

都立大の留学スタイル丸わかり！

See the world,

GO とびだせ！
未来へ ➡

Global



大学生の
「いま」

だからできる
留学

国際センター・国際課

解決! 海外留学に まつわる 3大疑問!

- Q1 留学は学生にとって経済負担が大きい?
- Q2 留学の準備は誰も助けてくれない?
- Q3 留学したら必ず留年しなければならない?

Wow!

大学からのサポート

Q1 留学は学生にとって経済負担が大きい?

A1 都立大なら、経済的なサポートが充実しています!

① 交換留学制度

留学期間中



本学交換留学制度を利用し留学をする学生は、留学期間中の学費は留学先の大学に納入する必要はありません。これにより、一般的に学費が高い地域の大学にも留学をしやすくなるという利点があります。



② 海外留学奨学金制度(給付)

渡航費

+

滞在中の
生活費

=

奨学金

交換留学または、派遣留学で留学する学生(半期以上の中長期留学をする学生)には、本学の派遣留学生経済支援制度(給付)があります。返済義務、家計基準はありません。派遣候補者として決定した後、応募、選考を経て支給が決定し、留学中の月額給付奨学金及び渡航費が支給されます。

※ 2019 年度は応募者全員が支給対象となりました。



- ・月額給付奨学金：6～16 万円(派遣地域、大学によって異なる)
- ・学費減免を受ける学生は支給額が増額されます。
- ・渡航費：アジア地域上限 10 万円、アジア地域以外上限 20 万円
- ・募集人数：年間 50 名程度

Q2 留学の準備は誰も助けてくれない？

A2 都立大なら、サポート体制が充実しています！

都立大の留学制度を使えば、留学前の準備や手続きから、留学中のケア、帰国後の就活までしっかりサポート。初めての海外でも安心です。

		開催講座	内容
留学前	事前研修 留学申請手続きサポート	異文化理解講座 危機管理講座 留学と就活ガイダンス (キャリア支援課と共催)	メンタル面等の準備 海外で安全に過ごすための準備 帰国後の就活に向けた準備
留学中	国際センター教員による指導 緊急連絡体制と危機管理サービス		困ったことはセンターの先生にいつでも相談できます。もしもの時も安心。
帰国後	事後研修	振り返りセッション エントリーシート書き方講座	留学で得たものの学んだことを振り返り次につなげます。就活で必須のエントリーシート作成に留学をどう生かすか。

Q3 留学したら必ず留年しなければならない？

A3 都立大の留学制度を使えば、年度を超えての継続履修が可能です！

交換留学、派遣留学制度を利用すれば休学をせずに留学が出来るので、必ずしも留年をする必要はありません。

学生によっては4年で卒業をする人もいます。

まとめ

都立大には留学の夢を叶える環境が整っています！

学内で国際交流

学生国際サポーター

本学の国際化に携わってくれる学生を「学生国際サポーター」として定期募集しています。学生国際サポーターは、留学生や外国からの訪問客に対するキャンパス案内や、留学生の来日時に市役所及び銀行等で行う諸手続きの支援業務に携わっています。実際に業務を行っていたく前に学習会や事前準備を通じて、国際センターの教員が、業務の基礎となる項目について丁寧に指導しますので、未経験の方でも安心です。

レジデント・アシスタント制度

国際学生宿舎に入居し、留学生との交流やサポート、イベントの企画・実施等、留学生と大学・地域との懸け橋となる活動を行う「レジデント・アシスタント」を募集しています。様々な文化背景をもつ留学生との共同生活は、学生生活を一味違ったものにしてくれること間違いありません。国内で国際体験ができる“寮内留学”として、国際感覚が養われるだけでなく、宿舎での経験やつながりは一生の財産となることでしょう。

HANDs

国際交流ボランティア団体 HANDs は、留学生のサポートを行い、世界各国から来ている留学生と本学の学生をつなげるイベントを企画する等、一年を通してさまざまな活動をしています。12月に開催されるインターナショナル・パーティーは年に一度の大イベントです。文化や民族衣装の紹介を行ったり、毎年多くの方が参加し、交流を深めています。



とある交換留学生の 入学から卒業まで



留学準備

1 年次	4 月	■ 海外留学フェア ■ 語学力アップ
2 年次	4 月	■ 語学試験受験
	8 月	■ 留学相談
	10 月	■ 交換留学説明会
	12 月	■ 選考 ■ 結果発表
	1～2 月	■ 学内手続き ■ 奨学金応募
3 年次	4～7 月	■ 留学先大学への出願 ■ 事前研修 ■ 渡航準備
		■ 出発
		■ 留学生活
	8 月	■ 留学生活
4 年次	6 月	■ 帰国 ■ 就職活動 ■ 事後研修
		■ 内定
		■ 卒業に向けた準備
	10 月	■ 卒業に向けた準備
	3 月	■ 卒業

海外留学フェア

年2回(4月・10月)フェアを実施しています。海外留学説明会や留学から帰国した学生との交流会など留学に興味がある首都大生は必ず参加しましょう。

海外留学相談室

本学の留学制度を使っの留学だけでなく、私費留学や学位取得を目的とした留学など、様々な形の留学や海外体験について最新の情報やアドバイスを提供しています。相談は南大沢キャンパスで受け付けていますが、日野、荒川キャンパスの学生はメール等で対応します。相談をご希望の方は、氏名、所属、学年、学修番号を、簡単な相談内容と併せて studyabroad@tmu.ac.jp にご連絡ください。

留学のための 英語講座・IELTS対策講座

<IELTS 対策講座>

交換留学、派遣留学への応募に必要な IELTS 語学能力試験の対策講座を実施しています。レベル別に取り組める対策講座、模擬テスト付の集中講座などがあります。

<留学英語講座>

留学が決まっている方を対象としたコミュニケーションスキルやライティングスキル強化を目指した講座が用意されています。渡航まで、さらに留学に必要な英語力を身に付けましょう。

IELTSって
なに？

IELTS

IELTS(アイエルツ)は、英語力4技能(話す、聞く、書く、読む)の能力を測る英語能力試験です。世界140カ国で実施され、年間300万人以上の人々が海外留学や移住を目指し受験しています。教育機関や企業でも注目されており、進学・就職採用時の英語力を証明する基準として世界中で使われています。

交換留学

本学在学中に、本学と学生交換協定を締結する海外の大学に、半年または一年間留学する制度です。派遣先の大学では、語学学習ではなく各自の専門分野・関心のある分野の正規科目を履修します。

留学期間	半年または一年
単位の認定	有
本学の奨学金	有
募集時期	春募集：4月～5月 秋募集：10月～11月
語学能力要件	有

留学先

オーストラリア	ニューカッスル大学 マッコーリー大学 エディス・コーワン大学	マレーシア	マラヤ大学*、マレーシア国民大学	リトアニア	シャウレイ大学
カナダ	セント・メアリーズ大学 レジャイナ大学 ニューファンドランドメモリアル大学	タイ	チュラロンコン大学 タマサート大学 マヒドン大学	フランス	レンヌ第2大学 リール大学
アメリカ	ウィスコンシン大学グリーンベイ校 マーレイ州立大学 イースタン・ワシントン大学 ニューヨーク州立大学オニオンタ校 ニューヨーク州立大学ストーニーブルック校	インドネシア	ビナス大学	フィンランド	ユバスキュラ大学
中国	首都師範大学、吉林大学 華南理工大学、華東政法大学 香港城市人文社会科学学院	イギリス	アバディーン大学、バンガー大学 レスター大学*、ノーサンブリア大学 ロンドン大学キャスビジネススクール キール大学	ハンガリー	オーブダ大学
韓国	中央大学校、ソウル市立大学校* 金烏工科大学校 仁川大学校、漢陽大学校 全南大学校	ロシア	トムスク国立大学* トムスク工科大学	スウェーデン	ウメオ大学
台湾	天主教輔仁大学、国立清華大学 国立東華大学、中国文化大学 国立台湾師範大学	スペイン	アルカラ大学、ア・コルーニャ大学	オランダ	ロッテルダム応用科学大学
		ドイツ	カイザースラウテルン応用科学大学 コブレントス応用科学大学ビジネス経営学部 バイロイト大学 ハノーバー大学	ノルウェー	サウスイースタン・ノルウェー大学
				ポーランド	ヴロツワフ大学
				イタリア	ローマ大学トルヴェルガータ校
				オーストリア	ウィーン大学
				トルコ	サバンチ大学 ヤシャール大学

*交流重点校

※2020年3月現在の情報です。

※現地の情勢等により募集しない場合があります。

派遣留学

本学在学中に、英語圏の名門協定大学に半年または一年間留学する制度です。主に、専門分野や関心のある分野の正規科目を履修しますが、語学科目、インターンシップといったオプションを付けることができます。

留学期間	半年または一年
単位の認定	有
本学の奨学金	有
募集時期	春募集：5月～7月 秋募集：10月～12月
語学能力要件	有

留学先

カナダ	マニトバ大学	イギリス	ロンドン大学アジア・アフリカ学院 バーミンガム大学 ヨーク大学 ノッティンガム大学
アメリカ	カリフォルニア大学リバーサイド校 ボストン大学メトロポリタンカレッジ		

※2020年3月現在の情報です。

※現地の情勢等により募集しない場合があります。

海外協定校の短期プログラム

夏季・春季休業期間等を利用し、海外協定校が主催している短期プログラムに自身で申し込み、参加することができます。授業料免除、もしくは割引等の特典を受けられる場合があります。詳細については、国際センター・国際課HPをご覧ください。(例：韓国仁川国立大学校主催 韓国文化体験プログラム)



※2020年3月現在の情報です。

海外 短期研修

夏季・春季休業を利用し、本学が学生交換協定を締結している大学または提携する大学付属の語学研修機関で研修を受けることができます。語学力、コミュニケーション力、国際的視野の習得、中長期留学の準備等を目指します。

留学期間	3週間～4週間
本学の奨学金	有
募集時期	夏期：4月～5月 春期：10月～11月
語学能力要件	一部有
派遣時期	夏期：8月～9月 春期：2月～3月

研修先

イギリス 夏期 英語 研修

カナダ 夏期 英語 研修

オーストラリア 夏期 英語 研修

タイ 夏期 英語 研修

夏期 ドイツ 語 研修

夏期 フランス 語 研修

ロンドン大学 アジア・アフリカ学院 (SOAS)

英語・中上級

ウォータールー大学付属レニソン・カレッジ

英語・初中級

マッコーリー大学 言語センター

英語・初中級

チェンマイ大学 語学研修センター

英語・初中級

ウィーン大学 語学研修センター

ドイツ語・初級～上級

リヨン・カトリック大学付属語学学校

フランス語・初級～上級

アメリカ 春期 英語 研修

カナダ 春期 英語 研修

オーストラリア 春期 英語 研修

マレーシア 春期 英語 研修

春期 中国語 研修

カリフォルニア大学サンディエゴ校エクステンション

英語・中上級

ウォータールー大学付属レニソン・カレッジ

英語・初中級

マッコーリー大学 言語センター

英語・初中級

マラヤ大学 生涯教育センター

英語・初中級

国立台湾師範大学付属 国語教学センター

中国語・初級～上級

国際センター 海外インターンシップ

夏期休暇期間等を利用し、海外における体験型インターンシップを実施しています。海外での就労体験を通して、外国語によるコミュニケーション能力を磨き、その国の文化、社会、経済の理解を深め、国際的視野を広めることを目指します。

派遣期間	2週間～3週間
本学の奨学金	有
募集時期	春募集：4月～5月 秋募集：10月～11月
語学能力要件	有
派遣時期	春募集：8月～9月 秋募集：3月

派遣先

INTEC Education College (マレーシア)、J-SAT (ミャンマー)

アカデミック・ インターンシップ

海外の教育研究機関等にて研究活動に参加するプログラムを提供しています。

●シンガポール科学技術研究庁 バイオ情報研究所派遣プログラム

海外の教育研究機関において研究活動等に参加し、実践的かつ専門的な知識やスキルの向上を図るとともに、海外の研究者との活動を通じてより高いレベルのコミュニケーション能力の習得と視野の拡大を目指します。

研修先

シンガポール科学技術研究庁 バイオ情報研究所

派遣期間	2か月～4か月
奨学金	有 (本学及びシンガポール政府)
募集時期	12月
対象学部・研究科	理(理工含む)・都市環境・システムデザイン・健康福祉・人間健康

●IAESTE海外インターンシップ

理工農業系学生のための海外インターンシップを推進している非営利団体IAESTEが主催するプログラムです。IAESTE加盟国内にある企業または大学・研究所などの教育・研究機関のインターンシッププログラムに参加することができます。

研修先

IAESTE加盟国内にある企業又は高等教育機関

派遣期間	8週間～52週間
募集時期	7月～10月
対象学部・研究科	理(理工含む)・都市環境・システムデザイン

そもそも留学をしようと思った きっかけはなんですか？

高村:短期研修*1で1ヶ月オーストラリアのマッコーリー大学に行ったのですが、その時はあまり英語が得意ではなく、力不足を感じました。一方で、英語を話す楽しさも感じていて、いつか長期で行けたらと思っていました。将来、新聞記者になりたいかったので、いつか国際的な記事も書けるになりたい、本学では学べないジャーナリズムを学びたいという思いもありました。

古閑:私も一年生の春休みにマレーシアの短期研修*1に行き、その時に英語を勉強するのは面白いと思ったのと、英語で会話する能力をもっと高めるためには長期的に海外に行った方がいいということを強く感じたからです。

小松:僕は国際副専攻*2なので留学は必須なのですが、二年生の頃、韓国で起こったロウソク運動にインスピレーションを受けたのがすごく大きかった。そこから韓国の現代史に関心を持つようになり、韓国語で論文や歴史に関する記述を読んでみたいと思い始めました。あとは新しい政権を誕生させた、当時の市民社会の空間がどういったものなのかを肌で感じたかったというのもありました。

留学先を決めるとき、 その国、その大学を選んだ理由はなんですか？

高村:以前行ったオーストラリアという国で自分がどこまでやれるのか、リベンジじゃないですけど、もう一回勝負してみたいなという気持ちで選びました。社会人類学を専攻しているので、アボリジニーなどの先住民にも興味があり、休日にウルルなどに行きたいなという下心もあって。

古閑:英語で学ぶのに、英語圏ではない国に行くことを迷ったこともあったのですが、自分の専門(法学)が学べること、ヨーロッパだと色々な国が地続きになっているので、留学中色々な国に行けるかなという期待と、アジア圏だけでなく、他のヨーロッパの国の学生が来て一緒に勉強できる環境がいいなと思いました。

小松:寮費や生活費のことを考えて、国公立の大学を志望しました。実際、経済支援金も十分にあったので、経済的に余裕がある生活を送ることができました。自分は台湾にもルーツがあって、副専攻で英語は元々ある程度できるので、英語力の向上は留学の目的の最優先にはせず、自分の日本語、中国語、台湾語、英語に続く五つ目の言葉として韓国語を話せるようになりたくて、そうすれば世界が広がるなという考えがありました。



留学中にどのような場面で自分が 成長できたと感じますか？ 印象に残るエピソードなどを教えてください

高村:ルームメイトがミャンマーから来た難民の子達で、彼らと仲良くなって過去の話を探いところまで聞けたことや、彼らと出会わなかったら足を踏み入れてこなかったであろう場所に行くことができ、自分が知らなかった世界を肌で感じ価値観が広がりました。またニューカッスルはいわゆる白人が大多数なのですが、**敢えて自分をアジア人がいない環境に追い込んで英語で勉強したことは、日本では経験できない貴重な経験になりました。**

古閑:自分一人で家探しをしたことと、アルバイトをしたことが大きかったです。現地の不動産屋さんと交渉したり、ネットワークを作ってアルバイトを探して、自分でレジュメを作成して出したりなど、**何事も「自分で選択して、決定する」ことを多く経験しました。日本に帰ってきてからも、自分から考えて動き、自分がやりたいことを主体的にできるようになりました。**

小松:日本だと政治問題に関心があると少し怖がられるような雰囲気があるんですが、韓国は大学内の発言空間がとてりべらるというか、それぞれの政治的スタンスや考えを自由に発言できる風潮があって、学生同士で意見を出し合えて、とてもいいディスカッションになるんです。そこで**一生の付き合いみたいな友達**ができたのもして。日本人として聞かれる質問に答えるのも面白かったですし、韓国に行って初めて自分の日本人としての姿が見えてきたのもいい経験になりました。

留学の経験を自分のキャリアにどのように 生かしていける、いきたいと考えていますか？

高村:留学から帰ってきて久しぶりに会った人によく言われたのが、海外にいたのに「**日本語力、コミュ力**が上がったね」ってことなんです。それは留學生活の中で日本語は喋らなかつたのに自然と身に付いたもので、初対面の人も仲良くなることができるようになりました。将来新聞記者になっても、初対面のひとと色々コミュニケーションとりますし、この人には喋りたくないっていう人には喋ってくれないと思うんですよ。もともとそういう力がつくと思って留学に行ったっていうわけではないんですが、**語学力自体よりコミュニケーション力**の方が自分の将来を考えたときに大きかったし、よい財産になったと思います。

古閑:自分的には日本でちょっとスキルを磨いてから海外に挑戦してみようかなと考えています。留学は、**ゼロから生活を築き上げなきゃいけない、自分で自分を律しないといけない環境**だったので、**自己管理**という面でも、将来役立つスキルを身につけたと思います。

小松:僕は卒業後大学院に行きます。この留学を通して韓国語が読めるようになったり、話すこともできるようになりました。これまで中国語や日本語・英語の研究や文献を中心に見てきたので、これからはもっと韓国にも視点を向けて、東アジア研究をしていきたいと思っています。



*1:国際センターでは春期と夏期の年二回、海外短期語学研修を行っている。研修先は海外短期研修の欄を参照。

*2:グローバル人材育成入試(AO)によって入学した学生は英語による副専攻の授業の履修と留学が必須。入学時点でIELTS5.5以上の英語力が必要。

*3:所属は2019年度のものの。

留学に役立つ主なイベント予定

前期	
4月	海外留学ガイダンス 海外留学説明会 交換・派遣留学(春募集)応募説明会 留学体験報告会 IELTS 説明会 海外留学のための英語学習ガイダンス 海外短期研修説明会・報告会 海外インターンシップ説明会・報告会
5月	留学のための英語講座(5月～9月)
6月	秋派遣事前研修(異文化滞在理解講座・留学と就職ガイダンス)
7月	大学説明会 外務省特別講演会(海外渡航・滞在における危機管理)
8月	大学説明会

後期	
10月	海外留学説明会 交換・派遣留学(秋募集)応募説明会 留学体験報告会 IELTS 試験学内実施 海外留学のための英語学習ガイダンス 海外短期研修説明会・報告会 海外インターンシップ説明会・報告会
11月	春派遣事前研修(異文化滞在理解講座・留学と就職ガイダンス) 留学のための英語講座(11月～3月)
12月	レジデントアシスタント募集、国際学生サポーター募集 インターナショナル・パーティー
1月	外務省特別講演会(海外渡航・滞在における危機管理)

情報はここから



国際センター・国際課
ホームページ

<http://www.ic.tmu.ac.jp>



Kibaco
海外留学協定校情報ページ

ID:ahpartner, 科目名:海外留学協定校情報
帰国生による帰国報告書や各留学先大学の情報を掲載
※本学在校生のみアクセス可能です



国際交流会館

国際センター・国際課

〒192-0397

東京都八王子市南大沢1-1 国際交流会館1階

TEL: 042-677-2047 (直通)



TOKYO METROPOLITAN UNIVERSITY

東京都立大学

Q2 留学準備は誰も助けてくれない？

A2 都立大なら、サポート体制が充実しています！
都立大の留学制度を使えば、留学前の準備や手続きから、留学中のケア、帰国後の就活までしっかりサポート。初めての海外でも安心です。

		開催講座	内容
留学前	事前研修 留学申請手続きサポート	異文化理解講座 危機管理講座 留学と就活ガイダンス (キャリア支援課と共催)	メンタル面等の準備 海外で安全に過ごすための準備 帰国後の就活に向けた準備
留学中	国際センター教員による指導 緊急連絡体制と危機管理サービス		困ったことはセンターの先生にいつでも相談できます。もしもの時も安心。
帰国後	事後研修	振り返りセッション エントリーシート書き方講座	留学で得たもの学んだことを振り返り次につなげます。就活で必須のエントリーシート作成に留学をどう生かすか。

Q3 留学したら必ず留年しなければならない？

A3 都立大の留学制度を使えば、年度を超えての継続履修が可能です！
交換留学、派遣留学制度を利用すれば休学をせずに留学が出来るので、必ずしも留年をする必要はありません。
学生によっては4年で卒業をする人もいます。

まとめ 都立大には留学の夢を叶える環境が整っています！

学内で国際交流

学生国際サポーター
本学の国際化に携わってくれる学生を「学生国際サポーター」として定期募集しています。学生国際サポーターは、留学生や外国からの訪問客に対するキャンパス案内や、留学生の来日時に市役所及び銀行等で行う諸手続きの支援業務に携わっています。実際に業務を行っていたく前に学習会や事前準備を通じて、国際センターの教員が、業務の基礎となる項目について丁寧に指導しますので、未経験の方でも安心です。

レジデント・アシスタント制度
国際学生宿舎に入居し、留学生との交流やサポート、イベントの企画・実施等、留学生と大学・地域との懸け橋となる活動を行う「レジデント・アシスタント」を募集しています。様々な文化背景をもつ留学生との共同生活は、学生生活を一味違ったものにしてくれること間違いありません。国内で国際体験ができる「寮内留学」として、国際感覚が養われるだけではなく、宿舎での経験やつながりは一生の財産となることでしょう。

HANDs
国際交流ボランティア団体 HANDs は、留学生のサポートを行い、世界各国から来ている留学生と本学の学生をつなげるイベントを企画する等、一年を通してさまざまな活動を行っています。12月に開催されるインターナショナル・パーティーは年に一度の大イベントです。文化や民族衣装の紹介を行ったり、毎年多くの方が参加し、交流を深めています。

前期		後期	
4月	海外留学ガイダンス 海外留学説明会 交換・派遣留学(春募集)応募説明会 留学体験報告会 IELTS 説明会 海外留学のための英語学習ガイダンス 海外短期研修説明会・報告会 海外インターンシップ説明会・報告会	10月	海外留学説明会 交換・派遣留学(秋募集)応募説明会 留学体験報告会 IELTS 試験学内実施 海外留学のための英語学習ガイダンス 海外短期研修説明会・報告会 海外インターンシップ説明会・報告会
5月	留学のための英語講座(5月～9月)	11月	春派遣事前研修(異文化滞在理解講座・留学と就職ガイダンス) 留学のための英語講座(11月～3月)
6月	秋派遣事前研修(異文化滞在理解講座・留学と就職ガイダンス)	12月	レジデントアシスタント募集、国際学生サポーター募集 インターナショナル・パーティー
7月	大学説明会 外務省特別講演会(海外渡航・滞在における危機管理)	1月	外務省特別講演会(海外渡航・滞在における危機管理)
8月	大学説明会		

情報はここから

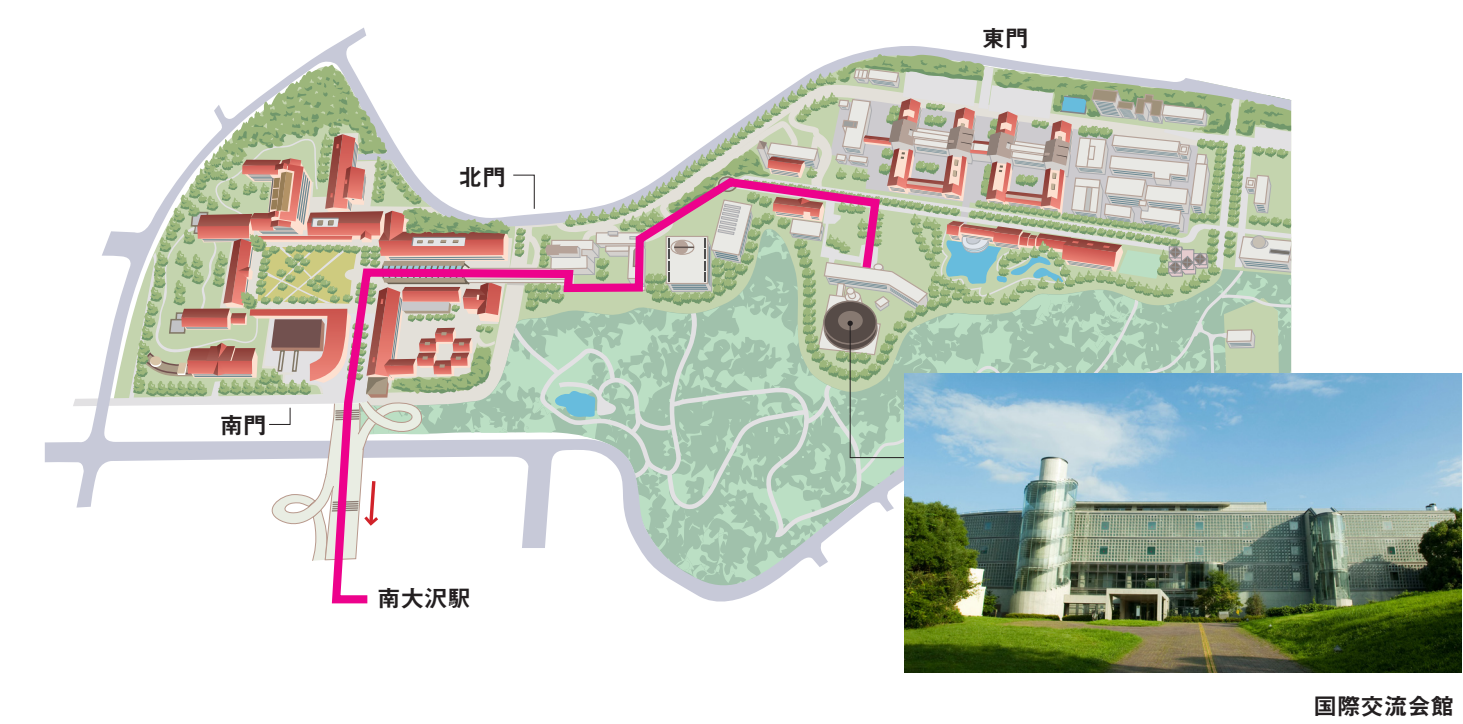
**国際センター・国際課**
ホームページ

<http://www.ic.tmu.ac.jp>



**Kibaco**
海外留学協定校情報ページ

ID:ahpartner, 科目名:海外留学協定校情報
帰国生による帰国報告書や各留学先大学の情報を掲載
※本学在校生のみアクセス可能です



国際センター・国際課
〒192-0397
東京都八王子市南大沢1-1 国際交流会館1階
TEL:042-677-2047(直通)



都立大の留学スタイル丸わかり！

Go Global

とびだせ！未来へ

See the world,

大学生の「いま」だからできる留学

国際センター・国際課

解決！
海外留学にまつわる3大疑問！

Q1 留学は学生にとって経済負担が大きい？
Q2 留学準備は誰も助けてくれない？
Q3 留学したら必ず留年しなければならない？

大学からのサポート

Q1 留学は学生にとって経済負担が大きい？

A1 都立大なら、経済的なサポートが充実しています！

①交換留学制度

留学期間中

学費納入 → 東京都立大学

学費納入 → 留学先の協定校

本学交換留学制度を利用し留学をする学生は、留学期間中の学費は留学先の大学に納入する必要はありません。これにより、一般的に学費が高い地域の大学にも留学をしやすくなるという利点があります。

②海外留学奨学金制度(給付)

渡航費 + 滞在中の生活費 = 奨学金

交換留学または、派遣留学で留学する学生(半期以上の中長期留学をする学生)には、本学の派遣留学生経済支援制度(給付)があります。返済義務、家計基準はありません。派遣候補者として決定した後、応募、選考を経て支給が決定し、留学中の月額給付奨学金及び渡航費が支給されます。

※2019年度は応募者全員が支給対象となりました。

・月額給付奨学金：6～16万円(派遣地域、大学によって異なる)
・学費減免を受ける学生は支給額が増額されます。
・渡航費：アジア地域上限10万円、アジア地域以外上限20万円
・募集人数：年間50名程度



とある交換留学生の 入学から卒業まで

1年次	4月	海外留学フェア 語学力アップ
-----	----	-------------------

2 年 次	4 月	■ 語学試験受験
	8 月	■ 留学相談
	10 月	■ 交換留学説明会
	12 月	■ 選考 ■ 結果発表
	1～2 月	■ 学内手続き ■ 奨学金応募

3 年 次	4～7 月	■ 留学先大学への出願 ■ 事前研修 ■ 渡航準備
	8 月	■ 出発 ■ 留学生活

4 年 次	6 月	■ 帰国
		■ 就職活動
		■ 事後研修
	10 月	■ 内定
		■ 卒業に向けた準備
	3 月	■ 卒業



留学準備

海外留学フェア

年2回(4月・10月)フェアを実施しています。海外留学説明会や留学から帰国した学生との交流会など留学に興味がある首都大生は必ず参加しましょう。

海外留学相談室

本学の留学制度を使っている留学だけでなく、私費留学や学位取得を目的とした留学など、様々な形の留学や海外体験について最新の情報やアドバイスを提供しています。相談は南大沢キャンパスで受け付けていますが、日野、荒川キャンパスの学生はメール等で対応します。相談をご希望の方は、氏名、所属、学年、学修番号を、簡単な相談内容と併せて studyabroad@tmu.ac.jp にご連絡ください。

留学のための 英語講座・IELTS対策講座

<IELTS 対策講座>
交換留学、派遣留学への応募に必要な IELTS 語学能力試験の対策講座を実施しています。レベル別に取り組める対策講座、模擬テスト付の集中講座などがあります。
<留学英語講座>
留学が決まっている方を対象としたコミュニケーションスキルやライティングスキル強化を目指した講座が用意されています。渡航まで、さらに留学に必要な英語力を身に付けましょう。

IELTSって
なに？

IELTS

IELTS(アイエルツ)は、英語力4技能(話す、聞く、書く、読む)の能力を測る英語能力試験です。世界140カ国で実施され、年間300万人以上の人が海外留学や移住を目指し受験しています。教育機関や企業でも注目されており、進学・就職採用時の英語力を証明する基準として世界中で使われています。

交換留学

本学在学中に、本学と学生交換協定を締結する海外の大学に、半年または一年間留学する制度です。派遣先の大学では、語学学習ではなく各自の専門分野・関心のある分野の正規科目を履修します。

留学先

オーストラリア	ニューカッスル大学 マッコーリー大学 エディス・コーワン大学	マレーシア	マラヤ大学*、マレーシア国民大学	リトアニア	シャウレイ大学
カナダ	セント・メアリーズ大学 レジャイナ大学 ニューファンドランドメモリアル大学	タイ	チュロンコン大学 タマサート大学 マヒドン大学	フランス	レンヌ第2大学 リール大学
アメリカ	ウィスコンシン大学グリーンベイク マーレイ州立大学 イースタン・ワシントン大学 ニューヨーク州立大学オニオンタ校 ニューヨーク州立大学ストーニーブルック校	インドネシア	ピナス大学	フィンランド	ユバスキュラ大学
中国	首都師範大学、吉林大学 華南理工大学、華東政法大學 香港城市人文社会科学学院	インドネシア	ピナス大学	ハンガリー	オーブダ大学
韓国	中央大学校、ソウル市立大学校* 金烏工科大学校 仁川大学校、漢陽大学校 全南大学校	イギリス	アバディーン大学、バンガー大学 レスター大学*、ノーサンブリア大学 ロンドン大学キヤスビジネススクール キール大学	スウェーデン	ウメオ大学
台湾	天主教輔仁大学、国立清華大学 国立東華大学、中国文化大学 国立台湾師範大学	ロシア	トムスク国立大学* トムスク工科大学	オランダ	ロッテルダム応用科学大学
		スペイン	アルカラ大学、ア・コルーニャ大学	ノルウェー	サウスエースタン・ノルウェー大学
		ドイツ	カイザー・スラウテルン応用科学大学 コブレンツ応用科学大学ビジネス経営学部 パイロイト大学 ハノーバー大学	イタリア	ローマ大学トルヴェルガータ校 ウィーン大学
				トルコ	サパンチ大学 ヤシャール大学

*交流重点校
※2020年3月現在の情報です。
※現地の情勢等により募集しない場合があります。

派遣留学

本学在学中に、英語圏の名門協定大学に半年または一年間留学する制度です。主に、専門分野や関心のある分野の正規科目を履修しますが、語科目、インターンシップといったオプションを付けることができます。

留学先

カナダ	マニトバ大学	イギリス	ロンドン大学アジア・アフリカ学院 パーミンガム大学 ヨーク大学 ノッティンガム大学
アメリカ	カリフォルニア大学リバーサイド校 ボストン大学メトロポリタンカレッジ		

※2020年3月現在の情報です。
※現地の情勢等により募集しない場合があります。

海外協定校の短期プログラム

夏季・春季休業期間等を利用し、海外協定校が主催している短期プログラムに自身で申し込み、参加することができます。授業料免除、もしくは割引等の特典を受けられる場合があります。詳細については、国際センター・国際課 HP をご覧ください。(例：韓国仁川国立大学校主催 韓国文化体験プログラム)



※2020年3月現在の情報です。

海外 短期研修

夏季・春季休業を利用し、本学が学生交換協定を締結している大学または提携する大学付属の語学研修機関で研修を受けることができます。語学力、コミュニケーション力、国際的視野の習得、中長期留学の準備等を目指します。

研修先

イギリス 夏季英語研修	ロンドン大学 アジア・アフリカ学院 (SOAS) 英語・中上級	アメリカ 春期英語研修	カリフォルニア大学サンディエゴ校エクステンション 英語・中上級
カナダ 夏季英語研修	ウォータールー大学付属レニソン・カレッジ 英語・初・中級	カナダ 春期英語研修	ウォータールー大学付属レニソン・カレッジ 英語・初・中級
オーストラリア 夏季英語研修	マッコーリー大学 言語センター 英語・初・中級	オーストラリア 春期英語研修	マッコーリー大学 言語センター 英語・初・中級
タイ 夏季英語研修	チェンマイ大学 語学研修センター 英語・初・中級	マレーシア 春期英語研修	マラヤ大学 生涯教育センター 英語・初・中級
夏季ドイツ語研修	ウィーン大学 語学研修センター ドイツ語・初級～上級	春期中国語研修	国立台湾師範大学付属 国語教学センター 中国語・初級～上級
夏季フランス語研修	リヨン・カトリック大学付属語学学校 フランス語・初級～上級		

国際センター 海外インターンシップ

夏季休暇期間等を利用し、海外における体験型インターンシップを実施しています。海外での就労体験を通して、外国語によるコミュニケーション能力を磨き、その国の文化、社会、経済の理解を深め、国際的視野を広めることを目指します。

派遣先

INTEC Education College (マレーシア)、J-SAT (ミャンマー)

アカデミック・ インターンシップ

海外の教育研究機関等にて研究活動に参加するプログラムを提供しています。

●シンガポール科学技術研究庁 パイオ情報研究所派遣プログラム

海外の教育研究機関において研究活動等に参加し、実践的かつ専門的な知識やスキルの向上を図るとともに、海外の研究者との活動を通じてより高いレベルのコミュニケーション能力の習得と視野の拡大を目指します。

研修先

シンガポール科学技術研究庁 パイオ情報研究所

●IAESTE海外インターンシップ

理工農薬系学生のための海外インターンシップを推進している非営利団体IAESTEが主催するプログラムです。IAESTE加盟国内にある企業または大学・研究所などの教育・研究機関のインターンシッププログラムに参加することができます。

研修先

IAESTE加盟国内にある企業又は高等教育機関

そもそも留学をしようと思った きっかけはなんですか？

高村：短期研修¹⁾で1ヶ月オーストラリアのマッコーリー大学に行ったのですが、その時はあまり英語が得意ではなく、力不足を感じました。一方で、英語を話す楽しさを感じていて、いつか長期で行けたらと思っていた。将来、新聞記者になりたいからと、いくつか国際的な記事も書けるようになりたい、本学では学べないジャーナリズムを学びたいという思いもありました。

古閑：私も一年生の春休みにマレーシアの短期研修²⁾に行っており、その時に英語を勉強するのは面白かったと思ったのと、英語で会話する能力をもっと高めるためには長期的に海外に行きたいということを感じたからです。

小松：僕は国際副専攻³⁾なので留学は必須なのですが、二年生の頃、韓国で起こったロウソク運動にインスピレーションを受けたのがすごく大きかったです。そこから韓国の現代史に関心を持つようになり、韓国語で論文や歴史に関する記述を読んでいたと思い始めました。あとは新しい政権を誕生させた、当時の市民社会の空間がどういったものなのかを肌で感じたかったというのもありました。

留学先を決めるとき、 その国、その大学を選んだ理由はなんですか？

高村：以前行ったオーストラリアという国で自分がどこまでやれるのか、リベンジじゃないですけど、もう一回勝負してみたいという気持ちで選びました。社会人類学を専攻しているので、アボリジニーなどの先住民にも興味があり、休日にウルルなどに行きたいという下心もあって。

古閑：英語で学ぶのに、英語圏ではない国に行くことを迷ったこともあったのですが、自分の専門(法学)が学べること、ヨーロッパと色々な国が地続きになっているので、留学中色々な国に行けるかなという期待と、アジア圏だけでなく、他のヨーロッパの国の学生が来て一緒に勉強できる環境がいいなと思いました。

小松：寮費や生活費のことを考えて、国公立の大学を志望しました。実際、経済支援金も十分にあったので、経済的に余裕がある生活を送ることができました。自分は台湾にもルーツがあって、副専攻で英語は元々ある程度できるので、英語力の向上は留学の目的の最優先にはせず、自分の日本語、中国語、台湾語、英語に続く五つ目の言葉として韓国語を話せるようになって、そうすれば世界が広がるという考えがありました。



留学中どのような場面で自分が 成長できたと感じますか？ 印象に残るエピソードなどを教えてください

高村：ルームメイトがミャンマーから来た難民の子で、彼らと仲良くなって過去の話を深いところまで聞けたことや、彼らと出会わなかったら足を踏み入れてこなかったであろう場所に行くことができ、自分が知らなかった世界を肌で感じ価値観が広がりました。またニューカッセルはいわゆる白人が大多数なのですが、敢えて自分をアジア人がいない環境に追い込んで英語で勉強したことは、日本では経験できない貴重な経験になりました。

古閑：自分一人で家探しをしたこと、アルバイトをしたことが大きかったです。現地の不動産屋さんと交渉したり、ネットワークを作ってアルバイトを探して、自分でレジュメを作成して出したりなど、何事も「自分で選択して、決定すること」を多く経験しました。日本に帰ってきてからも、自分から考えて動き、自分がやりたいことを主体的にできるようになりました。

小松：日本だと政治問題に関心があると少し怖がられるような雰囲気があるんですが、韓国は大学内の発言空間がとてりべつというから、それぞれの政治的スタンスや考えを自由に発言できる風潮があって、学生同士で意見を出し合えて、とてもいいディスカッションになるんです。そこで一年生の付き合い合いみたい友達ができたりもして。日本人として聞かれる質問に答えるのも面白かったですし、韓国に行って初めて自分の日本人としての姿が見えてきたのもいい経験になりました。



高村 真登さん
(たかむら まこと)
ニューカッセル大学
(オーストラリア)
都市教養学部
人文・社会系
社会人類学専攻 4年生¹⁾



古閑 文香さん
(こひら ふみか)
ア・コルーニャ大学
(スペイン)
都市教養学部
人文・社会系
社会学専攻 4年生²⁾



小松 俊さん
(こまつ しゅん)
ソウル市立大学校
(韓国)
都市教養学部
人文・社会系
社会学専攻 4年生³⁾

¹⁾：国際センターでは春期と夏期の年2回、海外短期語学研修を行っている。研修先は海外短期研修の欄を参照。
²⁾：グローバル人材育成入試(AO)によって入学した学生は英語による副専攻の授業の履修と留学が必須。入学時点でIELTS5.5以上の英語力が必要。
³⁾：所属は2019年度のもの。