

交換留学帰国報告書

記入 | 2020 年 5 月
 所属 & 学年 | 農学部応用生命科学科 3 年
 卒業予定 | 2022 年 3 月

留学先大学	カセサート大学
留学先国	タイ
留学期間	約 8 ヶ月滞在 (3 年次に留学) (プログラムは 10 ヶ月)
留学開始 - 終了	2019 年 8 月 13 日 - 2020 年 5 月 7 日

A. 留学に至った経緯や留学準備について

- ① 留学する大学や国、プログラムを決めた理由を教えてください。

まず、長期留学をしてみたかったのと、学部の授業の関係から交換留学の秋派遣に申し込むことを決めました。
 IELTS のスコアがよくなかったのと、留学を決めたのが遅くて一次募集には間に合わなかったため、カセサート大学しか選択肢がありませんでした。ただ、カセサート大学は農学分野で有名な大学だったので、そこで学ぶことに意味があると考え、留学を決めました。

- ② 留学を志したきっかけや経緯、動機などについて教えてください。

大学生活の中で自分なりに頑張ったり、今しか出来ないような経験をしたいというのが動機でした。また、英語が苦手なのがコンプレックスで、英語を頑張るきっかけが欲しいと思ったのも留学を志した理由の一つです。サークルの先輩に留学経験者が多かったので、留学を身近に感じられたのが良かったです。

- ③ 留学前の海外渡航経験があれば教えてください。

渡航先	渡航時の学年	目的 & 期間など
スペイン	大学 2 年	旅行
フランス	大学 2 年	旅行
台湾	大学 3 年	旅行

- ④ 実際に留学準備を始めたのは応募した時期からどのぐらい前でしたか？

2 年生の夏に大学で行われていた IELTS 講座を受けました。そこで、思うような結果が得られず、一度は留学をあきらめましたが、留学への思いを断ち切れず、12 月に海外留学室に相談へ行き、秋派遣の二次募集に申し込むことに決めました。

- ⑤海外留学室の個別相談を利用した方は相談回数や相談内容、参考になったことを教えてください（利用していない方は、利用しなかった理由や状況など）。

12月に相談に行ったときは、春派遣の申し込みを相談に行きましたが、秋派遣の枠がのこっていたことと、IELTS のスコアから、カセサート大学への留学を提案していただきました。お正月休みの少し前で、二次募集の締め切りまで時間がなかったにもかかわらず、丁寧な対応をして頂きました。申し込みの前後は書類のチェックを主にしていただきました。

B. 留学前の語学対策や単位などについて

- ①留学前の語学対策、TOEFLなどの受験回数などについて教えてください。

2年生の夏にIELTS 講座を受けました。IELTS 受験回数は3回です。

- ②単位取得、単位互換、教職履修などに関してのアドバイスをお願いします。

私の学科は三年春学期までに実験以外の科目がほとんど取り終わってしまうことと、必修以外の科目がほぼないので、単位互換はしませんでした。教職は履修していないのでわかりません。また、私の学科は3年の春学期と秋学期の実験実習が必修なので、3年次に留学をした場合、確実に留年です。また、2年次に留学した場合でも、4年で卒業するのはかなり難しいと思います。

C. 授業や勉強について

- ①留学先で履修した科目と科目コード（例：MKG3001 Introduction to Marketing）、時間数、形態、授業の内容、履修方法、などについて教えてください。

前期

01008211 Introductory Plant Pathology
01009112 Soil Science
01013231 Principles of Tropical Agronomy
01363139 Thai Conversation in Everyday Life 1

後期

01001331 Communication for Agricultural Development
01013331 Tropical Field Crop Production for Food, Feed and Fuel
01013332 economic Tropical Horticultural Crops
0136112 Thai Crammer for Foreigners (Audit)

- ②授業を受けるにあたって、心掛けていたこと、どんな努力や工夫をしていましたか？

先生の近くの席に座るように心がけていました。そうすることで、質問するときの心理的ハードルが下がり、理解できないときに表情で伝えることができました。

③学習面で困ったことはありましたか？どのように解決しましたか？

授業で理解出来なかった部分は先生に直接質問することで解決しました。
またグループワークで周りの話についていけないときもありましたが、リーダーの子に直接教えてもらったり、自分なりに調べたりして対処しました。

D. 大学生活について教えてください。

①現地の雰囲気や大学の校風について教えてください。

タイ人は特有ののんびりとした雰囲気をもっています。それから、とても親日で日本のことをよく知っている人も多いです。（これはタイに限らず東南アジア諸国に言えます）大学は授業が遅く始まったり早く終わったりすることがしばしばです。講義形式の授業が多いですが、グループワークやフィールドワークもありました。クラブ活動はあまり盛んではなかったので、私も参加はしていませんでした。

②ネット環境、施設、周辺環境などハード面について教えてください。

とにかく敷地が広がったです。寮は大学内にあって、学部棟の近くまで行くシャトルバスもあったので非常に便利でした。学内は食堂、カフェ、コンビニ、レストランなども充実していました。大学のネットは割とつながりが良かったです（寮でも）。ただ、タイのSIMカードが通信量が多い上にとても安かったので、そちらを主に使っていました。図書館は学内に一つだけでしたが、どの学部棟からも比較的近い距離にあったのでよく利用していました。
これはタイの施設の特徴なのですが、冷房の設定温度がかなり低くて室内が寒いです。クラスでは上着が必須でした。

③留学先でどのようにして現地の学生と交流を深めましたか（具体的にお願いします）？

留学生一人に対してタイ人が一人バディになるというバディプログラムというのがあって、その子やその子の友達と遊んだりしていました。クラブが見つけれなかったので、自分から遊びに誘ったり、同じ寮の友達経由でタイ人の友達を作ったりしていました。また、現地の英語教室が週末に開催していたご飯会に参加したりもしていました。

④余暇の過ごし方（授業後や長期休暇など）について教えてください。

授業後は図書館に行くか、寮に帰ることが多かったです。シェアキッチンがせまくて料理はしていなかったので、夜ご飯を友達と食べに行っていました。
長期休暇は一回しかなかったのですが、オーストラリアに旅行しました。また、家族がバンコクに遊びに来てくれました。

E. 健康管理、保険、予防接種など

①健康管理あるいは衛生面について注意していたことはありますか？

水道水は飲まないことと、外食がほとんどなので、野菜を意識して取るようにしていました。

- ②留学中に病院へ通った経験の有無、医療費などについて教えてください。

口の中にできものができたのと、蕁麻疹で病院にかかりました。バンコクは日本語対応の病院があるのでとても便利でした。また学内の診療所は学生証を持っていれば無料で診察が受けられます。医療費は保険と提携している病院に行ったので、立て替えることなく診察を受けられました。

- ③加入した保険の種類について教えてください。

☐ 留学先の大学が用意した「キャンパス保険」への強制加入

*キャンパス保険でカバーされない部分は、個人保険に加入も含む

☒ 個人の保険のみ

☐ キャンパス保険と個人の保険の二重加入

- ④留学するにあたって、予防接種は必要でしたか？

☒ はい（種類：A型肝炎、B型肝炎、狂犬病）

☐ いいえ

F.住居、食事、マナーなどについて

- ①留学中の滞在先について教えてください。

形態	☒ 寮 ☐ 下宿 ☐ アパート ☐ ホームステイ ☐ その他（ ）
何人部屋	（2）人

- ②生活（住居、食生活、服装など）や習慣の違い（マナー、対人関係）、安全面などについて、困ったこと、気をつけていたことがあれば教えてください。

タイは室内で靴を脱ぐ文化ですが、玄関がなく外と中の区別が曖昧だったのがちょっと嫌でした。また、辛さが並大抵ではないので、辛い食べ物が苦手な人は注意が必要です。タイ人は基本的に時間にこだわらず、パーソナルスペースも狭い社会文化の印象です。そういうおらかな雰囲気がいいです。

- ③日本から持参するとよいもの、または持参しなくてもよかったと思うものは何でしょうか。

○持参するとよいもの

水に流せるティッシュ（タイはトイレにトイレットペーパーは流せません。）

ハンガーや洗濯ばさみ

パーカーやカーディガン（室内が寒い）

小さい調味料（醤油など。現地で買うと割高だけど、あんまりたくさんは使わない）

○持参しなくてもよいもの

日本の食べもの（かなり簡単に手に入ります。特にお菓子）

生理用品（現地で売っているのがほとんど日本のメーカーのもの）

変圧器（日本の家電を持って行って使うより、現地で買った方が安い）

タイは物価が安いし、日本のものもかなり手に入りやすいので、そんなに頑張って持って行かなくても大丈夫です。

- ④参考となる留学先国の情報（出版物、web サイト）を教えてください。

G.留学費用について

- ①留学費用や支出の管理などに関してアドバイスがあれば教えてください。

旅行を除けば、生活費は JASSO の奨学金の範囲で十分収まります。タイは、留学はしたいけどお金のことが心配な人にお勧めです。渡航費も LCC が飛んでいるので安く抑えられます。（渡航費は名古屋大学基金が受給できると一番良いですが。）

- ②奨学金はもらっていましたか？

☒はい （奨学金名：JASSO 海外留学支援制度協定派遣 支給額：7 万円）

☐いいえ

- ③差し支えなければおおよその留学費用を教えてください。*内容の費目は自由に変えてください。

内容	金額	備考
渡航費	23000 円	
保険代	85000 円	
予防接種	24000 円	
ビザ代	9000 円	
住居費	約 12000 円/月	電気代、水道代込み
食費	～20000 円/月	
教科書代	350 円	教科書 1 冊(Soil Science)

F.今後の進路や目標、就職活動について

- ①卒業後の進路（進学、就職、その他）について教えてください。

☐進学

☒就職

☐その他（ ）

- ②今後の進路や目標があれば教えてください。また留学の前後で、進路や目標に対しての考え方や気持ちの変化があれば教えてください。

留学前から変わらず就職希望です。

- ③留学中に就職活動を行った方は、具体的なエントリー、一時帰国の時期、感想などを教えてください。海外留学生用の就職活動を受けた場合はそれに関する情報をお願いします。

F.留学を終えて感じること

- ①留学を終えて今の率直な気持ちや感想、印象に残っていることなど教えてください。

留学中は自分の将来について考えたり、自分の性格に向き合う時間が多かったので、有意義でした。そもそも英語が苦手なこともあって、英語でのコミュニケーションがうまくいかない苦しさがあったので、これからも勉強は続けたいです。留学前は東南アジアには行ったこともなく、知識なども全くなかったですが、留学を通してタイ人だけでなく他の国の人とも深く関われたのは大きな経験になったと思います。

②留学したことで、何がどのように変わったと思いますか？

やるかやらないかの選択を迫られたときに、やる方を選べるようになったと思います。また、言葉以外のコミュニケーションや心の通じ合いというものを実感できたのが貴重な経験になったと思います。

③現在、留学を考えている学生へのメッセージをお願いします。

留学は一見ハードルが高そうに見えるけど、意外とそんなことないです。迷っている人は誰かに相談してみるといいと思います。留学するぞって決めている人はぜひ IELTS（もしくは TOEFL）の勉強を頑張ってください。選択肢が多いことに損はないです。それから、ぜひカセサート大学も選択肢に入れてみてください。東南アジアに留学する人は少ないので、周りとはひと味違った経験が出来るかもしれません。（カセサート大学は文学部も有名です！）

以上