

研修期間	短期
プログラム (日程)	アメリカ・SFSU San Francisco Discover プログラム (2023/8/14-2023/9/8)

(a)どこへ行きましたか？研修先および宿泊先について少し教えてください。(Where did you go? Would you tell us about your study abroad program and host institution as well as housing?)アメリカ、サンフランシスコに行きました。研修先はサンフランシスコ州立大学で宿泊先は Monroe residence club という長期滞在用ホテルでした。

(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なんですか？(What did you enjoy most in your daily life and/or in your experiences in classes and after-class activities on campus?)基本的に発音や言い回しを実際に口に出して学ぶ形式の授業でした。グループを作って自国の文化や英語での言い回しをみんなで覚えるワークが楽しかったです。また、授業の後に excursion と言って遠足のようなものが毎日あるので、クラスの子達と多くの観光名所を回りました。遠足や授業もちろんです、遠足の後に学校に戻ってジムに行ったり、カフェで話したのが思い出です。

(c)海外研修期間で、外国語コミュニケーションに関して学んだ最も重要なことは何ですか？あなたの外国語能力は向上しましたか？もしそうなら、どのような点においてですか？(What is the most important thing you learned during the time of your study abroad in terms of foreign language communication? Have your foreign language proficiencies improved, and, if so, in what ways?)とにかく積極的になるということが大事だと思いました。時期的なものもありプログラムの大半が日本人学生だったので、自分の行動次第で英語を喋る機会というものが変化してしまったため、積極的に英語を使うということが留学における語学習得で最も大事なことだと痛感しました。外国語能力は向上したと感じていて、1日の大半を台湾の学生と過ごしていたため英語を長時間話す場面が多く、英語でコミュニケーションを取るということが普通になったと思います。

(d)あなたの異文化経験でのチャレンジについて教えてください。困ったこと、あるいは難しかったことがありましたか？行く前に準備しておけばよかったことがありましたか？(Would you tell us about the challenges you met in your cross-cultural experiences? Please refer to what troubled you, or was difficult for you, if any, while you were there. Was there anything you wished you had better prepared for before going?)現地で出会った学生と旅行をしたことです。日本人以外と旅行をするのは初めてだったため、お互いの生活洋式の違いを知ることができて興味深かったです。長時間英語でコミュニケーションをとっているとどうしても疲れてきてしまい、単語が出てこないということも多くあったので、いく前にもう少し英語での語彙を増やし、定着できていたらなと思いました。

(e)日本とホスト国の「国際的」な違いはなあ、と気づいたことはありますか？例えば、文化や習慣、大学の授業、人々の態度や行動、社会の仕組みの違い等です。(Did you find any “international” difference(s) between Japan and the host country, such as differences in terms of cultures and customs, university classes, people’s attitudes and behaviors, social organizations, and so on?)とにかく人がフレンドリーでした。街中でアイスクリームを食べているだけでどこからきたかと尋ねられ、実際に SNS を交換するまで話が弾むことも多かったです。その時の出会いを大事にしていて何か思ったら知らない人でも陽気に話しかけるという文化に驚きました。

(f)あなたの研修先/宿泊先やその地域あるいは社会における多様性について、気がついたことがあれば、それを記述してください。(Did you find any diversity that exists within the host institution, its surrounding communities, or the larger society? If so, please describe it.)やはり、アメリカは自由の国というだけあってそれぞれの人が自分のアイデンティティを理解しているなと思いました。サンフランシスコは特に LGBTIQ などの活動も盛んで、自分の一人称を指す pronoun (she, he, they など) を自己紹介の時に求められるなど、本当の多様性の容認というものを学んだように思います。

(g)海外研修の体験をどのようにこれから活かすつもりですか？(In what ways are you planning to use what you gained from the study abroad experiences in the future?)積極性というものは日本においてもあらゆる場面で必要に

なると思います。自分がしたいことしなくてはならないことを積極的に人に見せる、一人で淡々と進めるのではなく、その時々のお会いを大切に、多くの人との関わりを持つことで自分の世界を広く持っていきたいです。

(H) 次の参加者へのアドバイスはありますか? (What advice would you give to those who are planning to join the same program/study at the same school next year?) 同じ人種、同じ国から来ている学生が多いので、自らが積極的になる必要があります。また、たとえ日本人同士であっても環境に合わせて英語で会話するなど、自分がその国に染まってみることが本当に効果的だと感じました。また、プログラム参加者だけでなく、街中で出会った人などとの交流にも積極的に参加していくことで1ヶ月という短い時間の中でも充実した留学生活を送れるのではないかなと思います。

研修期間	短期
プログラム (日程)	アメリカ・SFSU San Francisco Discover プログラム (2023/8/14-2023/9/8)

(a)アメリカ合衆国カリフォルニア州サンフランシスコのサンフランシスコ州立大学ディスカバープログラム (SFSU Discover Program) に参加した。宿泊先は、1か月以上滞在する留学生や観光客に推奨されている Monroe Residence club に滞在した。都市部に近く、生活に必要なものを買う店が近くに点在しており、生活しやすかった。

(b)語学研修という形で参加したプログラムだったが、午前の語学の授業の後に行われるフィールドワークがとても印象的であった。毎日授業の終わりに、サンフランシスコの主要な観光地や美術館、博物館などを訪れ、サンフランシスコの歴史や世界の文化、グローバル化について学んだ。国際化というアバウトで様々な意味を含む言葉の意味と真意を学ぶことができ、人間としての思考が成長したと感じた体験だった。

(c)外国語のコミュニケーションにおいて、日本語から先に考えて変換するというプロセスを考えるのではなく、今まで学んだ英語の表現を簡単につなぎ合わせて簡単な表現で率直に意思を伝えられるように意識した。結果、日常会話はもちろん、ディスカッションなどの場面でもスムーズな会話が可能になった。また、積極的にコミュニケーションを取ることによって、外国語で話すことに迷いや抵抗がなくなった。

(d)飲食店での店員とのやり取りに苦労した。日本とは異なる注文方法や会計方法、チップ文化に戸惑った。飲食店で必要な会話表現やチップ文化等について事前に調べる必要があると思った。

(e)アメリカと日本の国際的な違いは、他人との会話の壁であると考え。アメリカでは、その場で初めて会った人同士が好意的に会話したり助け合ったりなどをしている場面によく出会った。日本では、どのような場面であっても初対面の人間同士が会話する時にはためらいや遠慮を感じるが、アメリカでの生活ではその心理的距離をほとんど感じなかった。

(f)様々な人種、LGBTQ、国籍が存在し、それぞれに生活や会話の壁はなかった。日本人という理由で特別な待遇を受けることも、雑に扱われることもなかった。移民国家と言われるアメリカでは、当事者的な意味での“多様性”が受け入れられていることに気が付いた。

(g)グローバル企業とのやり取り又はそこに就職した際のコミュニケーションスキル・異文化理解に必要な教養、また学生ボランティアなどに参加して経験を活かしたい。

(h)語学力を身につけるには、文法やイディオムなど形式的な知識よりも、その言語がどのようなバックグラウンドでつかわれているかを体験して学ぶことが重要だと考えています。このプログラムでは、特に日常でつかわれる表現をフル活用して参加することが求められます。ぜひ、現地の人々と積極的にコミュニケーションをとって、抽象的な感想でも構わないので、自分の体験を言語化できる体験をしてきてください。

研修期間	短期
プログラム (日程)	アメリカ・SFSU San Francisco Discover プログラム (2023/8/14-2023/9/8)

(a)アメリカのサンフランシスコへ行った。研修先は、サンフランシスコ州立大学。宿泊先はエージェントが手配してくれたホテルのような宿舎。

(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、現地の学生と会話をする時間がとても楽しかった。また、放課後のアクティビティでは、サンフランシスコを存分に体感できるようなプランになっていて、十分すぎるほどサンフランシスコを経験できた点。

(c)海外研修期間で、外国語コミュニケーションに関して学んだ最も重要なことは、間違えることを恐れないこと。会話をする際に、英文法を気にしていたりするとせつかくの会話を楽しめないという事に気づいた。間違えを恐れて話さないのでなく、会話を通して自分の直したい点に気づくことでより外国語コミュニケーションの向上につながると感じた。このように気づき、私は研修中に英語を間違えることを恐れず、どんどん会話をしたら英語力が上達したなと感じることが多くあった。

(d)異文化経験でのチャレンジについて、多くの困難が研修中にあった。海外という慣れない地で生活することは勿論、サンフランシスコは決してどこに行っても安全というわけではない。実際に自分の身を守ることを考える必要があることもある。そのような点で、普段日本で暮らす際には使わないような緊張感を持つ必要があるというストレスもあったと感じる。

(e)現地学生で私たちのサポートをしてくれた学生たちの多くが、日本語を上手に話していて、その点で彼らの「国際的」な部分を感じた。

(f)研修先であるサンフランシスコ州立大学には、多くの国籍の学生が所属していた。また、現地学生で私たちのサポートをしてくれた学生のなかには実際にサンフランシスコ州立大学に留学をしているという学生もいた。このような国籍面で研修先の多様性を実感した。

(g)今回の海外研修を通して感じたこと、サンフランシスコの魅力を多くの人に話していきたい。また、英語をもっと学びたいという意欲の向上につながったため、より英語学習に力を入れたいと思う。

(h)恐れることなく参加をしてほしい。実際に現地に行くことで感じられる経験が多くあった。私自身、帰国後に自分の変化を多く感じた。ぜひ多くの人にも体感してもらいたい。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・RMIT 語学プログラム (2023/8/14-2023/9/8)

(a)どこへ行きましたか？研修先および宿泊先について少し教えてください。(Where did you go? Would you tell us about your study abroad program and host institution as well as housing?)メルボルンに行き、ホームステイだった。語学学校から1時間ほどかかる場所にホームステイ先があった。

(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なんですか？(What did you enjoy most in your daily life and/or in your experiences in classes and after-class activities on campus?)授業ではみんなまで簡単なゲームをしたり、歌を歌ったりさまざまな活動を通して語学学校で出会った人たちと楽しめたことが思い出である。放課後や週末はみんなでご飯に行ったり観光地に行ったり充実していた。また、学校のプログラムも充実していたため、ナイトツアーなどに参加したことも良い思い出となった。

(c)海外研修期間で、外国語コミュニケーションに関して学んだ最も重要なことは何ですか？あなたの外国語能力は向上しましたか？もしそうなら、どのような点においてですか？(What is the most important thing you learned during the time of your study abroad in terms of foreign language communication? Have your foreign language proficiencies improved, and, if so, in what ways?)コミュニケーションを積極的に取ることである。海外の人は授業中にたくさん発言していた。ディスカッション形式の講義が多く、積極的に発言する大切さを学んだ。

(d)あなたの異文化経験でのチャレンジについて教えてください。困ったこと、あるいは難しくなったことがありましたか？行く前に準備しておけばよかったことがありましたか？(Would you tell us about the challenges you met in your cross-cultural experiences? Please refer to what troubled you, or was difficult for you, if any, while you were there. Was there anything you wished you had better prepared for before going?)日本にいたときに一人で出かけることがほとんどないが、留学の初日に自分で大学の下見をしに行ったことである。電車の乗り方、カフェなどでの注文の仕方など不安なことがたくさんあった。

(e)日本とホスト国の「国際的」な違いはなあ、と気づいたことはありますか？例えば、文化や習慣、大学の授業、人々の態度や行動、社会の仕組みの違い等です。(Did you find any “international” difference(s) between Japan and the host country, such as differences in terms of cultures and customs, university classes, people’s attitudes and behaviors, social organizations, and so on?)電車や公共施設でのマナーが異なっていた。日本では電車やバスで飲食をしている人をほとんど見かけないが、オーストラリアでは電車で果物やおにぎりなどの軽食を食べている人が多かった。また、日本の大学では多くの人が静かに席について授業を受けているため語学学校で授業中に席を外しご飯を食べに行ったり、廊下に出て友達と電話していたりする様子を見て文化の違いを感じた。

(f)あなたの研修先/宿泊先やその地域あるいは社会における多様性について、気がついたことがあれば、それを記述してください。(Did you find any diversity that exists within the host institution, its surrounding communities, or the larger society? If so, please describe it.)日本は人と違うことを気にする人が多いが、海外ではそれらの違いを尊重していたり、それが良いのだと感じていたりする人が多く素敵であると感じた。

(g)海外研修の体験をどのようにこれから活かすつもりですか？(In what ways are you planning to use what you gained from the study abroad experiences in the future?)様々なことを選択するときには何かの考えに縛られずに視野を広く考えられるようにしたい。また、留学で学んだコミュニケーションの重要性を今後の生活で意識したい。

(H) 次の参加者へのアドバイスはありますか？(What advice would you give to those who are planning to join the same program/study at the same school next year?)たくさん語学学校がプログラムを提供していたので参加するとクラスの人と関わる機会も増えるのでおすすめです。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・RMIT 語学プログラム (2023/8/14-2023/9/8)

ホームステイの形式でしたが、良くのも悪くも時間にルーズでした。食事の提供時間は日によって様々でしたが、大半は19時でした。7時21分に出発するバスに乗る予定にも関わらず7時15分に朝食が出てきました。性格上ホストの性格が悪いというより時間に対してルーズであるなと思いました。授業の一環で博物館にいたりカフェで談笑したことは非常に良い経験になりました。毎回ではありませんでしたが、ただ教室で座学をすることよりも新たな経験にもなるしメリハリもつくため、非常に素晴らしい取り組みだなと思いました。文法について考えるよりもコミュニケーションを取りに行くことが大事だなと感じました。正確な文法を使うことも大事ですが、文法ばかりを気にしていると何も話せなくなると感じたので、多少文法的に間違っていると思ってもコミュニケーションを取りにいきました。その結果TOEICには反映されるような技術ではないにせよ外国語能力は各段に上がったと思いました。難しかったこととしては移民の訛りがきつかったことです、英語を話しているはずなのに聞き取るのが困難な時が多々ありました。例えばロシアを「ラーシャ」、mykiカードを「ミキ」と読んだりすることなどです。それに比べたらオーストラリア訛りは大した話ではありませんでした。箸とビタミンCのサプリは必要でした。現地では野菜が少ないため栄養の偏りによってニキビが出来やすいので野菜をスーパーで各自購入するかサプリを毎日飲むことをお勧めします。オーストラリアは社会が思うほど白人が大多数を占めているわけではないことが分かりました。そして駅の自動改札を強行突破して無賃乗車する人が人種問わずいました。先ほども述べた通り時間にルーズなためまれにバスが予定時刻より早く出発します。スーパーに各国の調味料やハラルフードがおいてありました。醤油や塩などもスーパーで入手可能です。いろいろと考えるよりもコミュニケーションを取ると伝わるのが分かったので臆せず海外の人ともコミュニケーションを取ろうと決意しました。スーパーを見てても物価は高いと感じますが、容量が多い商品は割安な傾向があります。買う前に他の商品と比べてから買う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・RMIT 語学プログラム (2023/8/14-2023/9/8)

私は、オーストラリアのメルボルンに行き、1 か月の間そこに滞在した。宿泊先はホームステイで、学校から電車で約1時間かかる距離の家に宿泊していた。メルボルンでは、RMIT 大学に通ったが、そこでは少人数クラスの授業を受けた。私のクラスには、日本人のほかにも、中国人、サウジアラビア人、ラオ人がいて、多国籍な環境の中で英語を学ぶことができた。始めのうちは、日本人としか話せず、クラスメイトに対しても英語で話すことに億劫であった。しかし、1週間ほどたってから、その場での生活に慣れたこともあり、徐々にクラスメイトとコミュニケーションをとることができた。今まで、外人の友達がいなかったため、初めて楽しく外国の友達とコミュニケーションできたときはとてもうれしかった。ホームステイ先では、私と同じ留学生の日本人の方がもう一人いたので、その方と土日アクティビティに参加してオーストラリアを観光した。その中でも特に印象に残っているのが“puffing billy railway”という鉄道に乗ったことである。これは、普通の鉄道とは異なり、窓のところに乗ったまま観光できるという非日常的な空間を楽しむことができるのだ。そこでは、オーストラリアならではの景色を見ることができ、日本では味わえない素晴らしい経験をする事ができた。しかし、オーストラリアに行って、異文化の壁とぶつかることも多々あった。その中でも印象に残っているのが、水の使い方である。海外はお風呂に毎日入らないということは事前に知っていたが、ここまでシビアだとは思わなかった。というのも、私のホストファミリーでは、週に三回しか髪が洗えなかったからだ。毎週必ずちゃんと3回に収めたかと聞かれるほど水の使い過ぎには厳しい家であった。また、メルボルンで暮らしていて日本と大きく違うと感じたことは街の汚さである。毎朝、メルボルンは街を掃除する業者がいるほど一日の間にかなり汚くなる。人々もポイ捨てを気にしないし、誰もが普通にするという印象を受けた。メルボルンは多様性であふれている街である。レストランも様々な国の料理屋があり、メルボルンに行くだけで世界中の国の料理を食べることができる。そのため、留学していて英語が流暢でない人によく遭遇したし、たくさんの国の言語が聞こえてくる。メルボルンは留学生にとって大変行きやすい街であると感じた。今後、メルボルン留学を考えている人は多国籍の人と関われる機会がおおいため、いろいろな国の人と関わりたい人には大変おすすめである。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・RMIT 語学プログラム (2023/8/14-2023/9/8)

a) どこへ行きましたか？ 研修先および宿泊先について少し教えてください。(Where did you go? Would you tell us about your study abroad program and host institution as well as housing?) I went to the Melbourne, Australia in this summer holiday. The institution I studied in was a language school called RMIT. Students come from all over the world, which let me could touch more new different cultures. w The course is divided into morning class and afternoon class, and I attend the morning class. It starts at half past eight in the morning until one in the afternoon. The school will divide the students into classes according to their level. I stayed in homestay in this time, and I am living with a Japanese students from other universities. Where We livings have some distance from the school and need to take buses and trains to get there. The daily round-trip commute takes about 2 hours. Since public transport is expensive in Australia, it may be a better choice to live closer to the school

(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なんですか？ (What did you enjoy most in your daily life and/or in your experiences in classes and after-class activities on campus?) The most enjoy things for me which I have did is daily conversations in groups during campus. We were divided into different groups every day and share our ideas in daily topics. Because we all come from different parts of the world, our ideas are also very different. It's interesting to get a new experience every time, to see what other people's thinking , to feel the differences between cultures and cultures. After we get more familiar with each others, we also went to have lunch together, and hang out with them in weekends. During this period, I feel like I am getting more extroverted, and knowing the importance of friendship.

(c) 海外研修期間で、外国語コミュニケーションに関して学んだ最も重要なことは何ですか？ あなたの外国語能力は向上しましたか？ もしそうなら、どのような点においてですか？ (What is the most important thing you learned during the time of your study abroad in terms of foreign language communication? Have your foreign language proficiencies improved, and, if so, in what ways?) I think the most important thing is to dare to talk to others. As Asians, we may be more shy to start talking to others, which leads to missing out on many opportunities for communication. Even though there are many grammatical errors in the language we speak, it is our second language after all, and it is normal to make mistakes. I think not being shy to talk to others is the most important thing in learning a foreign language. I can't say that my English improved during my stay abroad, because it was only one month after all.

(d) あなたの異文化経験でのチャレンジについて教えてください。困ったこと、あるいは難しくなりましたか？ 行く前に準備しておけばよかったことがありましたか？ (Would you tell us about the challenges you met in your cross-cultural experiences? Please refer to what troubled you, or was difficult for you, if any, while you were there. Was there anything you wished you had better prepared for before going?) The biggest difference should be the way people interact with each other. For example, when I give a gift to my host family, they immediately opened the gift in front of me and express their thanks to me. But for us, we don't normally open presents when we revive immediately. Sometimes they are affected by their enthusiasm. Some people get used to it quickly, but others may feel embarrassed.

(e) 日本とホスト国の「国際的」な違いはなあ、と気づいたことはありますか？ 例えば、文化や習慣、大学の授業、人々の態度や行動、社会の仕組みの違い等です。(Did you find any "international" difference(s) between Japan and the host country, such as differences in terms of cultures and customs, university classes, people's attitudes and behaviors, social organizations, and so on?) They are more relaxed in class, teachers and students are on an

equal footing and treat each other equally. In Japan, teachers and students are more like superiors and subordinates, and we can't get too close to teachers, such as calling each other's names directly. But in foreign countries the teacher will ask you to call him by his name instead of calling him by his teacher. This structure of society brings people closer together, and people respect each other more than they fear each other. In Australia, people do not have the so-called sense of distance, they will take the initiative to seek help for any difficulties or things, but this move is very difficult for Japanese people, we are afraid of causing trouble to others.

(f) あなたの研修先/宿泊先やその地域あるいは社会における多様性について、気がついたことがあれば、それを記述してください。(Did you find any diversity that exists within the host institution, its surrounding communities, or the larger society? If so, please describe it.)Australia is a country of immigrants. We can see people from all countries in the street. In addition, in the busy commercial street, we can also see Chinese food, Japanese food, Mexican food and other restaurants from all over the world. I think this shows that the government actively promotes the employment of foreigners to introduce foreign-funded enterprises. I think it also shows the diversity of this place.

(g) 海外研修の体験をどのようにこれから活かすつもりですか? (In what ways are you planning to use what you gained from the study abroad experiences in the future?)I think I may use English more in my future work. If possible, I would like to work in a foreign-funded company to communicate with people from all over the world, not only in Japanese, but also in English to make friends with different people from all over the world.

(H) 次の参加者へのアドバイスはありますか? (What advice would you give to those who are planning to join the same program/study at the same school next year?) The school will carry out many offline communication activities every week. You can actively participate in them, so that you can not only practice your oral English, but also make many friends from other countries

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・RMIT 語学プログラム (2023/8/14-2023/9/8)

(a)どこへ行きましたか？研修先および宿泊先について少し教えてください。(Where did you go? Would you tell us about your study abroad program and host institution as well as housing?)メルボルンにいった。研修先はRMIT大学でホームステイだった。

(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なんですか？(What did you enjoy most in your daily life and/or in your experiences in classes and after-class activities on campus?)語学の授業で、中国人やサウジアラビア人など今まで話したことのない国籍の人と会話をしたこと。

(c)海外研修期間で、外国語コミュニケーションに関して学んだ最も重要なことは何ですか？あなたの外国語能力は向上しましたか？もしそうなら、どのような点においてですか？(What is the most important thing you learned during the time of your study abroad in terms of foreign language communication? Have your foreign language proficiencies improved, and, if so, in what ways?)完璧な文法で話すというより、会話にボディランゲージを取り入れた方がコミュニケーションがとれやすく重要であると学んだ。私の外国語力は、リスニング能力という観点では向上した。

(d)あなたの異文化経験でのチャレンジについて教えてください。困ったこと、あるいは難しくなりましたか？行く前に準備しておけばよかったことがありましたか？(Would you tell us about the challenges you met in your cross-cultural experiences? Please refer to what troubled you, or was difficult for you, if any, while you were there. Was there anything you wished you had better prepared for before going?)温泉には水着を着るという文化を知らなかったため、現地で買う羽目になってしまった。行く前にもう少し入念に現地の文化について勉強しておく必要があった。

(e)日本とホスト国の「国際的」な違いはなあ、と気づいたことはありますか？例えば、文化や習慣、大学の授業、人々の態度や行動、社会の仕組みの違い等です。(Did you find any “international” difference(s) between Japan and the host country, such as differences in terms of cultures and customs, university classes, people’s attitudes and behaviors, social organizations, and so on?)大学の授業では、日本に比べて生徒だけでなく先生も時間にルーズであったり、授業中に勝手に生徒が教室を出て行っても誰もなにも気にしていない様子を見て、文化の違いだと思った。

(f)あなたの研修先/宿泊先やその地域あるいは社会における多様性について、気がついたことがあれば、それを記述してください。(Did you find any diversity that exists within the host institution, its surrounding communities, or the larger society? If so, please describe it.)私の研修先はメルボルンで特に移民や留学生が多い街であったため、中国料理店をはじめ、韓国料理、台湾料理、日本料理、ギリシャ料理など世界各国の料理店が多く存在し多様性を感じた。

(g)海外研修の体験をどのようにこれから活かすつもりですか？(In what ways are you planning to use what you gained from the study abroad experiences in the future?)海外研修を通じて延ばすことができたリスニング能力を、洋楽を聴いたり、海外の映画やドラマを見るなどをして、保っていきたいと考えた。そしてそれが TOIEC などのスコアにつながればと思う。

(H) 次の参加者へのアドバイスはありますか？(What advice would you give to those who are planning to join the same program/study at the same school next year?)同じクラスには、日本人も多くいると思うが積極的に同じクラスにいる海外の人と話すべきである。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・RMIT 語学プログラム (2023/8/14-2023/9/8)

(a) I went to Melbourne, Australia in August. My study abroad program was RMIT, and I stayed at East Brighton in Melbourne. RMIT is a famous university in Australia, especially art. So, the class was so high level, and teachers were good at teaching English. My place where I stayed for 1 month was so amazing. Because there was a famous beach which is called Brighton beach close to my home. It takes about 15 minutes by bus, so I can go every time. My host mother was also a great person. She was used to be a chef, so she was great at cooking.

(b) I experienced so many kinds of activities, but I enjoy the class itself most. The class in Australia was totally different from Japanese class. We all can enjoy the class, because we can speak up easily. And I never thought that to learn English by using English was so fun, so I realized that learning another language by going there is interesting for me.

(c) The most important thing I learned during the time of my study abroad in terms of foreign language communication was being active and positive. In an English speaking country, so many kinds of people are there and at first, I was nervous and negative in communicating with people from another country. But I realized that all people who can speak English or who are learning English were not careful about our mistakes in grammar or vocabulary. So, in order to be able to speak English, we have to be active and positive in communicating with people.

(d) The challenges I met in my cross-cultural experience was communicating English with people who can speak English. My English skill was not so good, so it was hard to communicate English with native English speakers. Their English was too fast to understand and slang was so complex that I couldn't understand many times. So, I should study slang and improve my listening skill before going abroad.

(e) I felt that time goes by slowly in Australia. I don't know why, but I think friendly people and artistic towns made me feel that way.

(f) I saw so many dogs and cafes in East Brighton. Dogs were everywhere and I was surprised because a person with two dogs came in the supermarket. I thought this city was dog-kind city. Also, cafes were everywhere. And teachers often entered the class having coffee. I could enjoy many kinds of cafés.

(g) I want to visit another country and then I want to use this experience.

(h) To prepare and being active and positive are important.

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・グリフィス大学語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

2023年8月に1か月間で、オーストラリア、クイーンズランド州ゴールドコーストにあるグリフィス大学へ、語学の短期留学に行きまいりました。小学校4年生ぶり久しぶりのオーストラリア、当時はパースへ行きましたので、初めての東オーストラリアへの訪問でした。研修先は、ゴールドコーストと、ブリスベンにキャンパスを持つグリフィス大学の語学学校で、ホームステイでの滞在でした。ホームステイ場所は、学校から、トラムと電車とバスを乗り継いで、1時間半弱の場所でした。とても暮らしやすく、親切なホストファミリーで楽しい滞在でしたが、始バスが朝の7時半、休日9時、終バスが平日午後6時、休日4時という環境でしたので、ウーバーを多用する毎日でした。家の近くからのバスに乗り遅れると、3キロ、40分の坂道で、死んだ野生のカンガルーを見つけた時には驚きました。一番の思い出は、授業後に毎日訪れたサーファーズパラダイスビーチの夕焼けです。東海岸ですから、日の出が海からなので、沈むのは街に沈みますが、海の上に広がる刻一刻と変わる空の色と、美しい海の色に感動しました。ゴールドコーストは、美しい海で有名な地、生まれてこれまで、モルディブに次ぐ美しさでした。授業が終わると、ショッピングをしたり、海を見たり、海に入ったり、カフェでお茶をしたり、毎日歩き続けて一か月があつという間でした。季節的には冬という扱いです、日本の冬とは違い、朝晩は10℃から13℃ですが、日中は25℃くらい、日によってはもっと上がりますので、秋、春に近い感覚です。毎日が本当に充実し、良い環境でした。小学校の頃に、マレーシアのクアラ Lumpur に3年間住んでおりましたので、海外に対する恐怖感はなく、純粋に楽しみ続ける毎日でした。ゴールドコーストは、オーストラリアの中でも治安が良い地域ですので、夜まで出歩いていても危険を感じることはほぼありませんでした。大変だったのは、バスの本数が少なく、始バスが遅く、終バスがあまりにも早いことと、バスがいつまで待っても来なかったことくらいです。1か月間で2日のみで、その他はオンタイムで来ておりましたので、あまり頻繁ではないのかもしれませんが、案内もなく突然キャンセルになったり、2時間半待っても来なかったり、列車が遅れて終バスに乗り継げなかったりというときもありました。バスは車内放送が全くないので、自分で降りる近くの目星を見つけるなり、Google Map を利用するなりしないと、降りられません。公共交通、特にバスは、地元の方々にとってはあまりメインの移動手段ではないのかなという印象でした。車がないと生活しづらい国であることは感じました。また、行きの飛行機で、シドニーでの乗り継ぎの際に、カンタス航空のシステムトラブルで、乗り継ぎカウンターを利用出来ず、一般の国内線搭乗客と同じルートで搭乗した際、4時間のトランスファーだったのですが、ほぼすべてを列の待ち時間で使い切ったことぐらいでしょうか。やはり海外だなと感じました。オーストラリアは、他民族、多宗教国家です。食事も様々な国のものがありますし、住んでいる人の国籍、宗教も様々で、日本人にもとても寛容でした。特にゴールドコーストは観光地ですから、その傾向は強かったのでしょうか。電車やバスの中で、乗客や乗務員が大音量で音楽を聴いたり、大声で電話をしたりとカオスな状況でありましたが、私的には外国だなと感じた程度で、逆に明るくて楽しかったです。語学に関しては、語学学校のクラスは、あいにく全員日本人留学生でしたので、学習院での授業の方がよっぽどアカデミックでしたが、生活でほぼ英語しか使用しないので、その経験の方が英語の勉強になったと思います。理論よりも、英語学校での授業よりも何よりも使うことが一番身に付きます。日本人よりもよっぽどフレンドリーですので、あまり気を使いすぎずに話しかけるのが一番だと思います。勝手に会話は弾みますし、自然と話せるようになります。今回の留学で、ゴールドコーストは、老後の生活拠点に良いと思いました。町の中心部に住めば、夜までトラムが走っていますし、トラム圏内で買い物も十分できますので、便利な街です。これから留学でゴールドコーストへ行かれる皆さんは、ホームステイ先が学校から離れていて、不便かもしれないことは覚悟した方が良いでしょう。人によっては、空港直通バスの沿線のために、夜中まで十分帰れる子もいれば、歩道の無いような道路の真横のところを歩いて帰る子もいます。私の家は、遠く、終バスが早いので、いつもだれよりも早く帰らなければならぬのが不便でしたが、私のホストファミリーは、とても親切な方でしたので、多少の不便さは少しも気になりませんでした。夜の多少の山道を3キロ、40分歩くのは、私は気にしませんが、一般的にはあまりないとはいえないので、活動範囲が狭まる可能性は大いにあります。ウーバーをためらいなく活用すべきだと思います。せっかく行

くのですから、限界まで活動し続けるべきです。あちらでは普通のタクシーを捕まえるよりもウーバーの方が親切、安心、安全で安いです。実際高い値段を払って乗ったタクシーよりもよっぽど安心で良かったです。また、いかれる際は十分にWi-Fiが使えるようにしておくべきだと思います。歩くにしても、バスを使うにしても間違えたら、ある意味終わりです。電話をしたり、調べたり、ウーバーを呼べなくなったら下手したら帰れなくなります。気合で何とかなる日本とは違います。私は日本でポータブルWi-Fiを借りましたので、常に調べられました。日本で無制限のポータブルWi-Fiを借りていくのが一番安心だと思いますが、現地でも携帯電話を契約しますので、そちらで準備してもよいかもしれません。とりあえず心配だと思わないようにあらかじめしっかり準備すれば、本気で最後まで楽しみ続けて活動できると思います。ゴールドコーストは、観光地なこともあり、日本人にもとても寛容で、暮らしやすい街です。治安が良いですし、行っていた間では身の危険は野生のカンガルーの死骸との遭遇以外ありませんでした。個人的に、就職しても、老後でも住みたいと思うようなとても良い町でしたので、ぜひ行かれたら良いのではとおもいます。どちらに行かれるにしても日本とは違うという注意はしながらも全力で楽しんでくださいね。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・グリフィス大学語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

(a) オーストラリアのゴールドコーストに滞在しました。宿泊先はホームステイで、お子さんが既に独立しているご夫婦の家でした。二人ともとても親切で、快適な生活を送ることができました。

(b) アクティビティで、他の国の人たちと雑談したことが楽しかったです。自分の英語が通じる経験は自信になりました。

(c) 通じなくてもあきらめずに積極的に話すことが大事だなと思いました。最初はホストファミリーとの会話が難しかったけれど、諦めずに話しかけ続けたら1か月である程度通じるようになったからです。通じないからと言ってあきらめてしまったら、もうそこから英会話力は伸びなかつたろうなと思います。英語力は特にリスニングとスピーキングが向上しました。1か月で成長するのかなと最初は思っていたけれど、意外と向上しました。何より、英語を話すことへの恐怖心がなくなったのが一番の収穫でした。

(d) オーストラリアは朝型の国なので、毎朝6時に起きないといけないうのが大変でした。おみせも16時にはほとんどが閉まるので、それが日本とのギャップで、買い物時間は工夫しないと行けませんでした。バスに乗るときは、バス停が載っている地図がないので、乗車するときはグーグルマップを見ながら、目的地に近そうなところで勘で停車ボタンを押さないといけなかつたので最初は緊張しました。行く前にもっと英語を勉強しておけばよかったと強く思いました。日常でよく使うフレーズなどを勉強しておくだけでも違うと思います。内容も学校でやるようなリーディングやライティングではなく、スピーキングスキルを伸ばしておけばよかったと思います。なぜなら、留学の前半は英語でのコミュニケーションが困難だと思うことが多かったからです。もしある程度勉強していれば、初日から会話を楽しめたのではないかなと思います。

(e) 先ほども書きましたが、オーストラリアは非常に朝型の国で、カフェは朝6時から開くけれど15、16時には閉まってしまいます。他の店も、16時にはほとんどすべて閉まります。理由は、働く人も家族との時間を大切にしたいと考えているからだと思います。確かに、働いているはずの小さな子供の両親らしき人が、午後はたくさん街で見られました。平日の午後でも家族と過ごす様子は、日本とは違うなと驚きました。また、知らない人にでも積極的に挨拶する文化があるなと感じました。バスの運転手やレジの定員にも、ほとんどの人が「Hi, how are you」と挨拶していて、日本よりだいぶ積極的にコミュニケーションをとるんだなと思いました。

(f) 本当にいろいろな服装の人がいること。タンクトップにハーフパンツの人から、セーターを着ている人までいて、体感温度が人によって違うのかな? と不思議に思いました。

(g) 私は、海外研修に参加するまであまり海外に興味があつたのですが、1か月滞在していろいろな人と英語で関わったことで、もっと海外を知りたいと思うようになりました。そのため、今回の経験を活かしてもう一度留学に行く予定です。準備しておいた方がよいことや、どのように外国人と関わればコミュニケーションがスムーズにいくかなど、一か月の経験がいろいろな点で次の留学に生きるのではなかつたかなと思います。

(H) とにかくスピーキングの練習をしてから行った方がよいです!! あと、留学にあんまり乗り気じゃない人も、行って、ちゃんと外国人とコミュニケーションを取ろうと努力したら絶対楽しいと思います!

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・グリフィス大学語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

(a) 私はオーストラリアクィーンズランド州ゴールドコーストのグリフィス大学で約一ヶ月間の留学を体験した。滞在方法はホームステイで、優しい小学校教員の母親と、3人の娘、ペットの犬一匹とともに過ごした。

(b) 語学学校は週5日で朝9時から14時半までだったため、放課後と週末は全て自由時間だった。1番楽しかった思い出は、毎年ブリスベンで開催されるEkkaと呼ばれる大規模なフェスティバルに参加したことだ。フェスティバルでは、食べ物の屋台はもちろん、ジェットコースターなどの絶叫系アトラクションやバイクのショーといったスリルあふれるパフォーマンスも繰り広げられた。ゴールドコーストからブリスベンまでは電車で約2時間半で、やや長距離ではあるが、活気あふれるブリスベンの街を堪能することができて非常に経験になった。

(c) 私が海外研修でコミュニケーションに関して学んだことは、間違いを恐れないことの重要さだ。間違いを恐れないということは、当たり前にも思えていざ実践しようとする不安な気持ちが邪魔をしてたちまち困難になってしまう。しかし私は、勇気を出してホストマザーや学校の先生、クラスの友達、お店の店員さんやバス待ちをしているお爺さんにまで積極的に話しかけた。私の英語の文法や発音は拙かったが、彼らは私の表情や身振り手振りから私の言いたいことを解釈してくれた。私はこの経験から、行動しないうちは何も始まらないということを知ることができた。貴重な留学生活をものにするためには、何事にも積極的に、そして間違いを恐れない姿勢が重要だと実感した。

(d) 私は8月に渡航したのですが、オーストラリアは日本と季節が逆という知識だけで衣服に関しては長袖を入念に用意していたが、しかし実際には紫外線が強いせいもゴールドコーストは冬でも半袖で過ごせる日が多くあることに加え、海水浴もできるほど海水浴が盛んな都市だった。私は半袖の服や水着を持っていけなかったため、現地ですることになった。オーストラリアは物価が高く、不必要な服を買うことはかなり大きい出費になることがあるため、渡航前にもっと慎重にパッキングすれば良かったと感じた。

(e) オーストラリアは非常に乾燥していて、水が貴重であるとホストマザーに教えてもらった。確かに出先で日本にいるときのようにペットボトルの水を買おうとすると約500円と高価であり、洗い物やシャワーも水を出しっぱなしにしないよう声をかけられた。普段自分がどれだけ水を贅沢に使っていたのかをオーストラリアで実感した。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・グリフィス大学語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

- a. オーストラリア・ゴールドコーストにあるグリフィス大学への短期プログラムに参加しました。ホームステイ先は少し内陸の町でしたが、大きなショッピングセンターも近くにあり、海も遠くはなかったのも、抜群のロケーションと優しいホストファミリーに恵まれたと思います！
- b. 現地でショッピングやレストランでの食事を楽しみました。物価が日本と比べかなり高かったので、金銭感覚を研ぎ澄ます必要があります。
- c. ライティングやリーディングよりも、リスニングやスピーキングのほうが重要性が高いと再認識しました。短期ながら、英語でのコミュニケーションを強要される機会は多かったのも、多少はスキルが向上したと思います！
- d. 衛生に関する考え方が、日本と海外とではかなり差があるのではないかと感じました。ガレージに虫の死体が転がっていても何日も放置されることはしばしばありますし、シャワーの頻度も全然違います。文化的な違いを垣間見ることができた気がします。
- e. ルームメイトから、アルバイトの時給が3,000円だと聞かされました！また、仕事が終わる時間もかなり早く、17時にはテーマパークも閉園します。仕事やそれに対する考え方がとてもホワイトな印象です。うらやましい…… 観光地であるため、旅行に訪れる人でにぎわう町でした。日本を含め、様々な国の人が自然や建造物を楽しんでいました。
- g. 日本にはまだまだ海外に行ったことがないという人が多いと思います。海外研修以前の私もそうでした。しかし、景色を楽しむだけでなく、文化などに触れるという点でも、海外に行かないのは損をしていると強く感じます。そのため、観光業などの職に就き、国内海外問わず旅行の良さを広めたいと考えています！
- h. 日本食が恋しくなる可能性があるため、味噌汁のパックなどを持っていくとよいと思います！

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・グリフィス大学語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

(a)研修先：グリフィス大学ゴールドコーストキャンパス周りを緑に囲まれ住宅地や繁華街からすこし距離をおいたのどかな場所に位置する大学であった。しかし tram やバス一本で観光地やショッピング街にいけるなど交通の便がよい場所でもある。宿泊先：ゴールドコーストのピンパーム周りには山などの自然が広がりとてもどかで澄み切った場所であるが、田舎であり非常に交通の便が悪かった。それと同時にとても平和で過ごしやすい街でもあった。ホームステイ先はとてもやさしい大家族であり、私が話す英語も最後までしっかりと聞いてくれた。また、末っ子の女の子はとても好奇心旺盛で毎日のように一緒に遊んだりして慣れない地で生活を明るく彩ってくれる存在でもあった。その他にも兄弟はみな優しく分からないことは何でも教えてくれて、一緒に生活し行くうえで困らないようにしてくれた。

(b)国を問わずクラスメイトとの会話やクラスアクティビティなどの一緒に過ごす時間がとても楽しかった。コロナのせいで送れなかった高校時代の青春を送っているかのようであった。

(c)研修期間を通して学んだ最も重要なことは、伝える意思を放棄しないことである。伝えることを諦めてしまったら、その話し相手のことを何も知れないまま関係が終了してしまい、一つの大切な機会を失うことになってしまう。そのため、どうしても伝わらないときは翻訳機を見せてでもいいから会話を続けた方が良くと学んだ。外国語能力は、語学力としての伸びは少ないが、実際にネイティブと会話してきた経験があるという点や実際の会話に役立つ知識の面では多少の向上があったのではないかと考えられる。

(d)ホストファミリーとの交流は一つのチャレンジであった。なぜなら会話のスピードが速すぎてついていけなかったからである。その上、ホストファミリーの親戚の集まりでは、私の内気な性格も相まってすでにできている輪の中に入るのはとても困難を極めた。他にはオーストラリアで使用されるゴーカードという公共交通機関を使用するために必要なためにカードのチャージの仕方など、最初はオーストラリアで生活するうえでの当たり前が分からず右往左往してしまうことがあった。

(e)とにかく一日の中で活動時間の終わりが早い。就寝時間は21時から22時の間で、外のお店も観光地やビアガーデンなどの一部の地域やお店を除いて17時には閉店してしまっていた。若者から大人まで、遊びから労働まで夜遅くまで行う日本とは違うと感じた。他には日本よりとても家族や親戚間の繋がり、かかわりを大事にしているのだと感じた。定期的に親戚の家に集まりホームパーティーのようなことをしていた。

(f)毎週日曜に教会に行っていたが、そこには黒人も白人も混在しており、留学生の私なども含めればアジア人も存在して一つの部屋に多様な人種が主に対して祈りを捧げていた。

(g)現在の東京にはコロナ禍からのインバウンドでたくさんの外国人が来ているため、そのような人たちと関わったり、もし困っていれば助けたりするために海外研修で身に着けた語学力を活用していきたい。

(h)感謝の気持ちと相手とコミュニケーションを取りたいという意思を明確に持ったうえで最低限の留学先のマナーを知っていれば何とかなる。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・グリフィス大学語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

私は、2023 年度夏季短期研修でオーストラリア・グリフィス大学語学学校に行きました。宿泊先はホームステイで、ロビーナという住宅街に1ヶ月間滞在しておりました。学習院大学からは計10名でこのプログラムに参加したため、日常生活及びキャンパス内でも友人と過ごすことができたのがとても良い思い出です。放課後にはほぼ毎日と言っていいほどビーチに足を運びました。グリフィス大学は、気候が穏やかで、かつ、自然豊かなゴールドコーストにあるため、日本とは異なる地質や文化に毎日触れることができました。ビーチ沿いで見るサンセットは格別に美しかったです。私にとって初めての海外だったため、まずは相手の文化や生活の違いを学び理解することを目標に渡航しました。この1ヶ月で外国語能力は向上したと思います。特に、英語で相手に話しかける勇気が身につきました。スムーズに会話ができるようになったというわけではありませんが、コミュニケーションを図るなかで相手の考えていることを頭の中で理解しながら会話する力がついたのではないかと思います。研修中困ったことは、特にお風呂の違いでした。オーストラリアでは、シャワールームの文化であるため浴槽はなく、さらに、近年の異常気象が原因で水が価格高騰し貴重な資源とされているため、お風呂=必要最低限の清潔を保つものといった印象でした。初めは慣れるのに苦労しましたが、最終週の頃には効率よく10分ほどで済ませることができるようになっていました。異国に足を運んだことで、水という資源を大切にすることの重要性を学ぶことができたと思います。国際的な違いに注目するために、私はオーストラリアのトイレの衛生環境事情に焦点を当て、1ヶ月間利用した個室の写真を撮り記録として残し続けました。オーストラリアのトイレは日本のものと少し異なっておりウォシュレットなどといった機能は一つもないものでした。また、屋外のトイレは衛生環境がとても良いものとはいえ、一方屋内のショッピングセンターや大学内といった施設の中にあるトイレはとてもきれいに整備されていました。改めて日本の衛生環境は格別に良いものであると理解したと同時に技術力の差に貿易等の関係も絡んでいるのではないかと感じました。オーストラリアはあらゆる国の人々が住んでおり、実際に、韓国・イラク・インド・台湾・メキシコ・スウェーデンなどといった国々の方と知り合いました。多くの人種が集まっているからこそ、相手を尊重する姿勢は大きく日本と異なると感じました。私はこの1ヶ月間で学んだ経験をもとに、相手のことを理解する態度をこれからも継続していきたいと思います。グリフィス大学は、多くのアクティビティが用意されており交流が活発な学校だと思います。素敵な文化をたくさん学べると感じます。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・グリフィス大学語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

(a) どこへ行きましたか？研修先および宿泊先について少し教えてください。グリフィス大学語学学校 (Griffith English Language Institute)で語学研修を行いました。宿泊に関してはホームステイを選択したため、ホームステイを行いました。ホームステイ先はイングランド系の移民の家庭だったため、日常的にブリティッシュイングリッシュに触れる良い機会となりました。

(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なんですか？私の研修先であるクイーンズランド州ゴールドコーストは、オーストラリアでも有数のリゾート地として知られており、授業のアクティビティや、放課後の自由な時間を使って非日常的な体験を楽しむことができますと思います。中でもやはり印象的であったのはきれいなビーチでしょうか。オーストラリアの海の透明度は日本の比にならないほどきれいですので、放課後することがなくてもとりあえずビーチに行くことで、一日を充実したものにできます。日常生活においても、リゾート地ということもあり、日用品の買い出しであっても大きなショッピングセンターに行く機会が多くあり、そこでも日本では考えられないような非日常を体験できます。

(c) 海外研修期間で、外国語コミュニケーションに関して学んだ最も重要なことは何ですか？あなたの外国語能力は向上しましたか？もしそうなら、どのような点においてですか？外国語コミュニケーションにおいて最も重要であることは自信であると考えます。自分の英語に自信がないという人もいると思いますが、だれもが最初は初心者ですので果敢に挑戦していくことが重要であると考えます。

(d) あなたの異文化経験でのチャレンジについて教えてください。困ったこと、あるいは難しくなったことがありましたか？行く前に準備しておけばよかったことがありましたか？ネイティブな英語ではない英語を理解することがオーストラリアにおけるチャレンジでした。語学学校において、中国出身の友人とコロンビア出身の友人ができました。しかし、お互いの英語の訛りが強く、たびたび理解がしづらい場面がありました。しかし、その際にあきらめるのではなく、お互いに理解しようと努力することで、その困難を乗り越えることができました。

(e) 日本とホスト国の「国際的」な違いはなあ、と気づいたことはありますか？例えば、文化や習慣、大学の授業、人々の態度や行動、社会の仕組みの違い等です。食事がおいしくないことは大きな違いだと感じた。日本では人々の趣味や余暇活動として、食事を楽しむということは大きな文化的特徴であると感じる。その一方オーストラリアでは食事はただおなかを満たすという行動でしかないように感じた。これは実際に現地に行かないと気付かない文化の違いであると感じた。ちなみにオーストラリアでも寿司は大人気でした。

(f) あなたの研修先/宿泊先やその地域あるいは社会における多様性について、気がついたことがあれば、それを記述してください。わたしのホームステイ先はリゾート地であったため、多くが白人やアジア系の人々であったため、オーストラリア特有の多様性をじかに感じることはあまりなかったが、外食店では確かに様々な国の料理屋は存在していた。

(g) 海外研修の体験をどのようにこれから活かすつもりですか？自分の英語がどれほど通用するのか知る良い機会となった。そのため、ここで得た自信を生かして、英語をさらに活用していきたい。

(H) 次の参加者へのアドバイスはありますか？日本食を食べたくなると思うのでインスタントの味噌汁は持っていくようにしましょう。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・グリフィス大学語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

僕は8月上旬にオーストラリア、クイーンズランド、ゴールドコーストに海外研修をしに行きました。そこでの1番楽しかった経験は学校後にいろいろな所に行ったり、様々な経験をしたことです。友達と一緒にコアラを見に行ったり、絶景、ビーチなどを観光したり、パーティーに参加したりしたことです。外国語コミュニケーションにおいて一番重要だと感じたことは言語力よりも対応力の方が大事であるということです。たとえ英語がうまく話せなくても愛嬌がよかったり、身振り手振りをうまく使ったり、相手の話を聞いてよい反応をしたりといったことが一番重要であると感じました。自分の外国語能力は来る前に比べて上がったと思います。最初の方は伝えたいことがあっても何と伝えたいのかわからず、黙ってしまうことが多かったのですが、だんだん少しずつ言葉にできるようになりました。自分の異文化経験でのチャレンジはパーティーに参加したことです。外国の方との交流がしてみたくて海外研修期間中に現地のパーティーに行きました。最初はそこでうまくしゃべれるか不安だったのですが、実際行ってみると親切な方も多く、思っていた以上にコミュニケーションをとることができました。ただ、わからない単語や表現があってもなかなかうまく伝わらない部分もあったのでそういう知識に行く前に身に付けておきたかったです。日本とオーストラリアの国際的な違いはタトゥーについての考え方です。オーストラリアは日本よりもタトゥーをしている人が多く日本ではタトゥーを入れると後々公開するから入れない人が多いとホストマザーに伝えたところタトゥーを入れたい人は自分の人生を豊か(自分のしたいことをやるから)にするために入れるんだから後悔なんてないよと言われ考え方の違いに驚きました。オーストラリアはいろんな文化が共存していて、自分のホームステイ先と友達のホームステイ先を比べても宗教の違いであったり、食事の違いであったり多様性が広がっていました。自分は海外研修を通して視野を広げることができいろいろな世界観を知りました。グローバル化が進む中この幅広い知見をもとにそれに対応していきたいと思います。海外研修をより良いものにするためにはそこで自分が何をするか、したいかと明確な目標、目的をもって参加する方がいいと思います。自分は1か月の研修でしたが1か月はとても短かったです。何も目的意識がないとあっという間に過ぎ去っていくのでそれらを明確にするべきです。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・ディーキン大学語学プログラム (2023/8/10-2023/9/8 or 15)

私は、2023年の8月7日から9月10日の期間で短期留学に行きました。オーストラリアのヴィクトリア州、メルボルンにあるディーキン大学で実施している約1ヶ月のプログラムに参加しました。また、シンガポールから移住されたご夫妻の家庭にホームステイをしました。授業では、発音や文法事項、日常でも使えるようなフレーズ等を習ったり、IELTSにも出題されるような形式のライティングについて、書き方を学び、いくつか実際に書き、添削してもらったりという内容でした。さらに、他国からの留学生も含めた4人グループで行うグループプロジェクトもあり、自分たちで内容を考えるところから録音までを行うオリジナルのポッドキャスト作成を行いました。ポッドキャストは15分程度のもので、実際に英語を使いながら内容を相談し、スクリプトを書いていきました。さらに録音を本格的な機材が揃っているスタジオに行っておこなったので、今までには経験したことのないような授業で楽しみながら英語を学ぶことができたと感じています。自分自身が留学を通して感じたのは、英語を話したり聞いたりすることへの抵抗がかなり減ったということです。留学以前は、日本語から英語に変わっただけで焦ってしまうことが多々ありましたが、とにかくたくさんの英語に触れたことで慣れていきました。一方英語に触れていく中で、自身の語彙力不足を感じたので、これから改善していきたいと考えています。留学先で苦労したこととしては、日本以外の国にここまで長く滞在することは今までなかったので、交通機関や地理感がなく、道に迷ってしまうことも多かったです。また、自分自身留学前にあまり英語学習ができていなかったため、もっと勉強し語彙やフレーズを習得してから留学に行っていれば、もっと多くの人とコミュニケーションが取れたのかなと少し後悔もあります。さらに、自分自身も一度あったのですが、慣れない環境で疲れやすいこともあり、体調を崩す人が非常に多かったので、普段飲んでいる薬など多めに持って行くことが重要だと思います。ホストマザーと話している時に知ったことなのですが、オーストラリアでは高校卒業後すぐに大学へ進学し、4年間で卒業する日本とは違い、日中はフルタイムで仕事をし、夜間に大学へ通うという生活で、4年以上かけて卒業する人も多いそうです。このシステムは、人それぞれ生活環境等が異なる中で学びたいと考えている人が非常に学びやすい環境であると思いました。また、オーストラリアの人々は親切かつ、いい意味で人に執着しすぎないという印象を受けました。約半数が移民で構成されている国であり、皆が非常に多様なバックグラウンドや事情を抱えている中で、助け合いつつも個々を大切にしているのだなと感じました。自分自身は卒業後、英語も1つのコミュニケーション手段として仕事をしていきたいと考えているので、TOEICやオンライン英会話等を通してさらに自分の英語を磨いていきたいと考えています。さらに在学中に可能であればもう一度留学したいですし、就職後も自分自身でさまざまな国を訪れて文化に触れたいと考えています。

研修期間	短期
プログラム (日程)	オーストラリア・ディーキン大学語学プログラム (2023/8/10-2023/9/8 or 15)

(a)オーストラリアのメルボルンにあるディーキン大学の語学学校のプログラムに参加しました。また滞在方法はホームステイで、お家は学校からトラムと徒歩で 20 分ぐらいの場所にあり、ホストマザーのおばあちゃんとわんちゃんの三人で過ごしていました。オーストラリアは土地が广大で特にメルボルンはたくさんの自然に囲まれた街で、住宅街は景色を遮るような高い建物はなく、学校帰りや散歩をしているときなど広い自然を感じてとても気持ちよかったです。

(b)学校で楽しかったことは色々な国から来た人たちや日本でも自分とは遠いところに住んでいる様々な人と一緒にコミュニケーションしながら楽しく英語を勉強できたことです。普段出会わないような人に出て交流をしたことがとても新鮮でした。また先生も多様なナショナルリティを持った人たちが多く、日本にいるとあまり感じない異文化を感じることもできました。先生はとてもフレンドリーで、苦手だったプレゼンも暖かい雰囲気の中練習することができたのでとても良い経験でした。また日常生活ではおばあちゃんが作ってくれたご飯を食べたり、わんちゃんと触れ合ったり、散歩に行ったりスーパーでお買い物したりなど、のんびりと過ごせたことがとても居心地が良くて楽しく、印象に残っています。メルボルンの中心部に行くのももちろん楽しかったですが、ホストマザーが連れて行ってくれた田舎やマーケットがなかなか行けない場所でとても楽しかったです。

(c)外国語コミュニケーションにおいては、伝えようとする気持ちが大切であるということ学びました。おうちにいるホストマザーも、お店の店員さんも自分の英語がヘンテコでも頑張って理解しようとしてくれましたし、そのようなコミュニケーションをたくさんすることで少しでも上達すると思うので上手に言わなきゃと思わずに伝えようと努力することが大切だと思いました。自分の伝えたいことが伝わらず勘違いされてしまった時は凹みましたが、何が悪かったのかに気づくことができるのでそれも良い経験でした。外国語能力がすごく上がったかはわかりませんが、毎日英語を耳にしていたので少し聞き取る能力は上がったのかなと思いますし、研修後に受けた CASEC も点が今までよりもかなり伸びて嬉しかったです。

(d)今までは日本でずっと過ごしてきたので、急に日常が英語に溢れて英語を聞き取って理解するというをしなくてはならなかったことが難しかったと感じました。おうちにもホストマザーが何を言っているのか最初は理解できないことが多くて少し落ち込むこともありましたが、ラジオもテレビも街中で聴こえる声も全て英語なのでだんだん耳が慣れてきて研修の後半は最初に比べたら何を言っているのかを理解できるようになっていったので少し成長を感じられて嬉しかったです。しかし一回ホストマザーと電話をしたことがあったのですが電話は表情やジェスチャーなどもなく少し雑音もありながら聞き取らなくてはならなくて難しかったです。

(e)日本とオーストラリアの違いとして根本的な人々の性格の違いを感じました。日本人は知らない人に関してはあまり関心がなく場合によっては冷たく感じることもありますが、オーストラリアの人はどんな人にも基本的に暖かく接してくれるような感じがしました。私も留学中はその文化の仲間に入ったように少しでも顔を知っている人には手を振ってみたり、優しくフレンドリーに接してくれる店員さんに Thank you! とニコニコしながら言ってみたりしていました。とても幸せな気持ちになったのを覚えています。日本では学校やお店などでも上下の関係は割ときちんとしていると感じますが、オーストラリアではみんな対等という感じがしました。

(f)私は語学学校で勉強していたのですが、日本人は大学生の人としか出会わなかったのですが他の国から来た人たちは会社で働いている人だったり結婚している人だったりさまざまな人がいて、いつになっても学ぶ姿勢を持っていることが素晴らしいと感じましたし、多様なバックグラウンドの人たちが集まって同じ場所で勉強していることがとても貴重な経験だと感じました。

(g)まず英語面では自分の英語能力がまだまだだということを実感したので、継続的に勉強していきたいと思いました。英語を実際に使うとなると英語でコミュニケーションを取れるようになることがより大事だと感じたので少しでも英語の文を口に出してみたり話すことに口が慣れるような努力をしたいと思います。またさっきも書いた人々の暖かい対応とい

うのを、これから新しく始めるアルバイトで活かしたいと思いました。お洋服屋さんでアルバイトを始める予定なのですが、お客さん一人一人を尊重してなおかつ暖かく元気になれるような言葉をかけたりできるようになりたいと思いました。(h)海外に行ったことのない方だと特に不安な気持ちは大きいかと思いますが、きっと研修先の国に着いたら素敵な景色に心がワクワクすると思います。たくさんの人との一期一会の出会いを大切にして、助け合って楽しい研修にしてください！まずは楽しむことを第一にどんなことにも前向きに取り組めばきっと英語も楽しく学べると思います。パスポートやお財布、定期やリップなどが入る小さめのバッグを毎日持っていたのですがとても便利だったのでおすすめです。

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・ILAC 語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

- A.カナダのトロントの都会の街並みの中で英語を学ぶことができました。宿泊先は ILAC から一時間ほどで少し離れていましたが PRESTO という乗り放題チケットを使って通ったので行きも帰りも、楽で、寄り道したりしながら通えました。
- B.韓国人の友人を多く作れたので英語だけではなく、韓国語も学ぶことができたのが良かったです。また、彼らとナイアガラの滝など様々なアクティビティを行えました。
- C.間違ってもいいから話し続けると英語力って成長するなって学びました。伝えようとする姿勢さえあれば伝わらないなんてことはありませんでした。先生やホストファミリーはどんなに英語が下手でも意図を読み取ってくれました。
- D.どんな人とでも仲良くなりたいの精神で友人を沢山作りました。日本は人気なのでアニメの話をしたら大抵仲良くなりました。クレジットの上限を増やしておくべきだったと思っています。金銭管理が本当に難しく、両親に何回も口座にお金を入れてもらいました。
- E.国際的な違いだなと思ったのはいい意味で互いにあまり干渉しない所です。街を歩いていると視線は感じないし、話す内容も居心地の良い物でした。
- F.多くの留学生がいるので様々な文化があります。私のルームメイトはトルコ人だったのですがシャワーは基本冷水だそうです。
- G.人と仲良くなるコツをつかみました。これからもこれを生かして自分のスキルアップにつなげます。
- H.お金は想定外の 20 万ぐらい余裕を持つこと、クレジットの上限を増やすこと、部屋にこもらないこと、ホストファミリーとルームメイトと会話すること、話すことを諦めないこと。

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・ILAC 語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

- (a)本プログラムはホームステイでの受け入れのみでしたが、私は持病の関係で特別に寮に宿泊していました。食事は寮の管理人さんが作って部屋に持ってきてくれたので食事にはあまり困りませんでした。また料理は基本的に禁止でした。
- (b)ビーチデイという語学学校が開催したイベントが一番印象的です。砂浜でバレーボールを楽しむのがイベントの目的でしたが、私は水着を着て行って湖に入りました。クラスメイトのフランスの女の子ととても仲が深まり、普段話せないような込み入った話までできる仲になりました。
- (c)スコアには現れませんが、私の外国語能力は向上しました。限られた語彙と情報をフル活用して、今自分が用意できるものだけを使って相手にとって未知のものを説明することができるようになりました。これは社会に出たらとても重宝する能力だと感じています。
- (d)異文化に触れた、と感じた瞬間はあまりありませんでした。なぜなら語学学校に通う人々はみな経済的・社会地位的バックグラウンドが似ているためです。私は特に言語面で特別な準備はしませんでした。音読でリスニング能力を高めておくのはおすすめです。
- (e)とにかくホームレスの方々を見かけることが多かったです。社会保障、社会福祉が日本ほど充実していないのかもしれませんが。カナダはマリファナが合法ということもあり、ホームレスの人がマリファナを吸っていることもあるそうです。私はキャンパスが最後の1週間だけ変わりましたが、初めのキャンパス周辺は少々荒んでいて、朝は大丈夫でしたが夜は危険な街でした。
- (f)研修先にくる方々の出身は様々でしたが、皆多様性を受け入れる耐性を持っていたため、逆に「一様にオープンな人々」という意味で、多様性が少なかったように感じました。皆コミュニケーションを積極的にとり、出身国に囚われず会話を楽しんでいました。ただ日本との違いでいうと、遅刻が当たり前の文化だったので少し動揺しました。
- (g)英語でのコミュニケーションにおいて、限られた情報と語彙で柔軟に情報伝達をするということが身に着いたので、それを日本語でも意識しようと思っています。特に就活の面接において求められる能力でもあるので、日本語でも英語でもアウトプットを継続したいです。
- (h)出会いは規格外です。海外研修が終わってからもそこで出会った友達を大切にしてください。私はILACのフランス人クラスメイトと親友になり、今でもWhatsappで電話しています。

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・ILAC 語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

私は、カナダのトロントにあるILACという語学学校に4週間通いました。ILACは、10以上のレベル別にクラス分けされており、15人ほどの少人数で授業を行っていました。二週間に一回テストがあり、一定のスコアが取れれば上のクラスに上がれるという仕組みです。クラスが自分に合わなければ、クラスのレベルと先生の変更が可能のため、とても自由の利く学校でした。月曜から金曜まで、8:30~13:00までで30分の休憩がありました。学校では、レクを行うことが多く、たくさんの国の人と英語でゲームを楽しみ、いろんな国の友達が増えとても貴重な経験になりました。宿泊は、学校から電車とバスで1時間程度のご家庭にホームステイさせていただきました。子供が3人とホストマザーとホストファザーの5人家族で、とても賑やかなご家庭でした。放課後や週末はほとんど毎日トロントを観光していたのでそれが一番楽しかったです。特に、ナイアガラの滝をボートに乗って間近でみることができ、感動しました。今まで映像でしか見たことがなかったのでとても印象的で思い出に残っています。もともと、日本のクラスでは、自分に自信がなく、英語をしゃべることをためらっていましたが、語学学校で他の国の子たちが、間違いを恐れず話し、また自分の話も理解しようとしてくれたので、とりあえず話すことと伝えることがコミュニケーションにおいて大事なのだと気づかされました。一か月間カナダで英語を聞き続けていたため、CASECのリスニングのスコアが上がりました。このことから、英語は日常的に聞き続けることが大事だと学びました。異文化経験の中で、とくにホストファミリーとの会話に苦労しました。ホストマザーはホームステイに慣れてはいましたが会話のテンポが速く、考えている間に次の質問が来たり、子供たちは話しかけてくれていても、砕けた日常会話に参加することが難しかったです。また、家のルールなどもあるのでなれるまでに時間がかかりました。行く前に、エージェントのかたが、初日に質問したほうがいいことなどをまとめてくださっていたので、とても役に立ちました。日本とカナダでは、お風呂の考え方の違いに驚きました。カナダでは、シャワーを浴びない日もよくあるし、小さい子供の場合は大人よりもはいらないとホストファミリーに聞きました。日本ではシャワーであったとしても毎日入ると伝えるとホストファミリーがとても驚いていて、特別に毎日入っていると許してもらいました。水が豊富で、ガスなどの設備が整っている日本ならではの習慣なのだと実感しました。カナダは、国籍、系統がバラバラで多国籍な国だと実感しました。電車のなかでも、どれがカナダ人の人なのかは見わけがつかないぐらいでした。住宅地であっても、日本風な飾りつけをしているところ、中華系、スパニッシュ系など様々で、街中でアジア人差別に合うこともなくとても過ごしやすいかったです。この海外研修を通して、英語圏だけでなく他の国々の人とつながれるツールとして英語がとても役に立ち、英語を喋れることでもっと世界が広がるし、コミュニケーションの楽しさを学んだので、言語学習にたいしてのモチベーションが上がりました。この意欲を忘れず勉強を続けていきたいです。また、異文化に触れるという貴重な体験をできたので、日本国内であっても人としての多様性、一人ひとりが持つ文化習慣を尊重するということについて考えることへ活かしていきたいです。最後に、私は研修が始まったとき話すことを躊躇して放課後遊ぶほどの友達はできなかったため、国社の日本人とずっと過ごしていました。それもそれで楽しかったのですが、英語の向上面と異文化コミュニケーションを考えるとたくさん海外の友達を作ればよかったと後悔しているので、次行く人は、人目を気にせず、アクティブに話しに行くことが大事だと思います。

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・ILAC 語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

私はトロントにある ILAC という語学学校に通いました。そこでは学生のほとんどが南米か日本、韓国というような印象を受けました。学校ではゲームをしながら英語を学ぶというシステムが多く楽しみながら学ぶことができました。また、日常生活では近くの公園に走りに行った時にサッカーをやっていた人たちに参加して一緒にサッカーをしたり学校が用意したアクティビティに参加をして楽しみました。日常の生活で他言語を話すことにおいて大事に感じたのはやはり聞く力だと感じました。多少単語がわからなかったり表現がわからなかったとしてもボディランゲージや他の単語を使って言いたいことを説明できますが、相手の言っていることが理解できないとそこから何も進まないのが特に重要だなと感じました。他にも異文化で大変だったことは公共交通機関の利用です。1人でトロントから片道3時間程の村に行った際にその地域で利用できる交通カードを所持しておらず、小銭もほとんどなかったのでバスに乗れないという状況でした。その時はバス停で待っていた人に話しかけて一緒に近くのお店まで行き、両替を手伝ってもらいましたが行く前にそういうことをしっかり確認しとけばよかったなと感じています。さらにカナダと日本の国際的な違いで言うと、チップの存在はとて大きいものでした。飲食店を例に挙げるとチップを支払う必要のないファストフード店では比較的、無愛想な接客をしており逆にチップが必要な普通のレストランでは過剰とも言えるほどの接客もありました。日本ではどこも同じレベルの良い接客をしてくれるのでチップの有無によってここまで変わるのだなと大変驚きました。また、カナダは様々な人種や国の人を受け入れており、現地に馴染んだ服装をしていると現地人として扱われ理解が深いのだなと感心しました。実際に1人で黒人の人たちが集まる地域で食事をした時に1人だけアジア人がいるという状況でしたがとても親切に対応してくれて特別に割引までしてもらえました。海外研修では度胸、環境適応能力、冷静な判断がすごい身についたと感じています。これで様々なことに物怖じせずになんでもチャレンジできるなと思っています。

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・ILAC 語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

私は8月5日から9月3日まで、約1ヶ月間、カナダの大都市トロントで過ごしました。現地では、語学学校のILACに通い、1日に3コマの授業を四週間受講しました。宿泊先は、現地の夫婦が運営するホームステイで、駅が近く、学校まで電車で約25分の距離でした。ホームステイ先では、台湾、韓国、ペルー、ロシア、ベルギー、イタリアからの留学生仲間と共に過ごしました。初めは言葉や文化の違いからくる緊張感がありましたが、少しずつお互いに話しかけるようになり、共通の興味や夢について語り合う中で、不安は次第に消えていきました。彼らが私が帰国する前にパーティを開いてくれたことが、この留学経験の中で最も印象深い瞬間でした。短い期間でしたが、彼らと過ごした1ヶ月は最も充実した時間でした。研修中に学んだ最も重要なことは、失敗を恐れず積極的に挑戦することでした。特に授業中は、積極的な発言が求められ、クラスメイトが頻りに変わるため、初対面の人とのコミュニケーションが欠かせませんでした。日本では受動的でいることが多かったのですが、外国での授業で他の生徒たちの積極性に触発され、自分も率直に意見を述べるようになりました。間違えてしまうこともありましたが、その度に丁寧に指摘してもらい、失敗を恐れずに学ぶ姿勢の大切さを痛感しました。また、学校が主催する課外交流会にも参加し、そこでさまざまな国からの友人を作ることができました。彼らとの会話は、出身国や年齢、研修期間の違いからくる課題を乗り越える良い機会でした。私は比較的流暢に英語を話せる自信がありましたが、英語のレベルが異なる人と話すことで、説明力を鍛える機会を得ることができ、さらにはスピーキングが上達しました。トロントはずっと行ってみたかった場所で、事前にある程度調査はしていましたが、日本とは異なる鉄道の少なさや遅延の頻度に驚きました。また、水質が硬水であることや湯の使用時間が制限されるなど、日本と異なる文化に触れることができました。この海外研修を通じて、失敗を恐れず、積極的に行動する重要性を学びました。さらに、異なるバックグラウンドを持つ人々と交流することで、偏見を持たずに対話し、少数意見を尊重することの大切さを実感しました。これは単なる語学留学に留まらず、人生全体において非常に有益な経験でした。

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・ILAC 語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

私は今回の短期海外研修でカナダのトロントへ行き、ILAC という現地の語学学校に一月間通いました。宿泊はホームステイ形式で、学校から一時間程度の場所で一月間過ごしました。ホストファミリーはフィリピン人の方で、非常に接しやすく優しい方でした。ILAC は日本、韓国、中国、台湾、トルコ、ブラジル、メキシコ、フランス、インドなど非常に多くの国から来ている人いて、いっしょに授業を受けているだけで文化の違いを感じることができます。基本的に同じ授業を受けている人たちと仲良くなり、放課後にいろいろな場所に遊びに行きます。定期的にクラスが変わるため、たくさんの人とかわることが出来ます。私が友達と放課後に行った活動の中で印象に残っていることは、ナイアガラの滝を訪れたこととオンタリオ湖でカヌーをしたことです。ナイアガラの滝は今まで見た滝の中で圧倒的に大きな滝で、言葉が出ないほど感動しました。オンタリオ湖でのカヌーは韓国人の友達と行い、貴重な体験ができました。外国語コミュニケーションで大事だと学んだことは、正しい英語じゃなくてもまず話してみることです。基本的に外国人はみんなフレンドリーなのでこちら側の話を聞いてくれました。そのため、つたない英語でもボディランゲージを使いながらまず話しかけて、外国人とのコミュニケーションをとる努力をすることが一番重要だと考えます。私の外国語能力はあまり上達したとは感じないですが、外国人と英語で会話することへの抵抗はなくなりました。異文化経験で困ったことは生活面での問題です。カナダの文化ではシャワーの使用可能時間や一週間に一回しか洗濯機が使えないということがあり、日本との文化の違いに最初は困惑しました。出発前から知っていた情報ではあったけれど、実際に現地で体験するとなかなかうまくいかないことがありました。日本とカナダの国際的な違いとして一番感じたことは物価の違いです。収入の違いもあり、カナダの物価は日本と比べると非常に高かったです。一回の昼食にも最低 1000 円はかかりました。また、食事の味も素朴で改めて日本の食事のクオリティが高いということを認識しました。前述のように学校内も学校外も様々な人種の人っていて、カナダの人種の多様性を感じました。今回の経験は今後の海外経験において外国人との会話に困ったときに非常に役立つと思います。最初は不安でしたが、思い切って話しかけることで非常に充実した海外経験を積むことができます。

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・ILAC 語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

(a) I attended ILAC Toronto School in Canada. ILAC is a language school with different levels for each class, allowing you to learn English that suits your level and steadily improve your skills. We stayed at a homestay and it took 50 minutes to get to school.

(b) In terms of daily life, everything from restaurants to public transportation was new and different from Japan, and I was able to feel the difference in culture. At school, I was able to make friends with people from various countries, so I hung out with people not only from Canada but also from Asia, South America, and Europe.

(c) I felt it was important to talk about it anyway. Although it is possible to learn English in Japan, there are not many opportunities to speak English in Japan. However, studying abroad provides an environment where you can immediately produce output. I was not very good at English conversation, but through my study abroad experience, the number of words and sentences I could speak increased gradually. My listening skills have also improved.

(d) The problem was understanding the etiquette of foreign cultures. There are many things that are common in Japan but are rude overseas. I should have known that in advance.

(e) People are generally open. It's normal to be talked to on the street or in a shop, and while Japan's culture is in a hurry, people overseas are more relaxed. I was shocked that there were no crowded trains even in the morning.

(f) I felt that there was no sense of being a foreigner. Canada is a country of immigrants, so a multicultural community is the norm, and we got along well at school regardless of nationality.

(g) Through my overseas training, I was able to look at Japan objectively. I want to calmly judge job hunting and the future of my life from a broader, multifaceted perspective.

(H) Don't be afraid. Japanese people have the image of being shy and timid from other countries. Foreigners will definitely be accepted. If you participate with confidence, keep an open mind and use this as a good opportunity to discover a new you.

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・ILAC 語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

私はカナダのトロントにある ILAC という語学学校で、約 4 週間の語学研修に参加しました。宿泊先は ILAC から電車で 1 時間ほど離れた場所にあるホストファミリー宅です。宿泊先にはフランスからの留学生もいて、ルームメイトと一緒に食事をしたり、学校に行ったり出かけたりしました。研修先では、様々な国籍や年齢の方と授業やアクティビティーなどを通して仲良くなることができました。先生やスタッフも温かい方ばかりでした。とくにスタッフの中には日本語で対応できる方もいて、現地に到着した頃は大変お世話になりました。慣れない環境の中で、いざという時に日本語で対応してくれる人が近くにいるという安心感もあり、留学生生活を存分に楽しむことができました。カナダでの経験で 1 番楽しかったことは、ナイアガラの滝ツアーに参加したことです。留学生向けに開催されたツアーで、多くの留学生と交流できました。天気にも恵まれ、クルーズ船からはきれいな虹を見ることができました。ナイアガラの滝は世界で行ってみたい場所の 1 つだったので、観光することができて本当に嬉しかったです。夜には滝の近くで花火も見ることができました。どの経験も楽しく充実したものばかりですが、このナイアガラの滝ツアーはとくに楽しかったです。海外研修期間で外国語コミュニケーションに関して学んだ最も重要なことは、言葉だけで意思疎通をはかろうとしないということです。カナダに到着したばかりの頃は、現地でのコミュニケーションツールは英語しかないのだという考えが大きく、自分の言いたいことを日本語から英語に変換して相手に伝えることで精いっぱいでした。そのため相手との意思疎通に時間がかかりましたし、コミュニケーションにおいて欠かせない表情や声のトーンなどに気を配ることもできませんでした。なかなか上手に自分の言いたいことを伝えることができず落ち込んだり、コミュニケーションの機会から逃げてしまったりしたこともありました。しかし表情や声のトーンの方に意識を向け、日本語でコミュニケーションをとる時のような話し方で伝えてみた時に、相手の表情に笑顔が生まれ、コミュニケーションをとることに楽しさを感じるすることができました。自分の言いたいことをすべて英語で再現しようとした時よりも、表情や声のトーンに意識を向けながら上手に言い換えたり最低限の言葉で表現したりした時の方が意思疎通しやすく会話が弾んだように感じました。コミュニケーションを活発にするのは言葉だけでなく、表情や声のトーンなども重要な要素になるということを実感し、この経験以降は積極的に英語でコミュニケーションをとることができるようになりました。実際に外国語能力が向上したかは不確かですが、海外研修前と比べたら英語でコミュニケーションをとることに対する抵抗は薄れたように感じています。私の異文化経験でのチャレンジは、留学 2 日目にルームメイトに連れて行ってもらったプールバーに 4 時間滞在したことです。日本人が 1 人もいない場で、慣れないクラブのようなテンションについていくことが非常に困難でした。このことに関して行く前に準備しておけばよかったと感じたことはありませんでしたが、海外のテンションに順応できる強さを持ったうえで参加することが大事だと感じました。日本とホスト国の国際的な違いとして、授業形態と自由度の高さ挙げられます。日本の大学での授業は座学がメインですが、カナダではゲームやプレゼンテーションなど、学生が主体となった授業がメインでした。授業中に飲食をすることや教室を出ていくことも普通のことと、このような点に大きな国際的違いを感じました。私の研修先は、ソーシャルダイバーシティに溢れた地域でした。そのため、日本よりも多様性に理解のある人が多いように感じました。私自身も差別的行為や言動を受けることなく、留学生として温かく見守られながら充実した留学生活を送ることができました。今回の海外研修の経験は、今後のコミュニケーションスキルの 1 つとして駆使できるように日々の英語学習に生かしていきたいと考えています。次の参加者の方にはホームレスに気を付けながら、ぜひ楽しんできていただきたいです。

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・ILAC 語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

(a) どこへ行きましたか？研修先および宿泊先について少し教えてください。(Where did you go? Would you tell us about your study abroad program and host institution as well as housing?)カナダのトロントホームステイ(ホストマザー・他の国の留学生 4 人)

(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なんですか？(What did you enjoy most in your daily life and/or in your experiences in classes and after-class activities on campus?)自分の知らない土地で海外の人とコミュニケーションを取ることが一番楽しかったです。初めて行く場所で不安ばかりでしたが、海外での生活に非常にワクワクした気持ちで過ごせたと感じています。

(c) 海外研修期間で、外国語コミュニケーションに関して学んだ最も重要なことは何ですか？ あなたの外国語能力は向上しましたか？もしそうなら、どのような点においてですか？(What is the most important thing you learned during the time of your study abroad in terms of foreign language communication? Have your foreign language proficiencies improved, and, if so, in what ways?)自分の語学力に自信を持ち、とにかく話してみることが大切だと思います。通じなかったらどうしようということは留学に行く人誰もが抱く悩みであると思います。しかし自分の人生で考えた際には短い海外生活であることがほとんどだと感じるので、この期間を大切にするためにも、単語を伝える・短い英文で自分の考えを伝えるなどの姿勢が英語力だけではなく帰国後のコミュニケーション能力向上にも繋がるのではないかと感じています。

(d) あなたの異文化経験でのチャレンジについて教えてください。困ったこと、あるいは難しかったことがありましたか？行く前に準備しておけばよかったことがありましたか？(Would you tell us about the challenges you met in your cross-cultural experiences? Please refer to what troubled you, or was difficult for you, if any, while you were there. Was there anything you wished you had better prepared for before going?)難しかったことは言葉です。例えば、英語で感謝の気持ちを伝えるときには「Thank you.」以外に表現が多くあるように、他の言葉にも言い換え言葉があると感じています。私自身、相槌や共感する言葉の種類が少なく、何度も同じ言葉で返すしかない場面が多くありました。自分の言葉のレパートリーを増やすと、いざとなったときに色々な表現で言葉を交わすことができ、さらに会話が弾むようになって感じました。

(e) 日本とホスト国の「国際的」な違いはなあ、と気づいたことはありますか？例えば、文化や習慣、大学の授業、人々の態度や行動、社会の仕組みの違い等です。(Did you find any “international” difference(s) between Japan and the host country, such as differences in terms of cultures and customs, university classes, people’s attitudes and behaviors, social organizations, and so on?)接客の働き方に違いが感じました。日本ではお客様ファーストなイメージがありますが、海外のカフェやレストランを訪れると、スタッフの方が話しかけてきてお客さんとスタッフの距離が近いです。お客さんにおもてなしの精神で接する日本の店舗も、お客さんとの関わりそのものを楽しむカナダの国のどちらも素敵だと感じています。

(f) あなたの研修先/宿泊先やその地域あるいは社会における多様性について、気がついたことがあれば、それを記述してください。(Did you find any diversity that exists within the host institution, its surrounding communities, or the larger society? If so, please describe it.)カナダは多国籍国家と呼ばれている通り、いろいろな国の方が生活しています。そのため、カナダのショッピングセンターのレストランやフードコートはいろいろな国に対応した食事スタイルをとっていました。どの国の人も過ごしやすいような生活づくりが国単位で行われていることが素敵だと感じました。

(g) 海外研修の体験をどのようにこれから活かすつもりですか？(In what ways are you planning to use what you gained from the study abroad experiences in the future?)この海外研修では、英語は言うまでもなく、自分のコミュニケーション能力向上や考え方も変化や成長を感じました。特に、自分の行動力が驚くほど身についたことは、なにか物

事を行う際に恐れない姿勢や積極性につながると感じるので、これからも大切にしていきたいです。(H) 次の参加者へのアドバイスはありますか? (What advice would you give to those who are planning to join the same program/study at the same school next year?)人生の中では短い海外生活になると思います。後悔のないように全力で楽しんでください!!!

研修期間	短期
プログラム (日程)	カナダ・ILAC 語学プログラム (2023/8/7-2023/9/1)

- (a) カナダのトロントにある ILAC に 1 か月間の短期留学プログラムに参加した。フィリピン人のホストマザーの家庭にホームステイさせていただき、メキシコやブラジル、コロンビアの留学生も同居し、彼らと食事を共にした。
- (b) 語学学校で知り合った友人とランチに行き、彼らの母国の食事にもトライする機会があった。親しくなったブラジルの友人に勧められブラジル料理を食べて、味付けが和食と全く異なるが、彼らの食文化を少しだけ理解できた。休日にミュージシャンが集うパブに行き、トランペットで一曲演奏させてもらったことも貴重な体験だった。シンガーの生まれた故郷も違えば、曲のジャンルも多種多様だったがどの音楽も素晴らしかったし、自分の演奏を称賛してくれてうれしかった。
- (c) 外国語のコミュニケーションで大事なことは自分の意見を伝えるということだと感じた。日本では言わなくても聞き手が文脈から言わんとすることを汲み取ってくれることがあるが、カナダでは「言わぬが花」ということが通用しなかった。この 1 か月の研修を通して自分の考えを相手に伝える能力が少し向上した。ブラジル人の友人はおしゃべり好きであると共に、よき聞き手になってくれた。彼らとお昼ご飯を一緒に共にしたり、授業後に遊びに行ったおかげで、自分の思っていることを英語で積極的に伝える練習をたくさんすることができた。
- (d) カナダでは様々なバックグラウンドを持つ方がいて、彼らの話す英語のアクセントも十人十色だった。そのため、何を言っているのか聞き取りにくい先生や友人がいて、彼らと話すときは何度か聞き返すことがあった。出国前に様々な英語を聴いて耳を慣らしておけばよかった。
- (e) カナダでは街中であった初対面の人でも親切をしてくれた。コインランドリーで洗濯をしようとしたが、洗濯機の操作方法が分からず困っていた時に 2 人の娘を連れなお母さんが声をかけてくれて一から丁寧に教えてくれた。日本では困っている人がいても、自分自身相手が気まづくなってしまうのかなという気分になって助けてあげる勇気が出しにくいのが、カナダの人々はとてもフレンドリーで、困った時はお互い様で力を貸しあうという文化があるように思えた。
- (f) 宿泊先のホストマザーはフィリピン出身だが、カナダに移住する以前はドバイにいたと言っていた。近所にもフィリピン人の方も暮らしているようで、カナダはダイバーシティに富んだ国であるということを改めて痛感した。
- (g) 海外研修を通して、英語を話すときは失敗を恐れるのではなく自分の意見を伝えようと努力することが大切だということを学んだ。スピーキング力を向上させるために英語で話すときは間違いを恐れず、積極的に話していきたい。
- (H) 1 か月は長いようであっという間に過ぎました。失敗することを恐れず、ぜひいろんな国籍、人種の人と仲良くなって語学力の面でも、文化的な理解の面でもたくさん勉強してみましよう。

研修期間	短期
プログラム (日程)	ベトナム・オンライン FPT 大学職業体験プログラム (2023/8/7-2023/9/8)

(a)研修先は、ベトナムのIT系の企業。宿泊先はオンラインだったため、自宅。

(b)ベトナム料理を作ったことです。

(c)外国語コミュニケーションに関して学んだ最も重要なことは、コミュニケーションのズレや理解が十分でないときはその都度確認するということです。英語でのコミュニケーションだったため、完全に理解できない時もありました。その時はわからないことをあやふやにするのではなく、都度質問することでお互いの信頼関係構築につながったと思います。授業やインターンシップのおかげで、外国語能力、特にスピーキングやコミュニケーション能力が向上したと思います。

(d) 異文化経験でのチャレンジは、授業の一環でベトナム料理を作ったことです。本場のベトナム料理を作ったことがなかったため、何が正解なのかよくわからないまま終わってしまいました。料理を自分で作ってみる前に、現地の方が作ったベトナム料理を食べておけばよかったですと後悔しました。

(e)ベトナムの人の温かさには、国際的だなあと感じました。何か困っていることはないか、というのを毎回すごく丁寧に親身になって話を聞いてくれました。

(f)研修先のIT系企業では、働いている方が現地の方だけではなく海外の方もいました。ベトナム版LINEのようなアプリで会社のグループにも入れてもらいましたが、そこでもベトナム語と英語の両方が公用語として使われており、多様性を感じました。

(g)培った英語力と、広い視野を就職先やアルバイトで活かして生きたいです。

(H)現地に行かないと異文化を体験することは難しいと思いますが、オンラインプログラムでも、英語力を伸ばしたり、異文化体験を経験できると思います。また、オンラインプログラムは、休暇中に海外研修以外で何かやりたいことがあるという方にもおすすめです。私はオンラインプログラムと就職活動を同時並行することができました。時間的にも比較的ゆとりがあるプログラムなので、気張りすぎずに参加できると思います。

研修期間	短期
プログラム (日程)	ベトナム・オンライン FPT 大学職業体験プログラム (2023/8/7-2023/9/8)

I participated in the FPT online study abroad program. In this program, I took English classes provided by FPT University, where I studied English and I interacted with Vietnamese students. I also had work experience at a Vietnamese company called A Better Vietnam. There, I made a Facebook post to promote the company. The most enjoyable thing about the program was when I communicated with my Vietnamese buddies during the classes. We talked about various things, such as Vietnamese culture, their hobbies, etc. It was a very good experience because I improved my English skills and gained more knowledge about Vietnam. The most important thing I learned by participating in this program was that you don't have to speak English perfectly when communicating with people. Even though I made a lot of verbal and grammatical mistakes when I had conversations during classes and work experience, the other person fully understood what I was trying to say. This experience enhanced my confidence in speaking in English. Not only my confidence was enhanced but my listening skills were also enhanced. Perhaps because I talked with people in English almost every day, I was able to comprehend almost all of what they said. After the program, I took the CASEC test and my score in the listening section was significantly higher than that of the last time. During the program, one of the challenges I faced was when the Vietnamese teachers, coordinator, and supervisor didn't be on time when I had meetings or classes. Although this firstly made me irritate a bit, I also found it interesting to face cultural differences. The international difference that I found is that Vietnamese don't mind not being on time, unlike many Japanese people. Another international difference is that they seem to be more friendly than Japanese people. They love to talk and interact more actively. I interacted with Vietnamese buddies during the class, and they talked very actively. Also, regardless of their position, company manager, teacher, or coordinator, they use a lot of emojis when communicating through social media like Line and Facebook. This program not only allowed me to learn about the differences between Japan and Vietnam but also the differences within Vietnam. I learned that Vietnam was a much more diversified country than Japan. Vietnamese people have taught me there are a lot of indigenous people in the country. Also, I learned that people from Ho Chi Minh City, and Hanoi talk and think differently. Indeed, the students from Ho Chi Minh City were more open and seemed to love talking with students from Hanoi. As I wrote, through the study abroad program, I gained confidence in speaking English and improved my listening skills, allowing me to communicate more smoothly, so I would like to have a career that allows me to use English. In addition, through my work experience, I mastered Canva, a software program that allows me to create presentations and posters, so I will use that software when I must create presentation materials. Finally, to whoever considering applying for the FPT online work experience program, I would like to say that although I think going overseas is the best in terms of language learning, you can still enhance your English ability through the FPT online work experience program if you actively participate in the program. So, I'd recommend you work hard during this program.

研修期間	短期
プログラム (日程)	ベトナム・オンライン FPT 大学職業体験プログラム (2023/8/7-2023/9/8)

私はベトナムの FPT 大学のオンラインプログラムに参加しました。プログラム中一番楽しかった経験は、現地の学生とただ雑談する時間です。一つ年下の学生とたくさん話す機会があり、ベトナムの若者文化だったり流行っているものを知ることができました。インターン期間中は、日本市場をターゲットにおいた商品の輸出を考えていくうえで現地消費者のニーズや消費行動に関する分析を行い、商品の売り込み方法を直接社員の方々に提案させていただく機会を設けてくださるなど、インターンという立場でありながらも企業の一員として働きました。具体的に Facebook の B 級グルメに関するグループに参加し、そのグループのメンバーのステータスを Excel で分析しました。その結果、ビジネスレベルの英語スキルを身に着けるだけでなく、このインターンシップを通して、消費者の購買行動を読み取る力を学びました。チャレンジングだった事は現地の社員のアクセントが聞き取りづらい事でした。そういう場合はチャット機能などを通じてコミュニケーションを取るよう意識していました。オンライン上でのインターンシップではありましたが、インターン先の社員との話し合いを通してベトナムと日本の消費者行動は様々な点で違いがありました。具体的に日本ではあまり屋台でご飯を食べることは日常的な事ではないですが、ベトナムでは非常に日常的な事です。また好む色や、色に対するイメージにも違いがある事がわかりました。国を越えれば言語、宗教、文化が異なるように、消費者の購買行動やニーズがそれぞれの国のバックグラウンドに基づいて変化しているため、ビジネスをしていく上で国ごとに消費者への異なるアプローチ方法が重要であることを学びました。この学びはこれから社会人になった時、クライアントのニーズに寄り添った価値提供を意識しながら働きたいです。次の参加者へのアドバイスは、積極的に発言・コミュニケーションを取りに行くことであるような学びがあると思います。

研修期間	短期
プログラム (日程)	ベトナム・オンライン FPT 大学職業体験プログラム (2023/8/7-2023/9/8)

(a)ベトナムのダナン市にある FPT 大学でインターンを行いました。インターン先の会社は「A Better Vietnam」という会社で、若者向けに格安でオンライン英会話を提供している NPO 法人でした。

(b)一番楽しかったことは FPT 大学のプログラムの一環でベトナム料理を作ったことです (インターンではないです)。あまり馴染みのない料理だったので作るのに時間がかかってしまいましたが渡航してない私にとってベトナム料理に触れることのできた良い経験でした。

(c)この研修を通して外国語コミュニケーションに関して学んだ最も重要なことは拙くても自分の意見を伝えてみることです。私はスピーキングがとても苦手で実際に自分の思うように伝えられなかった場面も多かったのですが、必死に伝えようとすると相手も聞いてくれようとしてくれるので、うまく伝えられなくても何か言ってみようという気持ちになりました。そういったコミュニケーションにおけるスピーキング能力とリスニング能力は向上したと思います。

(d)私の異文化経験で困ったことはオンラインなのでボディランゲージが使えなかったこととリスニングも苦手だったのでうまく質問が聞き取れなかったことです。行く前に準備したほうが良かったなと思うことは、参加前に簡単に単語帳が何かを軽く復習することです。

(e)これはかなり個人的な意見になってしまうのですが、日本よりかはベトナムの方が初対面でもだいぶきさくだったと思います。また、毎日ミーティングがあったのですが日本のミーティングだと真剣にやるイメージが強いのですがベトナムでのミーティングは終始和やかに行われました。日本の良さもベトナムの良さもどっちも感じられました。

(f)プログラム参加中にベトナムでもホーチミンの人とハノイの人で雰囲気は少し違うんだよと教わりました。思い返してみれば本当に何となくですが、ホーチミン市の人の方がすこし陽気でハノイの人の方がすこし真面目な気がしました。でも、それぞれ一人ずつしか話してないので彼らの性格のちがいののかもしれません。また、私が感じたベトナム国内の多様性として時間にたいする態度が違うと感じました。FPT 大学はたまたまミーティングの時間が遅れたりしましたが、インターン先ではそのようなことはありませんでした。

(g)海外研修で得た経験は「海外では英語は話せなくても楽しいけど話せた方がより楽しい」というものでした。なので、この経験を活かして日々の英語学習のモチベーションを高く維持したいと考えています。

(h)最初はオンライン留学ということで渡航型より得られるものが少ないと考えていました。しかし、実際に参加してみるとそのようなことはありませんでした。本当に素晴らしい経験が得られたと思います。最近特にリモートワークも多いので、働くとはどのようなものか、リモートワークはどのようなものなのか何となくですがわかったような気がします。自分たちで一から作ったポスターが SNS 上に掲載されているのは見ていて不思議な気持ちですが、それに対して人々がリアクションしてくれるのがとてもうれしかったです。このようなリアクションを実際に目の当たりにできるのはやはりネット上だからということもあると思います。インターン先の管理者はポスターのデザインについて少し厳しい方だったのですが、最後に考えたポスターデザインを一発で OK を出して頂けたことは、本当に嬉しかったですし、短期間で自分の成長を感じられて喜ばしかったです。オンラインの留学でもかなり内容は充実していますし、あの環境で日々成長できたこと個人的には思っています。これを見てくれた方が FPT オンライン型留学に興味を持っていただけたら幸いです。

研修期間	短期
プログラム (日程)	ベトナム・オンライン FPT 大学職業体験プログラム (2023/8/7-2023/9/8)

私は実際に海外に渡航してはいませんがオンライン型という形でベトナムの FPT 大学の職業体験のプログラムに申し込みました。実際には自宅で google meeting を使用してベトナムの企業のポスターなどを作成したりしました。一番楽しかったことはチームメンバーと協力してどのようなポスターを作成するか、いつまでに作成するかということを英語で話し合っで決めることです。今までの人生では英語を勉強することはあっても実際に英語を使用して物事を決めるといったような経験はしてこなかったのが楽しかったです。海外研修期間で外国語のコミュニケーションについて学んだ最も重要なことは頑張っで伝えてみるということが大切だということです。意外と自分が思っていることをうまく表現できなくても相手がかみ取っでくれることがあります。英語をただ勉強するだけでなくこういっで場で実際に英語を使っで表現してみることはとても有意義だと感じました。海外研修の期間は一か月しかありませんでしたが、私の外国語能力は向上したと感っでています。主にリスニング能力が向上したと感っでています。海外研修の中でコーディネーターの指示をしっかりと聞いて実行しなければならなかったのが注意深く相手の発言を聞き取る力が向上したのではないかと思っでいます。私の異文化で困っでたことはスケジュールに対する意識が日本とかなり異なるということです。日本ではスケジュールを早い段階で決めて変更などはあまりすることがありませんが、海外研修ではスケジュールが決まるのが遅く、急な変更が何回かありました。自分の国とホスト国との国際的な違いを感っでたのは文化の違いです。ベトナムの料理を作っでみようといっでた授業があっでたのですが、食べているものが見た目的にもかなり違っでなと感っでました。研修先における多様性について、様々な国の生徒を受け入れていることが分かりました。今回の海外研修の体験をこれからのキャリアについて生かそうと考っでています。具体的には、仕事で英語を使っでた仕事などを積極的に受け入れたり、国際的な会社で働くことを視野に入れたりしようと思っでています。つぎの参加者へのアドバイスはオンラインでも目標をもっで臨めばいくらでも得ようとするものが得られるということです。

研修期間	短期
プログラム (日程)	ベトナム・渡航型 FPT大学職業体験プログラム (2023/8/7-2023/9/8)

ベトナムのダナンに行きました。研修先はFPTが運営しているFPT Education Globalというところでした。研修内容はFPTが企画している学生向けのプログラムの改善でした。様々なアクティビティーを通してより良いプログラムを作るにはどうしたら良いのかを考え、提案しました。宿泊先は現地のホテルでした。部屋は広く、朝食が付いていて、ホテル周辺にはコンビニや薬局などがあったため1ヶ月間快適に過ごすことができました。研修期間中1番楽しかったのは研修先の方とご飯に行ったことです。仕事が終わった後に現地のおすすめのお店に行ってお飯を食べながら色々な話をしたことが印象に残っています。外国語コミュニケーションにおける重要なことは自分の伝えたいことは諦めずに伝え続けることだと学びました。ジェスチャーや言い方を変えることで相手が理解してくれたときにコミュニケーションが取れているという実感を得られました。研修を通してコミュニケーション能力が上がったように感じます。ベトナムも日本と同様に英語が第1言語ではないため、現地の人のようにグラマーなどを気にせず伝えたいことを伝えることを意識し始めてからコミュニケーションが楽しくなりました。ベトナムは時間にルーズなところがあり、バスや電車などが定刻通りに来ないことが日常で少し困りました。働く場合も同様に、出勤・退勤の時間が明確でないため研修当初は困惑しました。ベトナムで感じた日本との違いは時間の流れです。先ほど述べたことと似ていますが、ベトナムの人は時間を気にしない人が多いです。そのため東京のように早歩きする人はほとんどいないですし、常に時間を気にするような人もいないです。マイペースで自分の時間を生きている人が多いというのが日本との違いだと思います。働き方に多様性があると感じました。タイムスケジュールがないことはもちろん、場所によっては私服で働くことができたり、煙草を吸いながら働いていたりすることができるのがベトナムの働き方です。この研修で得た経験をキャリア選択に活かしたいと考えています。研修に行く前は日本で働くことしか考えていませんでしたが、1ヶ月間過ごしてみて海外、特に発展途上の国で働いてみるのも良いと思い始めました。あくまで1つの選択肢であるため、キャリア選択の1つの可能性として活かしたいと思います。言語関係なくコミュニケーションするのが苦手な私でも1ヶ月間、日本以外の土地で生活できたので考えすぎずに研修を楽しむことが大事だと思います。

研修期間	短期
プログラム (日程)	ベトナム・渡航型 FPT大学職業体験プログラム (2023/8/7-2023/9/8)

ベトナムのダナンという都市に1カ月ほど滞在しました。内容は1週間ビジネス英語の授業を受けたのち、4週間現地の企業で職業体験を行うというものでした。ビジネス英語はFPT大学という大学で現地のバディと共に授業を受け、研修先はFEG (FPT Education Global) というFPT大学内の機関 (学習院大学という国際センターのような機関) で、FPT大学の学生と他国の学生を繋げるための仕事を手伝っていました。宿泊先はNostalgia DS hotel という3つ星ホテルで日本の他大学の学生も沢山泊まっていたので、ホテル内は日本のようでした。授業を受けている週は、休み時間にみんなで食堂に行ったりデリバリーを頼んで、クラス全体でご飯を食べるのが1日の中で1番楽しい瞬間でした。研修中の休日に上司と他のインターン生と一緒にサップをしながら日の出を見たことが今でも鮮明に残っています。このプログラムに参加するまでは、母語が異なる人と会話する時は英語力が一番重要だと思っていました。ですが、相手に何かを伝えたいという気持ちが一番ベースになるのだと考えが変わりました。ビジネス英語の授業がほぼ毎回スライドをつくってグループで発表するプレゼン形式の授業が多かったのでその準備が大変でした。大変だった分、英語で相手に意見を伝えるという力が1週間でかなりついたと思います。そのため、英語力に関しては、スピーキングおよびコミュニケーション力が向上したと思います。現地で苦労したことは、企業や大学の人は英語が堪能でしたが、現地の人は想像よりも英語が伝わらず、どうコミュニケーションを取ればいいのか困りました。Google 翻訳を使ったり、指で数字を示したり、ボディランゲージを駆使しました。英語の勉強を欠かさずに行っておけば、もっと上司とも色々な会話ができただろうかと思っています。日本との違いは、マレーシアやブルネイといったイスラム系の国から来ている人が多くいました。そのためか分かりませんが、ヴィーガン料理のお店や食べ物が日本よりも多くあった印象です。遊園地に併設されているホテルに間違えて入ってしまったときにも、イスラム系の人のお祈りの場所があったので、日本よりも多国籍な様子を感じました。ビーチや海で泳いでからそのまま水着で町中を歩いている人もいて、露出の多い服を着ても全く視線を感じなかったのも文化的な違いを感じました。よく日本人は英語を話せないと言われるますが、それは英語力の欠如というよりも伝え方が分からない、コミュニケーション能力が足りていないという現実を痛感しました。今回得た経験を通して、とにかく自分の考えを伝えること、そして伝えるための自分の考えというものを持つことを意識していきたいです。ベトナムは公用語が英語ではないので、英語の勉強に不適と思う方もいますが、第2言語を学ぶ者同士共感できることもあったり、1カ月では想像できないほど多くのことを経験できます。語学研修では物足りない方、何か新しいことをしてみたい方、言語の壁を乗り越えたい方は是非参加してみてください。