

交換留学帰国報告書

記入 | 2025 年 12 月
所属 & 学年 | 農学部 3 年
卒業予定 | 2028 年 3 月

留学先大学	ニューサウスウェールズ大学
留学先国	オーストラリア
留学期間	約 10 ヶ月 (3 年次に留学) (2 年次終了後に渡航)
留学開始 - 終了	2025 年 2 月 7 日 - 2025 年 12 月 11 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。

大学や国を選んだ理由

- ・以前、西オーストラリアに住んでいた経験があり、オーストラリア自体に興味があった。
- ・移民大国で、多様な文化が共存している一方で、治安が比較的良好。
→夜に一人で街を歩いても問題なく、街灯が少なく全体的に暗いものの、安全性は高いと感じました。
- ・オーストラリア独自の生物が多数存在し、大学でもこれらの生物に関する講義が開講されている。
→街中でも、オウムやインコが見られ、夕方にはオオコウモリが群れで飛んでいます。
- ・英語が話されている。
→留学生がとても多く、さまざまなアクセントの英語が学内で飛び交っています。
- ・名古屋大学で知り合った NUPACE 生がこの大学出身だった。

協定派遣を選んだ理由

- ・学費を名古屋大学に納めればよく、費用を抑えられる。
→本来この大学への正規留学生は、現地生の 10 倍近い学費を納める必要があります。
- ・長期間の留学が可能で、多くの科目を受講できるほか、文化やシドニーでの生活を学べる。
- ・奨学金を得やすい。JASSO 以外にも業務スーパーの奨学金など調べれば多数応募できるものがある。

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。

海外に長期間滞在したり、英語で勉強したりできる機会は大学生の内が最後だと考え留学について考えるようになりました。

また、以前から国際交流や英語を使用することに興味があり、大学でも国際色豊かな HELP DESK というサークルなどに所属し、留学生と積極的に関わる機会を求め行動してきたため、交換留学はその延長線上にあるとの認識でした。

単位互換などは考えておらず、一年留年することを前提に交換留学に申し込みました。

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
オーストラリア	中学 2 年	親の仕事の都合、1 年半

④実際に留学準備を始めたのは応募した時期からどのくらい前でしたか？

留学の準備を始めたのは応募した時期から、約 4 か月前です。オーストラリアへの渡航だったため、交換留学の申込みの締め切りが 6 月頃でした。そのため、締め切りに間に合うよう、春休み期間中に語学スコア取得のための勉強を本格的に行いました。大まかな準備の流れは以下の通りです。

2月 IELTS の勉強を開始
 4月 IELTS のスコアを取得
 5月 交換留学の申し込み
 10-11月 大学の寮への申込み、航空券の購入
 12月 渡航先大学での履修登録

⑤海外留学室での相談内容、参考になったことなどを教えてください。

海外留学室での相談は、交換留学について何を質問すれば良いかも分かっていない状態であったため、主に交換留学までの一般的な流れについて確認しました。

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。

IELTS を 4 月に一度受験しました。必要スコアが取れたため、受験は一度のみでした。対策としては、IELTS 対策の模擬試験問題を 10 回分程度と、以前から使用していた TOEFL 対策の単語帳を使用しました。高校生の時に IELTS を受験した経験があるため、対策期間は約 3 か月でした。

語学スコア以外の、留学に必要な英語力は、留学中に身につけていったと考えています。講義中のわからない単語はその場でメモして覚え、自分が発言したかったものの表現方法がわからない場合は、次回言えるように調べておくなど、必要に応じて語彙を増やしていくことで、対応しました。

特に、私の渡航先の大学は、講義はすべてオンラインで何回でも視聴できたため、内容を理解しながら自分のペースで進めていくことができました。

一つの科目には毎週、約 3 時間の講義、1 時間チュートリアル、3 時間の実験が含まれています。チュートリアルと実験では発言の機会が多くあるため、事前に予想される必要な英単語を暗記しておくと、有意義な時間になると思います。

②単位取得、単位互換、教職履修などに関するアドバイスをお願いします。

単位取得

名古屋大学の成績については、交換留学先によってはある程度高い GPA が求められる場合もあるため、交換留学を考えている場合は、GPA についても意識するとよいかと思います。

ニューサウスウェールズ大学での単位取得については、名古屋大学とは大きく異なっています。成績に関係する要素が授業ごとに 4 つほどありました。例えば、生化学の授業では、

- Biochemical Calculations Quiz 20% Week 4 Lab
- Mid-session Exam 20% Week 5 Lab
- Report Assessment 30% Week 9
- Final Exam 30%

のように、テストとレポートで構成されており、テストも一度ではなく複数回に分けて行われます。生物系の科目では、テスト内容は名古屋大学よりもやさしいものが多かったよ

うに思います。

単位互換

私は単位互換は全く考えず、興味のある授業をとると決めていました。単位互換をしたい場合は、交換留学を申し込む段階から、教務課の方と連絡を取っておく必要があると思います。

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：MKG 2022 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下さい。

基本的には、すべての科目は毎週、講義 3 時間、チュートリアル 1 時間、実験 3 時間で構成されています。各タームで履修する科目が少ない分、一科目ごとの比重は名古屋大学より重いです。

履修登録は、履修登録開始後にインターネット上で行い、実際に授業が始まっていますからでも、自分には合わないと感じた場合は、2 週目までであれば変更が可能です。シラバスがネット上で公開されているため、事前に内容や課題量、評価基準を確認してから履修登録をするとよいと思います。

自分は分子細胞生物学と神経系に興味があったため、それらを中心に履修しました。科目コードの数字が大きくなるほど、内容も高学年向けになります。しかし、各科目の時間数が多く、扱う内容が幅広いので、1 年生向けの科目であってもかなり難しい概念が出てくることもあります。

Term 1 2025

MICR2011 - Microbiology 1

細菌・ウイルス・真菌などの微生物について、構造・増殖・代謝・遺伝の基礎を学びます。あわせて病原性、感染、抗生物質や薬剤耐性の基本概念を扱います。

NEUR3121 - Molecular & Cellular Neuroscience

神経細胞の分子・細胞レベルでの構造と機能を学びます。シナプス伝達、イオンチャネル、神経疾患の分子基盤が中心です。

PHSL2101 - Physiology 1A

人体の基本的な生理機能を系統別に学ぶ科目です。神経・筋・循環・呼吸などの調節機構を扱います。

Term 2 2025

BABS2202 - Molecular Cell Biology 1

真核細胞を中心に、細胞構造と分子機構を学びます。細胞周期、シグナル伝達、細胞内輸送が主題です。

CHEM1011 - Chemistry 1A

原子構造、結合、反応、熱力学を学びます。生命科学や理系学部向けの導入科目です。

Term 3 2025

BABS1201 - Molecules, Cells and Genes

分子生物学・細胞生物学・遺伝学を横断的に学びます。DNA、RNA、タンパク質と細胞機能の関係が中心です。

BIOC2181 - Fundamentals of Biochemistry

生化学の基礎として、タンパク質・酵素・代謝を学びます。代謝経路とエネルギー変換の理解が目的です。

CHEM1021 - Chemistry 1B

有機化学と反応機構を中心とした基礎化学です。生体分子理解につながる化学反応を行います。

②授業を受けるにあたって心掛けていたこと、努力や工夫を教えてください。

生物系であるため、すべての科目に実験とチュートリアルがあり、必然的に英語で意思疎通や議論をする場が多くあります。その際に自分の意見を発言できるよう、あらかじめ内容を理解し、必要な語彙を覚えてから実験に行くことを心掛けていました。

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。

勉強面で困ったことは、特にありませんでした。しかし、3対3でディベートを行う機会があり、事前の準備に苦労しました。内容は、受精後まもない胚（胚盤胞）を壊して内部細胞塊から作られる幹細胞を医学的な治療に使用することは、倫理的に問題があるか否かというわけで、ディベートに必要な知識と英単語量が多く、リスニング力も求められたため、グループのメンバーと協力しながら、時間をかけて対策を行いました。

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。

現地の雰囲気

シドニーは街の中心部はかなり都会的ですが、少し街を離れると自然が多く、休日にはビーチや公園に出かけることができました。特に印象的だったのが、昼にはキバタンなどのオウムやインコが見られ、夜にはオオコウモリが飛んでいるなど、日本では見かけない生き物が多く生息していました。また、交通網も比較的充実しており、観光以外の日常生活においても、車がなくても困ることはほとんどありませんでした。

大学の雰囲気

移民大国であるオーストラリアの大学ということもあります、キャンパスには世界中からの留学生が集まっており、多様な文化に対して寛容な雰囲気がありました。特にアジア系の学生が多い印象です。キャンパスは比較的新しいですが、坂が非常に多い点が特徴的でした。交換留学生はあまり見かけず、大多数が正規留学生だと思います。また、留学生の学費は現地学生の10倍近く、高額であり、大学内では窃盗などの事件を聞くことはなく、安全だと思います。学生は皆、課題などに熱心に取り組んでいる印象でした。

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。

大学のWi-Fiは、大学構内および学生寮で使用できます。学内には、予約制で使用できるグラウンドや、有料のジム、プールがあります。

大学の学生寮は全体で10個ほどあり、部屋のタイプや、バスルームが共用かプライベートか、食事付きかどうかなどに違いがあります。私が居住していたFig Tree Hallは、一人部屋で、プライベートなバスルームがついていました。部屋にはベッド、棚、机、椅子が備え付けられていましたが、布団、冷蔵庫、ヒーターはなく、必要に応じて各自で購入する必要がありました。エアコンは設置されておらず、天井にファンが取り付けられています。

共用スペースにはPS5、ビリヤード、卓球台、キッチンなどがあります。また、食事つき

であったため、キッチンは寮内に一つのみでした。

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。

私は主に、寮で知り合った友人と一緒に過ごすことが多かったです。また、NU PACE として名古屋大学に来ていた、ニューサウスウェールズ大学出身の友人と週末に出かけたり、その友人の紹介を通じて現地の方と知り合う機会もありました。

特に友人作りに役立ったのは、寮の運営陣の学生が企画するイベントでした。ほぼ毎週、寮主催のイベントが開催され、多くの寮生が参加するため、自然と他の寮生と話す機会が多くありました。また、毎週、寮対抗のスポーツ試合があり、選手として出場することで、楽しみながらチームの輪に入ることができました。種目は、男子はサッカー、タッチラグビー、バスケットボールです。その中で特に親しくなった三人と街に遊びに行ったり、旅行に出かけたりしていました。

さらに、私の住んでいた寮は食事付きであったため、毎回の食事の際に食堂で他の寮生と顔を合わせる機会があり、そこで多くの寮生と親しくなりました。

なお、私の知っている日本人の留学生は、日本系のクラブに参加し、そこで現地の友達を作っていました。

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。

講義がオンラインであることもあり、対面のチュートリアルや実験があるのは、一週間のうち3日程でした。そのため自由時間が多く、寮で知り合った友達とよく出かけていました。行先はいつもほとんど同じで、街の中心部にあるチャイナタウンにご飯を食べに行き、その後にオペラハウスにいくという流れです。他には、天気の良い日にはビーチに行くこともあります。日本食が食べたくなった場合や、日本のものが欲しい場合には、Regent Place に行くと色々と手に入れます。シドニーには日本のチェーン店が多く、紀伊国屋や一風堂、ダイソー、ユニクロなど、生活に必要なものはすべて現地で調達できました。

また、寮のイベントで、ボーリング、クルーズパーティー、ジェットボート、カルチュラルディナー、映画鑑賞など多様なアクティビティに参加しました。

長期休暇には友達と旅行に行きました。行先は、メルボルンに2回、キャンベラに1回、ゴールドコーストに1回です。それぞれ、シドニーとは全く異なる街の雰囲気があり、郊外や自然の多い地域では野生動物を見ることもできるため、お勧めです。特に私はメルボルンの雰囲気が好きで、少し郊外に出るとペンギンの生息地やビュースポットがあります。また、メルボルンからシドニーまでは電車一本で行くことができ、12時間電車に乗り続ける体験も新鮮でした。

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。

シドニーでは毎日水道水を飲んでいましたが、全くお腹を壊すことはなかったです。

留学中に大きく体調を崩すことはありませんでしたが、日本からは、これまで使用したことのある薬（解熱剤、風邪薬、整腸剤など）を持参していました。

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下さい。

留学中、病院には行きませんでした。

ただし、Regent Place で日本語対応が可能な病院があるのを見かけました（Medi Central）

内)。事前に保険の資料に載っている、提携病院の場所を確認したり、身近な日本語が使用できる病院を調べたりしておくと安心できると思います。

③留学するにあたって、予防接種は必要でしたか。

はい（種類：）

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	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> 下宿 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> その他（　　）
何人部屋	(1) 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。

留学に申し込む時点では、交換留学生には自動的に比較的安価な寮が割り当てられるものだと思い込んでいました（名古屋大学の場合は、交換留学生は嚙鳴館カレジデンス大幸に割り当てられるため）。しかし実際には、自分自身で一般学生と同様の手順で、大学の寮に申し込む必要があり、寮費も一週間で 6 万近くかかりました。そのため、渡航先の大学を選ぶ際には、可能な限り住居の条件や費用についても調べておくことをお勧めします。

私の寮は食事つきだったため、食生活について特に気を付ける点はありませんでした。服装、習慣、マナーについても、最低限の常識的を守っていれば問題はないと思った。移民が多い国であることもあり、多様な文化を互いに受け入れる雰囲気があるため、相手の文化を尊重する姿勢が、オーストラリアで生活する上で最も重要だと感じました。

また、私の住んでいた寮はインド系の生徒を中心にアジア系の学生が多く、宗教に関連したお祭りやイベントも開催していました。そうした、イベントに参加することで日本とは異なる文化に触れることができ、非常に良い経験になりました。宗教に関連するイベントであっても、危険を感じることは全くなく、誰でも自由に参加できました。ただし、本格的な儀式については、参加しない方がよいと感じました。

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つたと思うものは何でしょうか。

薬やコンセントのアダプターは、日本から持参した方がよいと思います。

その以外のものは、基本的に現地でほとんど手に入ります。よく利用したのは Kmart とダイソーです。ダイソーは日本と全く同じ商品が、日本の 3 倍の価格で購入できます。

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。

地球の歩き方

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。

留学費用の大部分は寮費です。とにかく住居費が高いです。現在も住居費が高騰しており、社会問題になっているほどです。私の寮では、28 日で約 24 万円が請求されました（食費、光熱費、水道代込み）。

また、物価自体が高いため、日本の 2~3 倍程度の生活費を見込んでおくとよいと思います。

外食をすると、一食あたり約 2,000 円が一般的です。寮以外の住居の場合でも、比較的安価なところで、月 18 万円前後が相場だと思います。一方で、自炊をする場合は、食料品の価格は日本とそれほど変わらないため、節約できると思います。

交通費についても、ライトレールで大学と街中を往復すると、700 円程度かかります。シドニー大学の場合は、街中から大学までが徒歩圏内なので、交通費は節約できると思います。

留学を目指す段階で、必要な費用をできるだけ具体的に把握し、特に奨学金については早い段階から調べ始めることが非常に重要だと感じました。

②奨学金は受給していましたか。

はい (奨学金名 : JASSO 支給額 : 月 90,000 円と渡航支援金 130,000 円)

いいえ

③差し支えない範囲で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	24 万	
保険代	10 万	
ビザ代	17 万	
住居費	280 万	光熱費、水道代、食費込み。
食費	0	寮費に含まれています。
教科書代	1 万	
その他	85 万	交通費、外食費、旅行代、イベント代…などすべて含めた金額です。

H.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。

留学を通して、自分の興味について改めて考える機会となり、将来就職したい職種を以前よりも具体的にイメージできるようになりました。

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もお願いします。

就職活動はしませんでした。

I.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を教えてください。

留学をして本当によかったです。1 年間を楽しむことができました。オーストラリアでの科目構成や指導方針を体感することができましたが、それ以上に、学問的な学びを超えた精神的な成長が大きかったと感じています。

特に、人間関係において、留学前とは異なる考え方を持つようになりました。自分が英語を完璧には話せない状況だからこそ、言語以外のコミュニケーションの重要さに気

が付くことができました。また、自分を受け入れ、尊重してくれる友人との関わりを通して、多くのことを学ぶことができました。

②留学したことでの変化について

留学を通して、自分の価値観に従って行動できるようになったと感じています。留学中は自由な時間が多く、自分の興味・関心や将来について深く考える機会が多くありました。また、日常生活や学習面において、すべてを自力で解決しなければならない環境に置かれたことで、とにかく行動をする姿勢が身についたと感じています。さらに、自分の意見を尊重してくれる環境であったからこそ、自分の価値観や考え方について挑戦できる機会が多くありました。その影響で、留学以前には周囲からの批判を意識しすぎてためらっていたことにも、積極的に挑戦できる行動力を得られたと思います。留学を通して、自分なりの軸を持てるようになったと感じています。

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。

現時点では留学を考えており、かつ金銭的に問題がないのであれば、留学はぜひ挑戦すべきだと思います。留学を通して、留学前には想像もできなかつた世界を体験することができ、自分の将来にも良い影響を与えたと感じています。

留学をする際の懸念点として、多くの人が英語力や進級できるかどうかを挙げると思います。英語力についてはあるに越したことはありませんが、努力すれば何とかできるというのが私の実感です。特に理系分野では、根本的な概念が共通していることが多く、必要な語彙も科目をまたいで似通ってきます。すべて完璧な英語でこなす必要もないで、自分が理解でき、相手にも伝えられる程度の英語力を、留学を通して身に付けられれば、授業内容の理解には十分対応できると思います。

進級については、農学部の場合、単位互換を行っても学部必修の実験・実習科目を履修できないため、難しい面があると感じました。そのため、一年留年することも含めて留学を検討する必要があると思います。一年留年しても行きたいと思えるのであれば、留学に挑戦する価値は十分にあると感じています。

◆自由記述欄◆

渡航先の大学や留学の様子がわかる写真（メール添付でも可）を下記へ、ぜひ共有してください。報告書はWebサイトや印刷物として公開するため、被写体の人物へ使用についてあらかじめ承諾を得てください。添付された写真は、すべて被写体の人物から公開承諾を得たと判断し、海外留学室のWebサイトや印刷物へ使用します。

↓↓↓

大学



大学の図書館

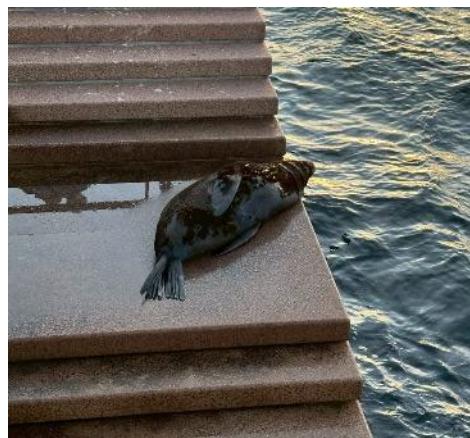
寮



寮の食堂

寮の部屋

シドニーの街中



シドニー郊外



ワライカワセミ



ボンダイビーチ



ブルーマウンテン

メルボルン



メルボルンからシドニーまで電車一本で 11 時間

キャンベラ



ゴールドコースト



以上