

## T. H. 食物栄養学科 食物科学専攻・3 年次生

### I. 留学レポート

#### ① 協定留学を目指した理由

高校 3 年生の時、英語が最も苦手な科目だったため、克服するために学校外での英語学習を始めました。同時に、将来に対する不安を抱えていたことから、人生の選択肢を広げる手段として留学を目指すことを決意しました。留学先では大学で、本格的に現地の授業を受けながら学びたいと考えたため、協定留学の制度を活用することを選びました。

#### ② 留学を目指してから出願までの語学学習方法

IELTS 公式の問題集を 3 冊使っていました。解説の多い教科書型のものよりも、問題を数多くこなす勉強法のほうが私には合っていました。ライティングやスピーキングは、チャット型 AI を活用したり英会話レッスンを活用したりしました。

#### ③ 留学決定から出発までの準備期間にしたこと

##### ◆ 語学学習法

主にネイティブの会話スピードやイギリス英語の発音に慣れるため、ポッドキャストを活用してリスニングの練習をしました。また、英語のニュースや映画を視聴し、実際の会話表現やイントネーションを学ぶように心がけました。

##### ◆ ビザ申請方法

自分で公式ホームページから申請予約を行い、大阪のビザセンターで手続きをしました。しかし、申請時には分からないことも多く、渡航時にトラブルが発生してしまいました。そのため、スムーズに手続きを進めるためには、代行業者を利用するのも 1 つの選択肢だったと感じています。

##### ◆ その他

渡航準備として、引っ越しやパッキングに多くの時間を費やしました。また、現地で留学を経験した友人や先輩に助言をいただき、持ち物の選定や現地での生活に関する情報を集めました。

#### ④ 現地到着後

##### ◆ 空港から滞在先までの移動手段、所要時間

ロンドン到着あと 2 泊してから留学先のリーズへ電車で 2 時間半ほどでした。リーズでもホテルに 2 泊してから入寮となりました。

##### ◆ 現地でのオリエンテーション期間中にしたこと

履修登録後の 1 週間は履修変更が可能でしたが、変更を希望した科目は満席であることが多く、メールで交渉して残りの一科目を決定しました。私の場合は Pre-sessional 期間があり、その間に E メールアドレスの受け取り、寮費の支払い、学生証の発行などの手続きを行いました。

◆ **その他必要な諸手続き方法**

BRP カード（イギリスの滞在許可証明カード）を取得するための手続きを公式の案内に従ってする必要がありました。（現在カードは廃止され、デジタルカードとなっています。）口座開設は行っていませんが、開設のためには日本のマイナンバーカードなどの身分証明書類が必要なことがあるそうです。

⑤ **語学研修期間**

◆ **語学研修先の施設・環境について**

夏季休暇中は、大学内の言語学習オフィスや関連の学習室があるフロアで学習を行いました。研修は少人数制のクラスで構成されており、他のクラスとの交流の機会も多く設けられていました。先生方は非常に親しみやすく、学習面だけでなく、生活面の相談にも乗ってくださいました。そのため、学ぶ環境として非常に充実しており、安心して学習を進めることができました。

◆ **授業内容、課題、試験**

授業では、大学で求められるアカデミックな文章力や文法、専門的な単語を重点的に学びました。特にライティングのスキル向上に力を入れており、論理的に文章を構成する方法を学ぶ機会が多くありました。卒業試験としてライティングの課題があり、この試験に合格しなければ学部の授業に進むことができません。ただし、すでに必要な IELTS のスコアを取得している場合は、この試験の影響を受けることは少なく、基準を満たしていればスムーズに学部課程へ進むことが可能でした。

⑥ **正規科目履修期間**

◆ **大学の施設・環境について**

私が留学した大学は、広大で充実した施設を備えていました。キャンパス内には複数の図書館があり、そのうちのいくつかは 24 時間利用可能で、試験期間中には特に多くの学生が利用していました。学習スペースは個人ブースやグループワーク用のエリアなど多様に整備されており、集中して勉強する環境が整っていました。

◆ **履修科目について**

・ MUSS2124 British Music and National Identity

履修した科目の中で唯一 2 年生以上に向けた講義であり、難易度が高めでしたが関心があったため履修を決めました。リーディング課題の量も多かったですが、先生の講義はわかりやすく、質問にも丁寧に答えてくださいました。

課題としては、読書レビューと分析エッセイを書く課題があり、特にエッセイでは音楽作品を分析しながら、文化的・歴史的な影響を考察することが求められました。

・ **MUS1002 Materials of music**

この講義は 4 つのセクションに分かれており、授業数が多く実践式のものもあり、非常に充実していました。アフリカ音楽、西洋音楽、インド音楽、電子音楽といった多様な音楽ジャンルについて、それぞれの分野の専門家から直接学ぶことができ、音楽の幅広い背景を理解することができました。また、理解度を確認するための小テストがオンラインで受けられ、リアルタイムで自分の学習進捗をチェックできました。最終的には、ポートフォリオの課題を通して、学んだ内容を総括的に振り返り、自分の理解を深めることができました。

・ **MUS1132 Film Music**

この講義はセミナーとディスカッションを中心に進められ、実際に映画を観る時間もありました。映画の音響における工夫や、音楽と効果音の使い方について深く学ぶことができました。特に、アニメーションの効果音作りに携わっている専門家の話を直接聞くことができ、音響の重要性や制作過程についての理解が深まりました。映像作品制作や音楽、効果音に興味がある人には特におすすめの講義です。

⑦ **クラブ、課外活動、ボランティア活動**

ユニオンには多くのクラブ活動やボランティア活動があり、参加できるイベントもたくさんあります。日本人コミュニティもあり、さまざまなイベントが開催されているので、友人たちは多様なソサエティで活動していました。私の場合は、地域の教会で開催される国際学生向けのイベントに参加することが多く、そのコミュニティで過ごす時間が多かったです。週に 2 回のフリーフードやクリスマスなどのイベントもその一環としてあり、楽しく過ごしました。教会では大学生だけでなく、さまざまな年代の人たちと交流できるため、とても安心感を持つことができました。

⑧ **現地での住まいについて**

◆ **語学研修期間**

語学研修期間中は、語学学校の決まりで **Central Village** という寮に住んでいました。部屋は個室で、風呂とトイレが完備されており、広々として快適でした。フラットメイト（日本でいうシェアメイト）は主にアジアからの留学生で 5~6 人用のフラットでした。キッチンが共用ですが、食事は自炊で対応しました。寮の立地は街の中心部に近く、コンビニも徒歩

圏内にあり、非常に便利でした。また、ランドリーも完備されており、共用スペースでビリヤードや卓球をすることもできました。生活面ではとても快適で、周辺環境も整っていて便利でした。

#### ◆ 正規科目履修期間

正規科目を履修している期間中は、Lupton Residences という寮に住んでいました。この寮から学校まではバスで 15 分ほど、徒歩だと約 30 分かかります。部屋は、キッチン、バス、トイレが共用で、Central Village よりも若干狭めでした。自炊式を選択し、寮の近くにはスーパーがあり、日常の買い物には困りませんでした。道中にはパブもあり、週末は賑やかで少し騒がしいことがありました。寮内の治安については、時間によっては少し不安を感じることもありました。寮費は比較的安価で、予算に優しい選択肢でした。

#### ⑨ 長期休暇の過ごし方

長期休暇中は、友人と一緒に旅行に出かけることが多かったです。主にリーズブラッドフォード空港やマンチェスター国際空港から LCC を利用して、近隣の国々への旅行を楽しみました。リーズからは移動が非常に便利で、電車を使えばイギリス国内の多くの都市にも簡単にアクセスできたため、個別に一人で国内旅行に出かけることもよくありました。

12 月のホリデー期間はクリスマスマーケットなどが各地で開かれており、クリスマスイブ以前であれば公共交通機関での移動にも困りません。クリスマスから年明けまでは電車やバスがなかったりスケジュール変更があったりするのでリーズでクリスマスパーティーなどに参加して過ごしました。

#### ⑩ 留学期間中の就職活動の取り組み

留学中の就職活動に関しては、ジャパニーズソサエティ主催の企業説明会に参加しましたが、主に私の卒業年次（27 卒向け）にはあまり関係のないイベントが多かったため、特に積極的には活動していませんでした。当年次での卒業、もしくはその次の年度で卒業する学生向けのものが多いです。友人の中には、2 月に予定されている「ロンキャリ（ロンドンキャリアフォーラム）」に向けて準備を進めている人もいました。

## II. 留学の感想

### ① 留学中で楽しかったこと、最も思い出に残っていること

留学中で最も楽しかったことは、教会やグローバルカフェで出会ったさまざまな方々と食事を共にし、交流することができたことです。特に、人生の先達たる方々とお話しする中で、将来に対する希望や新たな視点を獲得することができました。教会でのコミュニティでは、異なる価値観や考え方に触れ、私自身の視野が広がったと感じています。

## ② 留学中でつらかったこと、最も苦労したこと

生活リズムがフラットメイトと異なり、寝不足が続きました。フラットメイトの生活音や夜遅くまでの活動が原因で、十分に休むことができませんでした。注意をし、寮のオフィスに相談して注意喚起のメールを送ってもらうなどの対策を試みましたが、夜中の過ごし方や共有スペースの使い方に対する考え方が合わず、結局、近くのホテルに宿泊することが多くなりました。

## ③ 文化・習慣の違いなどで驚いたこと

大規模な大学であったため、多くの10代・20代の学生と関わる機会がありました。彼らの友人との遊び方やお酒の飲み方について話を聞く中で、そのテンションの高さに驚かされました。個人的にはそうした雰囲気あまり快適さを感じることはなく、若年層が多く集まる場にはほとんど行きませんでした。友人によると、大学内で開催されるパーティーやイベントは比較的安全に楽しめる環境が整っており、多くの日本人留学生たちも参加しているようでした。イギリスにはクラブ文化が根付いており、日本では気軽に楽しむことのできない空間を楽しむ留学生も多いようでした。

## Ⅲ. 留学希望者へのアドバイス

### ① 留学先大学の良かった点、悪かった点

留学先の大学では、留学生が多いため、留学生をサポートするシステムが充実しており、安心して過ごすことができました。また、ロンドンなどの大都市に比べて物価が安く、治安も良いため、学生にとっては非常に過ごしやすい環境でした。特に、生活費の負担が少ない点は大きな魅力で、学業に集中しやすかったと感じています。

悪かった点としては、日本と比べると治安が良いとは言えない部分がありました。また、大学内でイベントも行われており大学構内には学生以外の人々も簡単に出入りできるため一部違う目的で訪れる人もいることがあり、完全に安心しきることは避けた方が良く感じました。言語パートナーなどに登録している人であっても安易に信頼することは避けた方が良く感じます。

### ② 日本から持って行って、特に役に立ったもの

パソコンは持参していることを前提としているため必要です。又スマホの充電器や変換器など電子機器周辺製品は、現地で買うと日本で買うよりも高くつくので持っていくことをおすすめします。

### ③ 語学力の向上等、留学の成果、留学前と後で変わったこと

「同年代」「学生」「日本人」といった共通点があっても、留学中に体験する出来事や感じる印象は人それぞれ異なることを実感しました。この経験を通じて、先入観や噂に流されることなく、自分自身の経験を大切にしようと思うようになりました。

英語については、学問的な英語ではなく、実際にコミュニケーションを円滑にするための英語を多く使うことになり、言語の重要性を再認識しました。その中で、心地よい人間関係を築くために英語を習得したいと強く考えるようになりました。

#### ④ これから留学をしようと思っている後輩へのアドバイス

英語を上達させるために日本人との関わりを減らしたいと考える方もいるかもしれませんが、ストレスをためすぎないことも大切かと思います（特に住居選びは重要です）。気軽に周囲の人々に相談したり、サポートサービスを積極的に活用したりして、自分自身の生活を大切にしてください。リーズ大学は本当に多様な人々が集まる学校なので、もし自分に合わないと感じるコミュニティがあったとしても、他に自分らしく過ごせる場所は見つかると思います。さまざまな人々と交流し、自分らしい留学生活を送れることを心から願っています。

### IV. 将来の目標

#### 今後の進路、将来の目標・夢

留学経験を通じて、さまざまな進路や人生のあり方を知ることができました。その中で、他人の理想的な人生に惑わされることなく、自分らしい将来設計を立てていきたいと考えています。自分の価値観や目標に基づいた道を歩んでいけるよう、今後も柔軟に成長していきたいと思っています。

### V. 写真



クリスマス前に友人宅で開かれたクリスマスパーティーの写真です。夕食をみんなで楽しみながら様々な会話を楽しみました。人が少なくなるホリデーシーズンに寮に残る留学生など寮生にむけて各家庭がクリスマスパーティーを企画してください。