2025 年度春学期派遣交換留学修了届

※HP 上で公開しますので、個人情報記入しないようにしてください。

私は海外協定校に派遣され、この度交換留学を修了しましたので、下記のとおりご報告いたします。

■基本情報

留学先国	オーストラリア
留学先大学	グリフィス大学
形態	☐ 国立 ☒ 公立 ☐ 私立 ☐ その他
学年歴（留学先大学の年間スケジュール）	※記入例 1 学期：9 月中旬～1 月中旬、2 学期：1 月下旬～6 月中旬 1 学期：3 月上旬～6 月中旬 2 学期：7 月上旬～10 月下旬 3 学期：11 月上旬～2 月中旬
学生数	約 45,000 人
創立年	1971 年
留学先での所属学部	Griffith English Language Institute
留学時の学年	3 回生
留学開始・終了時期	2025 年 3 月 10 日～ 2025 年 6 月 30 日（4 カ月）

■留学先での生活について

<p>① 大学がある町やキャンパスの雰囲気はどうでしたか？</p> <p>グリフィス大学の語学学校（GELI）ブリスベンキャンパスは、ブリスベン中心部に位置しています。町全体がとても開放的で暮らしやすい雰囲気でした。都会的なビル街でありながら、川沿いにはカフェや公園があり、リラックスできる環境が整っています。</p> <p>キャンパスはビルの中にあり、とても清潔感がありました。教室や共有スペースは快適で、共有スペースにはビリヤード台と卓球台があり、そこで友達と親睦を深めることができました。</p> <p>また、近くには図書館やショッピングセンターもあり、放課後に友達と出かけたり、自習したりと、</p>
--

充実した学習・生活環境が整っていたと感じます。
② 留学中はどこに住んでいましたか？
a. 大学寮 (): 何人部屋でしたか (人) b. アパート (): 何人部屋でしたか (人) c. ホームステイ (○): 何人部屋でしたか (1 人) d. その他 (): 具体的に:
③ 住環境はどうでしたか？
<p>ホームステイ先の住環境は、とてもよく整っていました。ホストマザーは非常に優しく、私の他にもう一人留学生がいましたが、それぞれに個室と勉強机が用意されていました。ホストマザーは常に同じ国籍の生徒を二人受け入れる方だったので、もう一人の留学生も日本人でした。授業の時間帯が異なったため、家で会う機会は少なかったものの、彼女の存在はとても心強かったです。</p> <p>ホストマザーは料理が大好きで、毎食とても美味しいご飯を作ってくれ、手作りのスイーツまで振る舞ってくれました。オーストラリアのことやホストマザー自身の話など、私の英語力はホストマザーとの会話によって一番成長したと感じています。</p> <p>私のホームステイ先には特にハウスルールがなく、洗濯やシャワーなども自由に使うことができました。</p>
④ 現地のインターネット環境はどうでしたか？
<p>学校のインターネットは問題なく使えていました。しかし、ホームステイ先のインターネットがまれに切れることがありました。</p>
⑤ 食事はどうしましたか？
a. 大学・寮のミールプラン () b. 主に外食 () c. 自炊と外食が半々程度 () d. その他 (○) 具体的に: ホームステイ先での食事
⑥ 留学先で他の留学生や現地学生とどのように交流を深めましたか？
<p>授業がスピーキング中心だったので、授業中の交流を通して仲を深めることができました。</p> <p>また、学校がブリスベンの中心地にあつたため、どこへ行くにもとても便利で、放課後にランチに行ったりすることでも友人との仲を深めることができました。</p> <p>大学のキャンパスと語学学校が別の建物だったので、現地の学生と交流することはできませんでしたが、他国から来た留学生とは週末に遊びに行ったりすることで交流を深めました。特にそれぞれの国の文化やイベントの話題は非常に盛り上がり、自分が知らなかったことを知るきっかけにもなったので、最もスムーズに交流できたと感じています。</p>
⑦ 余暇や長期休暇はどのように過ごしましたか？
<p>余暇は積極的に外に出て、スポーツ観戦を楽しんだりしていました。外出するだけでなく、ホストマザーとお菓子作りをしたりもしていました。オーストラリアにはコアラやカンガルーなど、日本ではなかなか見られない動物がたくさんいるため、たくさんの動物園を訪れることができ、そこで動物たちと触れ合えた経験はとても印象深いです。</p> <p>長期休暇には、シドニーやメルボルンといったオーストラリアの主要都市へ旅行しました。そこで</p>

歴史を学んだり、アボリジニ文化に触れたりすることができ、大変貴重な経験となりました。

⑧ 健康管理や危機管理で注意したことについて、アドバイスがあれば具体的にお願いします。

早寝早起きを心掛け、三食しっかりと食べることを意識しました。
危機管理として、携帯などは手に持つことを避け鞆に入れるようにしていました。

⑨ 文化、習慣、宗教の違いなど、生活全般（衣食住）に関するアドバイスがあればお願いします。

土足で家に入る文化は知っていたものの、実際に経験すると最初は戸惑いがありました。ホストマザーは家の中でも外と同じ靴を履いていましたが、私は家用のサンダルを準備することで外と中を分けていました。気になる場合は持って行った方が良いと思います。

ホームステイの食事に関しては、一回に出される量が多いので、自分が無理なく食べられる量を伝えることが大切だと思います。

加えて、食生活についてですが、外食は高めです。シェアハウスや寮で暮らしている留学生はほとんどが自炊をしていました。セブンイレブンはありますが、日本に比べてとても高く、手軽に食べられるものはあまり売っていませんでした。アジアスーパーもあり、高いですがアジアの食材も手に入るので、工夫すれば日本食も作れます。

私が滞在していた時は朝と夜の気温差が激しかったので、持参する服は長袖半袖に加えて薄手の羽織があると便利だと感じました。

⑩ どのような保険に加入しましたか。() に○をつけてください。

- a. 留学先大学が指定した保険 ()
b. 個人の保険のみ ()
c. 大学指定の保険と個人保険の両方 ()

⑪ 予防接種は必要でしたか。() に○をつけてください。

- a. はい () 具体的に：
b. いいえ ()

⑫ 現地で病院に掛かったことはありましたか？

ありませんでした。

⑬ 大学内の医務室・診療所（附属病院など）で医療サービスを受けることは可能でしたか？

私は受けなかったのですが、学校のすぐ隣に加入している保険が適応される病院がありました。語学学校内には医務室などはなかったです。

⑭ 学内外で問題があった時には誰に相談しましたか？留学先に相談窓口はありましたか？

私はよくホストマザーに相談していました。学校には授業を受け持っていない先生がおり、その先

生が留学生をまとめていたので、その方に相談できる体制が整っていたと思います。

⑮ 現地での危険情報をどの様に収集し、どのような防犯対策をしましたか？

危険情報はホストマザーから教えてもらったり携帯で検索したりしていました。防犯対策として、貴重品などは必ず鞆の中に入れていました。

■留学先での学習について

① 留学先で履修した科目・時間・授業内容について教えてください。

※ 詳細は別紙「学習・研究活動レポート」に記載をお願いします

授業では、リーディング、リスニング、ライティング、スピーキングの4技能を学びました。ライティング以外の3技能は1日の授業内で必ず行われ、特にスピーキングの時間が最も長く設定されていました。

授業時間はレベルによって異なりましたが、私は午前8時30分から午後13時まで授業がありました。このうちの10時30分から11時までの30分間にお昼休憩が設定されていました。

教材として紙のテキストはなく、すべてOneNoteにまとめられていたため、常にパソコンを使って学習していました。毎週、環境問題や健康問題といった大きなテーマが設定され、4技能すべての内容がそのテーマに沿ったものでした。ライティングでは、40分間で200語までの意見文を書いたり、250語までのエッセイを作成したりしました。また、毎週金曜日にはライティングテストが実施されました。

② 授業履修の際に、注意したほうがいいことがあれば、なるべく具体的に教えてください。

語学留学のため、自分自身で履修を組むことがなかったので得にありません。

③ 授業に関して、困ったこと、うまくいったこと、努力したことなど、教えてください。

授業で特に困ったことは、留学生同士での会話でした。お互い英語を学びに来ているため、言いたいことがうまく伝わらなかったり、誤解が生じたりすることが多々ありました。

また、英語で英語を説明されることや、日本の授業とは異なりどんな些細なことにも意見を求められることが多く、これまでの学習経験とは違う形式に戸惑いました。しかし、回数を重ねるうちに英語にも授業スタイルにも慣れていき、聞かれなくても自分の意見を積極的に考えるようになりました。この経験を通じて、英語力だけでなく思考力も成長したと感じています。

授業についていくために、私は積極的にホストマザーと話すようにしました。その日の授業内容を話したり、それに関して自分の考えを伝えたりすることを毎日行っていました。ホームステイをしている利点を最大限に生かし、授業中の英語で困らないよう努めました。

■留学前後の外部語学試験の成績・資格試験の実績について

① 外部語学試験

〔留学前〕 TOEIC470点	〔留学後〕 TOEIC620点
--------------------	--------------------

English		英語
科目設置学部・研究科	GELI	
履修期間	2025年3月17日～2025年6月27日	
単位数		
本学での単位認定状況		
授業形態	対面	
授業時間数	週 20 時間	
担当教授	1 ターム目 Jo (月水金) / Cole (火木) 2 ターム目 Rowena (月水金) / Jo (火木) 3 ターム目 Andrew (月水金) / Michelle (火木)	
授業内容	スピーキング	
試験・課題など	5週に1回テスト	
学習成果 (自由記入)	話す力はもちろんのこと、問題に対して深く考え、それを言葉にする力が身についたと感じています。	
履修した授業科目名 (留学先大学言語) :		履修した授業科目名 (日本語) :
reading		リーディング
科目設置学部・研究科	GELI	
履修期間	2025年3月17日～2025年6月27日	
単位数		
本学での単位認定状況		
授業形態	対面	
授業時間数	週 20 時間	
担当教授	1 ターム目 Jo (月水金) / Cole (火木) 2 ターム目 Rowena (月水金) / Jo (火木) 3 ターム目 Andrew (月水金) / Michelle (火木)	
授業内容	リーディング	

試験・課題など	5週に1回テスト、課題は毎日
学習成果（自由記入）	毎週、環境問題や貧困といった現在世界で問題となっているテーマが設定されていたため、リーディングを通して世界の現状や課題についても深く知ることができました。

■学習・研究活動レポート

履修した授業科目名（留学先大学言語）：	履修した授業科目名（日本語）：
listening	リスニング
科目設置学部・研究科	GELI
履修期間	2025年3月17日～2025年6月27日
単位数	
本学での単位認定状況	
授業形態	対面
授業時間数	週20時間
担当教授	1ターム目 Jo (月水金) / Cole (火木) 2ターム目 Rowena (月水金) / Jo (火木) 3ターム目 Andrew (月水金) / Michelle (火木)
授業内容	リスニング
試験・課題など	5週に1回テスト、課題は時々
学習成果（自由記入）	TOIECの点数を見て、リスニングの点数が飛躍的に伸びていたため留学の成果を実感しています。
履修した授業科目名（留学先大学言語）：	履修した授業科目名（日本語）：
writing	ライティング
科目設置学部・研究科	GELI
履修期間	2025年3月17日～2025年6月27日
単位数	
本学での単位認定状況	
授業形態	対面

授業時間数	週 20 時間
担当教授	1 ターム目 Jo (月水金) / Cole (火木) 2 ターム目 Rowena (月水金) / Jo (火木) 3 ターム目 Andrew (月水金) / Michelle (火木)
授業内容	ライティング
試験・課題など	5週に1回テスト、授業内で書き終えることができなかった場合にのみ課題
学習成果 (自由記入)	高校生まで行っていたライティングは、自分の思ったことや意見を述べるだけでしたが、留学ではエッセイの書き方を学ぶことができたので、一つ上のレベルに進めたと感じています。

■留学費用について

		現地通貨：AUD	円換算： 100 = ¥
留学費用項目	現地通貨	日本円 (換算)	その他 (備考欄)
授業料	6,152	615,200	
滞在費	6,600	660,000	平日朝夜、休日朝昼夜の食事つき
食費	800	80,000	外食合計
図書費			
学用品費			
教養娯楽費	5,000	500,000	国内旅費含む
被服費	100	10,000	
医療費			
保険費	720	72,200	学校指定保険 + 上乗せ保険
渡航旅費 (航空運賃・空港税など)	1802	180,200	
雑費			
その他	2,309	230,900	ビザ取得費
その他			
その他			
合計	23,485	2,348,500	

以上