ロイヤルメルボルン工科大学語学プログラム (2025年2月10日~3月7日)

A 私はオーストラリアにあるメルボルン工科大学の短期留学に行きました。そのなかでも留学生の受け入れをしている、RMITUP という学校に通っていました。宿泊先としましては、大学から電車で40分ほどのところにあるDEER PARKという地域にホームステイをしました。

B 一番楽しかったことは、学習院大学の友達と一緒にコレナパークというテーマパークに行って多くのアトラクションにのったことです。オーストラリアのアトラクションは日本の一般的なものに比べて激しい動きを伴うものが多く、絶叫していました。

C 私が外国語でのコミュニケーションにおいて最も重要だと感じたものは、積極性と自己理解です。なぜこの二つが大事かというと、オーストラリアでは寡黙な人はあまり発言する機会や、コミュニケーションをとる機会が授業を通してないように思いました。そのため、グループディスカッションなどで、積極的に発言し会話に参加しようとする姿勢を持つことが非常に大事だと思いました。また、個の留学を通して私の英語力はかなり向上しました。もともと内気な性格で、発言するのも躊躇っていたのでなかなか授業を通して英語力向上が見込めませんでした。しかし、英語しかしゃべれない環境に身を置くことによって、自然と英語が出てくるようになり、実践的な英語力を身に付けることに成功しました。

D 私はもっと簡単な会話表現を覚えていくべきだったと後悔しています。飲食店での会話がスムーズにいかないことが多々あり、少し苦労したように思いました。そのため、簡単な英語表現を渡航前におさらいしておくべきでした。

E 日本との違いは非常にたくさんあります。その中で最も印象的だったのは公共交通機関の中での人々の行動です。一般的に日本では電車の中でのおいのきつい食べ物を食べることや、通話をする、自転車をもって乗ることはあまりないと思います。しかし、オーストラリアの電車内ではそれが当たり前になっており、より自由であるように感じました。個人としてはオーストラリアの電車のほうがにぎやかでくつろげるように感じました。

F 私はホームステイ先で二つのことに驚かされました。一つ目は深刻な水不足のため湯船にお湯をためないことです。私は温泉やお風呂が大好きなので湯船につかりたい派ですが、オーストラリアは冬でもシャワーが一般的だということに驚かされました。二つ目は、選択の頻度です。私が宿泊させていただいたホームステイ先では週に一回の選択が当たり前でした。また、日本と違って乾燥機がないというのも面白いポイントでした。

G 私は今回の留学でコミュニケーション能力と自分のことは自分で解決するという意思をはぐくめました。この経験を活かして、私は温泉サークルを立ち上げようと考えているので、そこでえいーだーシップを発揮できたらなと思います。

H ある程度渡航前からどこで何をやるのかという大まかな予定を立てておくことを強くお勧めします。向こうについてから調べる時間はほとんどないので、ある程度は調べておきましょう。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・ロイヤルメルボルン工科大学語学プログラム (2025年2月10日~3月7日)

(a)オーストラリアのロイヤルメルボルン工科大学附属英語学校に短期で4週間の研修に行きました。宿泊先はホームステイで、大学から1時間かからないくらいの場所に位置していました。

(b)キャンパスでの授業で一番楽しかったことは、グループワークが多いことでした。学習院大学での授業もグループワークが多いように感じていましたが、さらに多く、ミニゲームなどを通じて学習を楽しむことができました。留学ということでもとても緊張していましたが、英語を学びに来ているという共通点がある仲間同士で会話することは、語学力の向上はもちろん、コミュニケーションを取ろうと挑戦する力を伸ばすことに役立ちました。

(c)先ほども少し触れましたが、正しい文法で話そうと意識しすぎるよりも、伝えようと挑むことが最も重要だと学ぶことができました。日本語で考えたことに合う英単語を知らなかったとしても、別の簡単な単語を用いた言い回しに言い換えることで、十分に伝わると感じました。

(d)ご飯が少し口に合わず、値段も高かったことに困りました。円安の影響もあると思いますが、日本円換算で1食2000円を超えることがほとんどでした。私は日本からインスタント食品を持っていくことをしていなかったため、4週間という短い期間でしたが、日本食が恋しくてたまりませんでした。友人はどん兵衛を持ってきており、とても羨ましかったです。

(e)一番驚いたのはお店の閉まる時間帯でした。ほとんどのお店が18:00~19:00には閉まっており、最初の1週間は授業が17:30まであったのでほとんど観光を楽しむことができませんでした。

(f)オーストラリアにはトラムという路面電車のようなものが走っているのですが、その中で電話をしたり音楽をかけたり足を乗せたりしている人が多く、多様性ではなく文化の違いの問題なのかもしれませんが、それらの行動を受け入れていることが自由で面白かったです。

(g)今回の海外研修で、コミュニケーションを取ろうと挑戦することが一番大切だと学ぶことができました。この学びを活かし、学習院大学で行われる英語科目でも、積極的に自らの言葉で意見を伝え、ディスカッションやチュートリアルで学びを深めたいと考えています。

(h)先述した通り、日本食を持っていくことと、お土産等で荷物がとても増えるので、ボストンバッグのようなものを持っていくことをおすすめします。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・ロイヤルメルボルン工科大学語学プログラム (2025年2月10日~3月7日)

(a) 私は夏休みの4週間を使って、オーストラリアのメルボルンにある、RMIT UP という語学学校に、語学留学しに行きました。この研修先はオーストラリアでシドニーに並ぶ首都にある学校で、ロイヤルメルボルン工科大学の大学の一部です。とても大規模な大学でメルボルンの街をかなり歩いても RMIT 大学の棟がいくつか見つかりました。私の宿泊先はホームステイでした。ブラジルからきた、女性とマレーシアから来た男性の夫婦と大きな犬が一匹いました。二人はとても親切でとても快適な時間を過ごせました。

(b) 日常生活またはキャンパスでの授業や授業後の経験で、一番楽しかったことは、週末に友達といった動物園です。オーストラリアというと野生動物や自然豊かなイメージですが、メルボルンはとても都会で、近くにカンガルーやコアラはいませんでした。その動物園ではそれらだけではなく、ライオンやオラウータン、ヒクイドリなどがいてとても楽しかったです。

(c) 私は単語をたくさん勉強して、積極的にボディランゲージを使って話すことが最も大事だと考えます。そうすることで、相手に伝わるが多くなりました。また、私の英語力は伝える力という面で少しだけではありますが向上したと考えます。

(d) 私は、ホストファミリーと週末に BBQ をしたのですが、そこでな荷を話せばいいのかがとても困りました。準備しておけばよかったと思ったことは、もっと日本文化や、オーストラリアの文化に詳しくなっておけばよかったなと思いました。

(e) 一番驚いたことは店員がとてもフレンドリーだということです。ただのコンビニの店員も話しかけたりしてくれたので、とても温かい気持ちになりました。大学の授業では、ディスカッションやプレゼンの発表がとても多かったように感じました。

(f) 私のホストファミリーの夫婦は、別国籍の人たちで、彼らが移住先をとても気に入っていたので多様性にあふれた国なんだなと感じました。また、メルボルンには多様な人種の人が楽しそうに歩いき、様々な国の食べ物も楽しめました。

(g) この体験を仕事や学校で英語を使う場面に合った時に自信を持てるような経験として活かしたいです。

(h) 日本の文化と日常で使う英単語をたくさん覚えることをお勧めします！

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・ロイヤルメルボルン工科大学語学プログラム (2025年2月10日~3月7日)

(a) 私は8月16日から9月13日の28日間でオーストラリアのメルボルンにあるRMIT大学に留学していました。そして、New port というメルボルンにある街でホームステイをしていてその家族はお母さんと娘さんと居候している韓国人の女性の3人でした。

(b) 私が授業後の体験で一番楽しかったことは日本語を勉強したい現地の人と英語を勉強したい日本人が集まって会話をするというイベントです。日本語が少しわかる外国人と話すことにより、英語を話すことに自信がない私でも楽しく英語で会話をして外国人の友達も作ることができたのでとても楽しかったです。

(c) 外国語コミュニケーションで一番大切なことは失敗を恐れず、失敗をしたとしても、どうにか伝わるように努力することによって英語が完璧でなかったとしても、コミュニケーションをとることができるため、一番大切だと感じました。また私の英語力はスピーキングとリスニングが主に強化されたと思います。授業では毎週金曜日に45分間のディスカッションを行う時間があったり、そのほかの時間でも、話し合いをする時間が多かったですし、ホームステイをしていたので、夕飯を食べる時にはホストマザーと話したりする時間がとても多かったため、スピーキング力が向上したと感じています。またリスニングも授業中はもちろんのこと、ホストマザーと話す時、注文をしておすすめを聞いた時などさまざまな時に英語をきく機会があったため、向上したと思います。

(d) 私はスマホの充電の減りがとても早く、家に帰る時にスマホの充電が切れて、どうやって帰ればいいのかわからない時がありました。その時に、街中にいる人に聞いたりし、何とかして家に帰ることができたことが困難なことでした。また行く前に目標を明確に定めておけばよかったなと思いました。留学に行く前に漠然として英語力を向上させたいという目標がありましたが、明確な目標がなかったため、達成感や上達している実感が持ちづらかったです。

(e) 授業のことで言えば、ディスカッションの時間が日本の大学の授業と比べて圧倒的に多く、先生の話していることをずっと聞く時間がとても短かったです。また、日本に比べてさまざまな人種の人々が暮らしていて、いい意味で他の人をあまり気にしていなかったと感じました。例えば電車で、普通に電話をしていたり、爆音で音楽を流している人もいました。

(f) オーストラリアはさまざまな国からきた人々が暮らしているため、人種に対する偏見や差別などがなくとても自由だなと感じました。

(g) この海外研修の体験を活かし、もっと海外に旅行や留学に行ってみたいと思います。この海外研修を通して、外国の魅力を知ることができ、英語力も向上したため、英語を話すことに対するモチベーションも上がったため、旅行や留学に活かしたいと思いました。

(h) 留学で大切なことは楽しむこととさまざまな人々と話したり友達になったりすることだと思いました。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・ロイヤルメルボルン工科大学語学プログラム (2025年2月10日~3月7日)

- (a) 私はオーストラリアのメルボルンにある RMIT 大学で研修をしました。その付近にある場所でホームステイをして、現地の習慣や生活への理解も深められました。
- (b) 私にとって、海外研修での一番楽しかったことは、郊外の自然が多い場所で多くの野生動物を観察できたことです。このことは自然と私に英語で多くの関連情報を検索する習慣を身につけさせ、それが間接的に英語学習のモチベーションにも繋がりました。
- (c) 私は海外研修期間において、英語でのコミュニケーションで学んだこととして、相手のことを思いやり、自分本位にならないことが最も重要なことだと思いました。このことは、英語で話すときに相手をまくし立てるような振る舞いをやめ、協調性をもって会話を持続させることを可能にした点で、スピーキング能力が向上したとすることができると思います。
- (d) 私は食べるのが好きなので、オーストラリアならではの食べ物を探し求めました。とりわけ、カンガルーのジャーキーやエミューの肉を使ったハンバーガーは、私をエキゾチックな気持ちにさせるとともに、味わい深く思えました。それとは別に、日本では普通に飲み食いできる食べ物は、意識的、能動的に行動しないと、手に入れて食べることが出来ないと分かりました。ですので、行く前にスーツケースに多くストックしておけば、食の面で一定のホームシックな気持ちを覚えることがなくなっただろうと思います。
- (e) オーストラリアの大学での英語の授業は、日本のそれとは異なり、生徒が自ら積極的に発言して、コミュニケーションを取り合うアクティブな姿勢を取ることが求められているように思いました。日本は逆に自らそのようなことはせずに、教師からの指示に従うということが多いパッシブな授業方法だと思います。
- (f) やはり、私はオーストラリアが日本よりもジェンダー意識が強いことに多様性を感じました。例えば、ジェンダーレストイレやカミングアウト文化が大きいことだと思います。
- (g) 私はこの海外研修の体験を異なる環境でいかに自分がそこに適応していくかということに対して活かしていけると思います。異なる国だけではなく、もっと身近な知り合いがいない環境や見慣れない地域での生活や行動にも、この適応するための経験が確実に活かせると思います。 (
- (H) もし、海外研修をしたいという人がいるならば、事前に必要なことを全て調べあげ、そこでの経験を最大化できるようにして、事後学習も怠らないという姿勢や言動が、私から最もアドバイスしたいことです。

研修期間	短期
プログラム (日程)	FPT 大学職業体験プログラム (2025年2月24日~3月28日)

a ベトナムの中部にある都市にある大学に通いました。FPT 大学ダナン校で、大学の運営がベトナム最大の IT 企業ということもあり、最先端の教育にチャレンジしている大学でした。ホテルは市街地に位置する ANFADA というホテルで、プールやビリヤードがあり過ごしやすいです。他の日本人の留学生とも親睦を深めることができました。観光地ということもあり深夜でもホテルの周りは明るく、安全だと思いました。

b インターンシップ以外にも、ボランティアやビジネス英語のクラスがあり、授業はとても実用的で勉強になりました。普段大学で学ぶ英語はアカデミックなものですが、実際にビジネスで使うメールの書き方や表現を学びとても良い経験になりました。私は小学校で英語のクラスのティーチングアシスタントをしたのですが、自由な時間が多くダナン市内の観光にもたくさん行けました。また、バディが一つの日本の大学に対して 1,2 人いるのでおすすめのローカルなスポットを教えてもらうことができとても楽しかったです。バディの大学生ともとても仲良くなりました。

c わからない単語があっても、簡単な表現言い換えてコミュニケーションをする重要性を学びました。ベトナムはタクシーの運転手や食堂の人など、簡単な英語すら通じないので、時には翻訳機を使わなければならないのだと知りました。しかし正確ではないことが多いので、再翻訳して意味を確認した伝えていました。また、日本にいた時よりも、人と仲良くなりたいという気持ちが強くなったので英語の能力も上がったと思います。何よりも、英語学習へのモチベーションが上がりました。

d ベトナムでは、街では一切英語が通じないので苦労しました。行く前に準備しておけばよかったことは、バディがいると知らされていなかったため、その子に日本のお土産を買ってくるべきだととても後悔しています。また、ベトナムの大学の人は少ししい切減で、私たちに選べる職業の一覧を送ってもらえなく、そもそもその存在自体を知らなかったため、職業を選ぶことができなかつたのは残念でした。

e ベトナムは共産国ということもあり、愛国心が強く、軍隊のイラストや国家の T シャツを着ている人をよく見かけました。他のアジアの国と比べて日本のブランドや、大手グローバルチェーンをあまり見なかつたのも衝撃的でした。また、お手洗いの清潔さや、電車や地下鉄がないところ、街では英語が通じないことも驚きました。日本とは違うところがたくさんありました。

f 研修先には日本以外からも留学生が来ていて、学習院は留学生の数が少ない感じました。ホテルや街自体も、有名な観光地ということもあり、外国人向けのサービスや韓国語、英語などが街でよく聞こえてきました。様々な国籍の人が訪れる都市で楽しかったです。

g 初めて海外の友人ができてすごく嬉しかったので、日本でも積極的に海外の人と話したいと思いました。異国で 5 週間暮らすという経験は今後することがないかもしれないので、困難を乗り越えられた気持ちを忘れずに新たなチャレンジにこれからも励みたいです。

h 職業の選択肢がたくさんあるので、よく自分に合う職業を見極めて楽しんでください。ベトナムは日本よりも不便と感じることもあるかもしれませんが、それすらも今では素晴らしく忘れ難い経験になりました。

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・Sprott Shaw Language College (Victoria)

a) Sprott Shaw Language College (Victoria)

b)放課後、授業後にビーチバレーボールを近くのビーチまで同級生としに行ったことが最も思い出に残っています。他国籍の生徒がたくさんいたため、授業時間外や放課後にそれぞれの母国語を教え合ったりしていましたが、スポーツを通して、より仲を深め、自然な会話をすることができたと思います。

c)文法をあまり意識せずに話しても相手には話したいことは伝わるということがわかりました。そのため、英語でのコミュニケーションに関しては、留学前より、英語力が上がったと実感しています。特に、ホームステイ先の家族が女性1人だったため、会話をすることが多く、またマザーの職業に関するお話もあり、苦手としていた経済分野の話をすることもあり、会話を練習することができました。

d)日本のことについてもう少し詳しく話せるようになっておけばよかったと思っています。ホームステイファミリーのお友達のお家でパーティーをした際に、たくさんの人とお話をする機会がありました。その時、どのお話しした方も私に気を遣って、日本のことについてたくさん聞いてくださいました。私自身、日本の伝統芸能を少し習っていたりする関係上、日本に興味を持ってもらい、お話しすることはとても嬉しかったのですが、英単語がすぐに出てこず、長々と話してしまいました。

e)どの方もとてもフレンドリーに接して下さる点だと思います。日本ではバス停で待っている時に知らない人からたわいもない話をされる、などという経験は私にはありませんでした。しかし、カナダではバス停やスーパーマーケット、飲食店など、さまざまな場所で声をかけてくださる方がたくさんいて、おすすめの観光地やレストランを教えてくださいました。

f)観光客の方もそうですが、定住している方でもとても他国籍の方が多かったです。かくいう私のホストマザーもフィリピンにルーツを持つ方でしたし、お隣の方はマレーシアにルーツを持つ方、中東地域にルーツを持つ方でした。そしてさまざまな場所にルーツを持つ方がいるからこそ、近隣住民で行ったパーティではたくさんの国の料理が並び、興味を持った料理に関しては作り方を事細かに聞く会などが開かれていました。

g)私は留学先で少しの凶々しさと挑戦してみることの大事さを学びました。日本では国民性からか、上記のことを行うと周りからの目が気になってしまうこともありますが、自分のやりたいと思えることをこの少しの凶々しさを持って挑戦し行こうと思います。

h)英語力に不安があったとしても、海外に渡航してしまえば、もうやらざるを得ないため、とりあえず留学をしてみるという行動力が大事だと思いました。

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・Sprott Shaw Language College (Victoria)

A カナダのビクトリアという島に行きました。ホストファミリーはネパールの方で、学校から 30 分くらいのもどかな住宅地の一軒家でした。

B 私はホストシスターが同じ年だったこともあり週末はよく遊びに行きました。お菓子作りがとても得意だったので、土日によく一緒に作って、ホストファザーに振る舞う時間がとても楽しかったです。

C 私はこの学部の中でもかなり英語力は低いほうだと思いますし、日常生活の英語がギリギリ理解できるくらいのレベルですが、たくさんの友達ができました。1 番重要なことは英語のレベルとかではなくとにかく「話す」に尽きると思いました。外国語能力が向上したかは微妙ですが、、私でも意外とできるんだ！という自信はつきました。

D 言語の面では少し単語を入れておけば良かったなと思います。簡単な単語でもなかなか出てこなかったです。環境の面では気候をもっとリサーチするべきでした。ほとんど半袖しか持っていかなかったのですが、朝と夜は日本でいう初冬くらいの寒さで、現地で服を調達しました。

E カナダは愛国心が強い人が多いと思います。自宅にカナダの国旗を飾っている家をよく見かけました。日本で国旗を掲げている人は少ないですし、もししていたとしてもあまりいい見られ方はしない気がしますが、カナダの方々はそれが普通のようなのでした。授業中にお菓子を食べたり、何も言わずにトイレに行ったりするのはやはり海外あるあるなんだなと思いました。後カナダの人は寝るのがはやいので、お店が閉まる時間も早かったです。18 時にはご飯を食べて 22 時には就寝という健康的な生活をしていました。

F カナダはほんとに様々な国の方々がありました。ホストシスターが現地のユービック大学に通っていて、友達を紹介してくれたのですが、国籍も年も全員バラバラでした。街全体として、留学生に優しい雰囲気がありますし、実際にとてもフランクで優しい方が多かったです。

G 日本人はシャイとよく言われますが、本当にそれを体感しました。私は日本でシャイとは言われたことがありませんが、実際に留学して周りの国籍の友達を見て自分はかなりシャイだなと思いました。伝えたいことははっきりいう、楽しい時は楽しいと表現する、嫌なことは嫌だと伝える。日本では難しいことかもしれませんが、これからは周りの目ばかり気にしすぎずに、人とのコミュニケーションを楽しみたいなと思います。

H みなさんよく言うことだと思いますが、行ってみたらどうにかかりますし、とっても楽しいです。留学は思った以上にあっという間に過ぎるので毎日を大事に過ごしてください。

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・Sprott Shaw Language College (Victoria)

- (a) カナダのビクトリアに行きました。宿泊先は語学学校からバスで 20 分程離れたホームステイ先に滞在しました。
- (b) 授業の休み時間に他の国の留学生と交流してお互いの文化について話す機会がとても楽しかったです。また、放課後はほぼ毎日学校が用意してくれたアクティビティがあり、沢山の観光スポットに先生や友達と行くことができたのが非常に楽しかったです。
- (c) 外国語機能は上昇したと感じました。いままでは文法を非常に重要視してしまい、失敗したら恥ずかしいと考えてしまって、自分から話しかけるということもあまりできなかったが、留学先ではむしろ英語を完璧で話せる人が多くないからこそ、失敗を恐れずに積極的に話しかけようと心掛けることができました。また、文法よりもとにかくどう伝えるかという態度の方が大切であると感じました。伝えたいという気持ちがあればたとえ単語だけでも会話をすることができました。
- (d) 難しかったことは、例えばスペイン語を話すメキシコ人留学先と会話する際に、スペイン語は英語と同じアルファベットを使うがそれぞれの発音が英語とは異なっているため、彼女たちが英語を話す際にスペイン語の名残りで訛りが強く、聞き取るのに少し苦労してしまったことです。また、ホームステイ先での生活で、例えば、シャワーの出し方が分からない時に緊張してしまって直ぐに解決策を聞きに行けなかったり、我慢してしまったことがあったことです。
- (e) 沢山の違いを感じましたが最も印象に残っているのはやはり、マリファナが合法の国であったということです。朝でも昼でも夕方でも夜でも、時間に関係なく、特に中心地や学校から近い場所では沢山の薬物中毒者がいて、恐怖を感じるが多かったということです。時々奇声を発しながら銀行のガラスを破壊したり、人に危害を加える様な人もいて、とても怖かったです。また、授業で感じた違いについて、カナダでは授業中に飲食は自由であり、授業中に大きな袋のお菓子を出してみんなでシェアする、という機会がありました。授業中のリフレッシュにもなり、とてもよい文化だと感じました。
- (f) ホームステイ先で感じた違いとして、日本では血の繋がりのある家族が同じ家で暮らす、というものが普通とされているが、カナダでは血の繋がりのない、例えば友人や職場の人も同じ家に住むことがある、という点に違いを感じました。
- (g) 留学先で今まで出会ったことの無い国籍の人と出会って、会話をすることで、多国籍の人と話す楽しさを感じることができました。また、カナダは留学生が非常に多いため、現地の方がとても親切な人が多かったと感じました。私も同じように、日本にいる他国の留学生たちを手助けできるような存在になりたいです。
- (h) 私は出発前にスーツケースの重さを測るのを忘れてしまい、重量オーバーになってしまい、荷物を減らすという手間がかかってしまったため、しっかり重量を考えてから出発することを強く勧めます。また、留学先では学校でもホームステイ先でも自分から積極的に話しかけに行くことで、より有意義な留学になると感じました。

研修期間	短期
プログラム (日程)	ベトナム・FPT大学職業体験プログラム (2025年2月24日～3月28日)

- A. ベトナムのダナンにある FPT 大学にて職業体験プログラムを行った。宿泊先は市街地にあるホテルで、海からも町からも近く、買い物には困らない場所であった。ベトナムは水道水が飲めないが、ホテルにも学校にもウォーターサーバーがあって困ることはなかった。
- B. 楽しかったことは、週末に行われたツアーである。二回行われて一回目はダナンツアー、二回目はホイアンツアーだった。自分で行けるような観光地もあったが、ガイドさんの話を聞いて気を付けるべきこと、例えば、値引き交渉をしなければならぬことなどを学ぶことができた。
- C. 外国語コミュニケーションの面では、コーディネーターやバディの方々には英語が通じたため会話をすることができたが、インターン先の FPT 小学校の英語以外の先生や生徒たち、街中の店員などは英語が話せない人がほとんどであったため、ジェスチャーを交えて翻訳機を通じてコミュニケーションを図った。
- D. 難しかったことチャレンジしたことは、バイクタクシーに乗ることと、値引き交渉をしたことである。ベトナムはバイクに乗っている人がほとんどで、私たちもバイクタクシーを利用することが多かった。はじめは交通量の多い道路を走るのは怖かったけれど、車からでは味わえない風を感じたり、風景を見ることができたりした。また、料金的にもタクシーに乗るよりもかなり安いので、挑戦してよかったと思っている。値引き交渉は、初めは自分が納得した金額なら最初に提示された金額で購入してもいいと考えていたが、後から来る日本人がぼったくられてしまうのを防ぐためにも半額くらいの金額を提示してそこから少しずつ値引き交渉をしていくことが大切だと学んだ。ただでさえ物価が安いのにそこからさらに値引き交渉ができると知って驚いたが、一度経験してみると、金銭感覚も国にあってくるので貴重な経験であった。
- E. 国際的な違いに関しては、インターン先の小学校での生徒たちの授業に取り組む態度で違いを感じた。特に、先生が生徒たちに問いかけると、日本では積極的に発言をする生徒は 2、3人に絞られているが、ベトナムの生徒は、ほとんど全員が挙手をしていた。また、国民の愛国心を強く感じた点も、国際的な違いを感じた。国民の記念日にはほとんどすべての家の前に国旗が飾られていて、飲食店では国旗をモチーフにした商品が期間限定で売り出されていた。小学生も自由に絵をかけるタイミングでほとんどの生徒がベトナムの国旗を書いていた。日本でそのようなことをすると右翼だと思われる、若干ひかれてしまう部分があり、驚かれてしまうけれどベトナムではそれが普通なのだとわかった。またベトナムには徴兵制がある。
- F. 多様性については特に実感した部分はない。しいて言うならダナンは観光地であったことと、行ったタイミングが国民記念日とかぶっていたため、様々な国の人が訪れていた。
- G. ベトナムの文化、歴史に触れるいい機会であった。ベトナム人のいいところは愛国心があって、伝統的な文化的な質問をしたら、大学生の女の子であってもすぐに答えることができる場所であると考えた。そのため、私もそれに倣って、日本の伝統的な文化や海外の人が想像する日本の文化について詳しくなろうと思った。助け合う力をとても強く感じたから、私もベトナムで助けられたように、人を助けようと思う。
- H. 最初はなんでベトナム？って思うかもしれないけれど、ベトナム人はいい人が多くて、ご飯もおいしくて、景色もとてもきれいなので、本当におすすめです。プログラムとしても、ほかの短期留学のプログラムと違って職業体験ができるから、就活でも少し違った経験として話すことができます。また、ベトナム人のバディがついてくれるので、一人は必ずベトナム人の友達ができます。同じホテルにほかの日本の大学（明治、法政など）の学生がいるので日本人の友達もできます。ほんとうにおすすめです。ベトナムに行きましょう。私はもうすぐにでも行きたいです。

研修期間	短期
プログラム (日程)	自己手配

(a)マルタでの1カ月語学留学。寮で生活した。

(b)私の行った学校は国籍が豊かだったので、様々な人と会話し、食事などを通して文化交流ができた。

(c)ある程度の瞬発力がコミュニケーションを円滑にすると感じた。自発的に外国人との会話の経験を積むことがやはり有効であると感じた。

(d)私の寮のフラットの編成は、当初トルコ人3人に私が加わる状態だったので雰囲気は非常にアウェイだった。ストレスになることもあったが、共同生活となると自ずと会話をするので、少しずつ友好関係を築いていった。

(e)多くの人が陽気で、私自身も明るく過ごすことができた。

(f)トルコ人、韓国人、コロンビア、ベネズエラ、パナマなど様々な国籍の人と交流を持つことができ、文化の違いや学びが得られた。

(g)私にとって、具体的にどのように活かすことができるのかははっきりとしているわけではない。しかし間違いなく人生の中でとても大きな経験の一つになったので、糧になるだろう。

(h)自分の目的に沿った行先・期間を選択することがやはり重要であるだろう。

研修期間	短期
プログラム (日程)	自己手配

私は、自己手配プログラムでマルタへ語学留学に行きました。EF という留学エージェントを利用し、ホームステイで夏休み期間の6週間滞在しました。今回の海外研修では英語力がかなり上がったと思います。特にリスニング力です。マルタは他国に比べると日本人が少ないので、英語で会話する以外にコミュニケーションを取る方法がありません。そうした状況で毎日毎日英語に触れていると、早いスピードで英語を話す外国人とも違和感なく会話できるようになりました。もちろん、授業で文法を学んだり、語彙を覚えたりすることは英語の知識を身につける点では重要です。しかし私は、積極的に英語で会話したり、外国人と話す中で様々な文化に触れたり、それぞれのバックグラウンドについて知ったりすることの方が、より効率的に楽しく英語を学ぶことができると思います。そのおかげで、たった6週間でも英語のレベルが上がったと実感できました。私のシャイな性格上、新しい友達を作ったり、知らない人に話しかけたりすることが苦手で、出国前にすごく不安だったのを覚えています。しかし「日本語が通じない」「文化が異なる」そんな国で1人で生活していく中で、勇気を出して自ら声をかけてみたり、今まで体験したことがないことをやってみたり、内気な自分の性格を変えようと頑張りました。それが、6週間で私が最もチャレンジしたことだと思います。

一番楽しかったことは、現地でできた色々な国の友達と、マルタの美しい自然を巡ったことです。日本とは比にならないほど澄んでいるビーチや、まるで他の星を歩いているかのような幻想的な崖、壮大な大地と海の奥に見える夕陽など、この先永遠に忘れることがないだろうと思える数々の美しい自然を大好きな友達と訪れることができたのは、素晴らしい思い出になりました。

日本とマルタの違いとして、私は「国民性」が挙げられると思います。留学前は、謙虚で静かで奥手な日本人特有の性格に誇りを持っていました。それに対してマルタは、観光地ということもありヨーロッパ人がほとんどで、特にイタリア・ポルトガル・スペイン・フランスなどラテン系の国の人が多く、彼らはすごく明るくて何に対しても積極的でとにかくフレンドリーです。知らない人にもニコツと挨拶をしたり、授業中に先生の話を守るくらい沢山発言したり、いつでもどこで会っても“Hi~!” とハグをして元気に話しかけてくれたり、私たち日本人と彼らの違いはこの国民性にあるなと実感しました。初めは全く違う環境になかなか慣れませんでした。外国の友達ができるにつれてだんだんと自分が社交的に変わっていくのが分かってすごく嬉しかったし、何よりその外国人の性格や雰囲気が大好きになりました。

今回の留学は、自分自身の性格や価値観、将来やりたいことまで深く考える機会になったので、その気づきをまずは就活に活かして、また来年ヨーロッパに留学に行きたいなと考えています。私の経験から、「とにかく沢山の友達を作ること、そして沢山英語を話すこと」がアドバイスです。それができれば最高の留学生活になること間違いと思います。

研修期間	短期
プログラム (日程)	【自己手配】 Wildlife Conservation Volunteer Program in Namibia

I've been in Namibia for a month for wildlife conservation program. I was staying at a tent, with two other people from different countries and it was like a big school but in a savanna.

The most thing I enjoyed is researching about the wildlife in Namibia and actually go track the wild animals like lions, rhinos, elephants, and so on. We drove hours and hours to track the wild animals and when we got to see them, it was just too amazing and literally no words to say.

The most important things I learned about foreign language is that you don't have to be very good at the language, the more important thing is to have passion to talk with the others. People are not looking for someone who's good at English, if you're passionate even if your grammar isn't that good, people would try to understand you.

For me the challenges I met in ways of cultural differences is that even if I understand what people are talking about, since everyone grew up in different countries, the things we have in common, like what we used to do in high school or what tv shows we watch, is not the same, which made me hard to understand why people are laughing so much. I felt very different with Japan when I got there and noticed that the people working in the sanctuary is very very disorganized. Since there were so many volunteers coming from different countries all over the world, they didn't know who or where I am from and when I'm gonna leave.

I always felt the diversity in Namibia. First of all there were no Asians other than me and most of the people I met were Europeans. The local people were all Namibians so I guess the country itself isn't that multicultural but the place I stayed was very international.

I'm not very sure how I'm going to use this experience but one thing I want to do in the future is to work in JICA, and when I was in Namibia, I met people speaking Japanese and they were actually people from JICA and we talked a lot about many things.

I would advise them to not hesitate to go to Namibia if you're very passionate about animals. And stay strong and positive because if you get sick in Namibia, you won't get a good medical treatment so it's better to stay positive in any situation.

研修期間	短期
プログラム (日程)	自己手配

(a) ニュージーランドのオークランドに行きました。通っていた語学学校はEF international campus in Auckland です。寮に滞在していました。寮はホテルの二つぐらいの階を語学学校の生徒が利用しているスタイルでした。地下に共同のキッチンや卓球、ビリヤードができるスペースがありました。

(b) 日常生活の中で一番楽しかったのは、同じ学生寮に滞在しているメンバーと一緒に共同キッチンで一緒にご飯をつくったり、卓球やビリヤードをしたりしたこと。また寮がホテルであったため一般の宿泊客の方もたくさん滞在していました。そのため、この共同スペースでいろんな国の出身の方と交流することができたのが楽しかったです。またニュージーランドはカフェ文化が発達しているため、カフェ巡りができたことや自然スポットを観光できたことが楽しかったです。キャンパスの授業では基礎英語のクラスでグループに分かれてゲームをしたのが楽しかったです。また選択授業で選んだニュージーランドの文化の授業が楽しかったです。同じ授業を取っている人とそれぞれの出身国の文化について話したり、ラグビーやマオリなどニュージーランドの文化についての動画をみたりしたことが楽しかったです。

(c) 外国語コミュニケーションで最も重要だと思ったことは、話続けようとする姿勢だと思いました。単語や文法をうまく使えなくても話続けることによって、相手が理解してくれようとしてくれました。会話を続けようとするのが大事だと思います。語学力は大幅に向上したわけではありませんが、お店での注文や基本的な単語や文法を使った会話は出発前よりもスムーズにできるようになったと思います。

(d) 異文化経験で直面したのは物価が日本よりとても高かったことです。外食すると1回あたり2000円程度がかかるので金銭管理が大変でした。また外食すると1食当たりの量がとても多かったため驚きました。またバスに乗るとき、駐車場所が日本みたいにスクリーンに映し出されないため、乗り過ごしてしまったりしました。

(e) 日本とニュージーランドの国際的な違いだなと感じたことは、ニュージーランドはとても多国籍な人がいる国だったことです。レストランなどもいろんな国の料理のレストランがたくさんありました。アジアの方が特に多かったように感じました。またお店の人や街の人でも積極的に話しかけてくれる人が多かったです。

(f) ニュージーランドにおける多様性について気が付いたことは、様々な国から来た人がたくさんおり、ニュージーランド以外の国の文化が街にも多く共有されていたことです。

(g) 海外研修で様々な国の人と交流したことを活かし、今度は日本にきている外国人の方と英語を使って交流したいと感じました。そのためにも、研修先の授業で学んだ英語を忘れず、さらに語学力向上できるように努めたいと思います。

(h) 渡航前は不安なこともあると思いますが、実際に行ってみると今までない経験ができたり、たくさんの発見があったりしてとても面白いと思います。応援しています！