

わたしがつくる  
**海外留学**



**ワタシが描く海外留学！**



独立行政法人  
**日本学生支援機構**  
JASSO Japan Student Services Organization

わたしがつくる

# 海外留学



独立行政法人

日本学生支援機構

JASSO

Japan Student Services Organization

# 「あなたがつくる」海外留学

この冊子は、海外留学を希望する皆さんが、自分に合った留学プランをつくり上げ、ステップを踏んで準備していくためのガイドブックです。

「留学」は、留学を考え始めた時点から始まっています。この冊子を通して、留学そしてあなたの目標についてじっくりと時間をかけて考えていきましょう。

漠然としたイメージや憧れの段階から留学実現にたどり着くまでには、さまざまな準備や決断が必要になり、時には思い通りにいかないことや苦労もあるかもしれません。しかし、自分で留学手続きを進めることで、国・地域や学校を自由に選ぶことができるのはもちろん、留学先の情報を集めることで語学力が身につく、現地の教育制度や文化への理解が深まります。また、留学までの経緯を把握しているので、何かあったときに自分で対応することもできます。

留学実現に向かって歩いた道のりは、自分自身を成長させることでしょう。そのような過程を経て、留学を実現させたとき、これから始まる留学生活に不可欠な「自分で情報を集め、判断し、行動する」能力を備えていることでしょう。

立ち止まって考えたり、時には計画を変更したりすることを恐れずに、一步一步進んでいってください。迷ったときには自分の目標を思い出してください。

皆さんの人生が、留学によって豊かなものになりますよう、応援しています。

独立行政法人日本学生支援機構（JASSO）

## CONTENTS

「あなたがつくる」海外留学	02
日本学生支援機構（JASSO）とは	04
<b>Chapter 1 留学について知ろう</b>	06
留学への興味がわいたら	06
Steps to a Successful Study Abroad	08
コラム：留学経験者のリアル Voice / アナタにおすすめの国・地域	10
<b>Chapter 2 情報収集から渡航まで</b>	12
Step 1 情報収集	12
Step 2 学校選択	16
Step 3 出願手続き	26
Step 4 入学手続き	27
Step 5 渡航までの手続き	28
<b>Chapter 3 留学体験記</b>	32
<b>Chapter 4 各国・地域留学情報</b>	52
コラム：留学後の就職	76
<b>Chapter 5 お役立ち情報</b>	78
奨学金・ローン	78
留学あっせん業者の利用	82
海外安全・生活情報	85
語学・学力試験／資格	88
用語集	94



## はじめまして。 日本学生支援機構 (JASSO) です。

### 日本学生支援機構 (JASSO) とは

独立行政法人日本学生支援機構 (JASSO) は、文部科学省が所管する団体です。学生支援を先導する中核機関として、「奨学金事業」「留学生支援事業」および「学生生活支援事業」を総合的に実施し、次世代の社会を担う豊かな人間性を備えた創造的な人材を育成するとともに、国際理解・交流の促進を図ることを目指しています。

### 日本学生支援機構 (JASSO) の留学情報

海外留学を希望する学生、社会人、関係者のために、留学に関する情報提供を広く行っています。

#### Website

### JASSO の『海外留学情報サイト』 (<https://ryugaku.jasso.go.jp/>)

『海外留学情報サイト』は海外留学を考える方へ向けた情報サイトです。

- 奨学金やイベントなど最新情報が満載
- 国・地域別、語学留学や大学留学など目的別に検索可能
- JASSO、地方自治体、外国政府、民間団体等の奨学金を絞り込み検索できます。
- 各国・地域の留学情報満載
- 留学の準備の仕方を教えます

奨学金について  
知るならここ

奨学金を探す  
ならここ



海外留学情報サイト 検索

#### Publications

### 海外留学関連出版物等



留学の基礎情報、留学体験記、お役立ち情報などを掲載しています。



#### Events

### 海外留学フェア



海外留学を希望する方 (学生、社会人) のために、およそ 25 개국・地域の大使館・教育関係機関などの担当者や多数の留学経験者の生の声を聞くことができる「海外留学フェア」を年に1回東京で開催しています。

### 海外留学説明会

海外留学を希望する方のために、留学経験者による体験談の配信や JASSO の奨学金制度の説明などを行っており、事前登録が必要です。海外留学説明会はオンラインで開催しています。

#### Character

### ビーぐるーぱるくん (通称びーぐくん)

「わたしがつくる海外留学」の公式!? ナビゲーター。

読者のみなさんといっしょに、留学に関する様々な疑問や不安、悩みを解決していきます!  
感情表現が豊かで、そのときの気分で体の色が...



## 留学への興味がわいたら

### ① 留学したい気持ちを明確にしよう！

「なぜ留学をしたいのか？」「どこへ留学したいのか？」「いつ留学したいのか？」「留学先で何をしたいのか？」「留学後はどうしたいのか？」をじっくりと考えてみましょう。

わたしは…

### ② 留学の目的を理解しよう！

「異文化体験をしたい」、「短期留学をしたい」、「海外の大学に進学したい」、「専門分野を研究したい」、「就職に役に立つスキル・経験を身につけたい」、「海外で働きたい」、「海外で暮らしたい」、「語学力を上げたい」、「世界中に友人を作りたい」など、留学の目的は多様です。留学の目的を明確にすると留学の種類が見えてくることもあります。

わたしは…

### ③ 留学の種類を決めよう！

高校留学、語学留学、大学学部・大学院留学、協定・交換・認定留学、ボランティア、インターンシップなど、留学の種類は様々です。自分の目的に合った留学の種類を選びましょう。

わたしは…



### ④ 留学の時期を決めよう！

「高校を卒業してから留学したいのか？」、「日本の大学在籍中に留学したいのか？」、「大学卒業後に海外の大学院に行きたいのか？」、「仕事を辞めて留学したいのか？」など、留学するタイミングを考えましょう。

わたしは…

### ⑤ 留学先を決めよう！

目的や留学の種類が見えてきたら、留学先を考えましょう。「どこへ留学したいのか？」、「どんな場所にある学校に通いたいのか？」、「自分の興味のある分野が学べるのか？」、学校の条件などを絞り込んでみましょう。

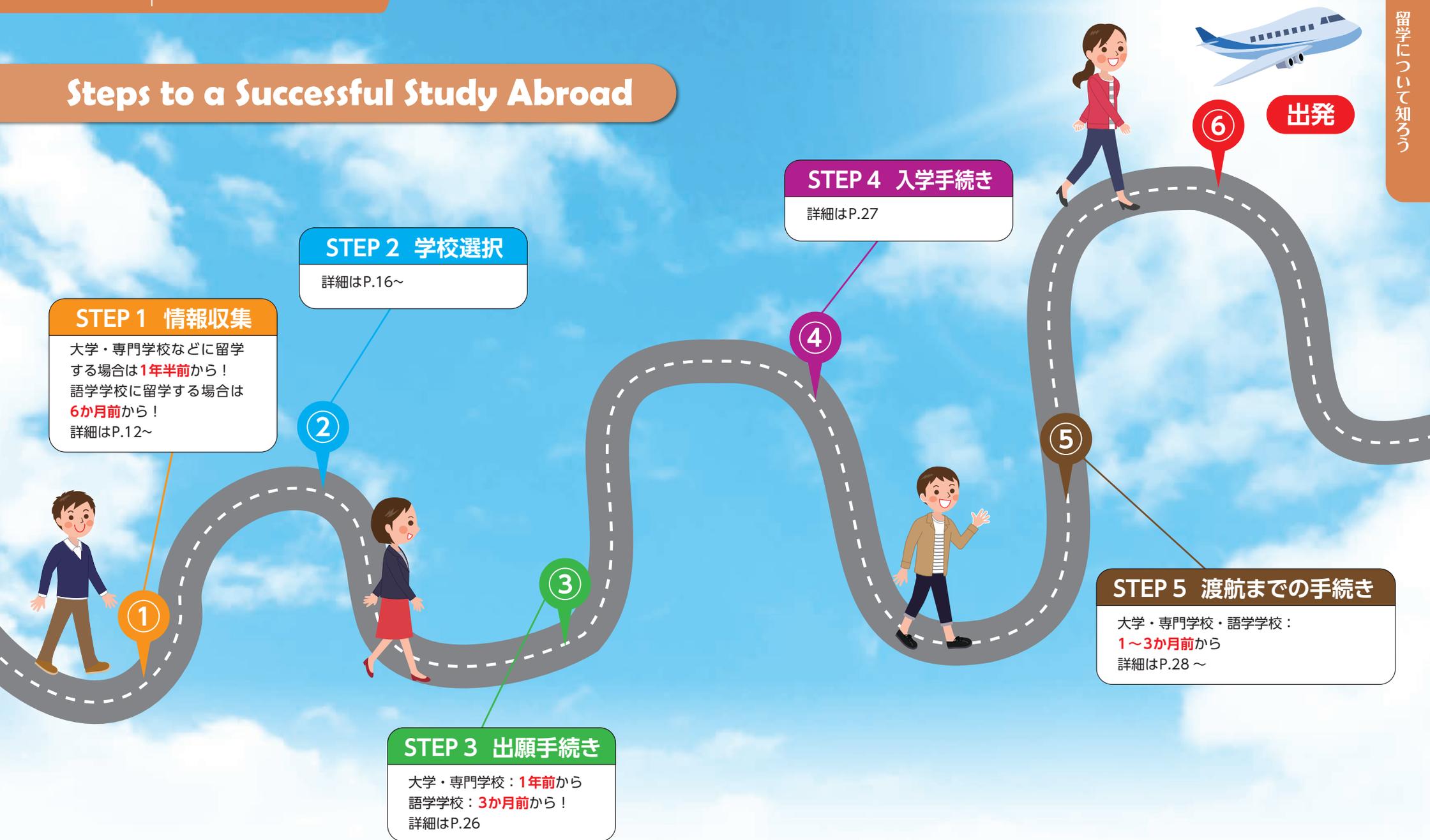
わたしは…

### ⑥ 情報を集めよう！

自分流の留学を見つけるために、情報収集はとても大切です。海外留学のイベントや留学体験談なども貴重な情報源です。また、出願手続き・入学手続きについては、留学先のHPを確認しましょう。

わたしは…

# Steps to a Successful Study Abroad



## 留学経験者のリアルVoice

### Q 留学してよかったこと

- 言語能力とコミュニケーション能力が向上したこと
- 行動力が上がったこと
- 世界の視野が広がったこと
- 世界観が広がったこと
- 自分の視野が広がり、価値観が変わったこと
- 日本の良さを改めて実感できたこと
- 国籍を問わず、良き友人たちに出会えたこと
- 外国文化を学べたこと

### Q 留学前にやっておけばよかったと後悔していること

- 留学先の情報について調べておくこと
- 語学力の強化
- 日本文化の勉強
- 就活の準備
- 自分が留学先でやりたいことを具体的に書き出しておくこと
- 専門分野の勉強
- 留学先の文化やマナーを最低限知っておくこと

### Q 防犯のために心掛けていること

- 夜は一人で外出しないこと
- お金は分散して持つこと
- 貴重品は肌身離さず持つこと
- 戸締りをしっかりすること
- 危険な場所・地域には近寄らないこと
- イヤホンをして歩かないこと
- 財布を人前で出さないこと



## びーぐくんが選ぶ

## アナタにおすすめの国・地域



びーぐくんの独断です。留学先を考える際には、しっかり情報収集して、留学先を選ぼう！

### やっぱり英語圏！ なアナタ

- アメリカ
- 英国
- オーストラリア
- カナダ
- ニュージーランド

### 学費も生活費も 抑えたいアナタ

- 東欧諸国
- マレーシア
- フィリピン
- インド
- フィジー
- 台湾

### 高い学費は困るけど、 環境にはこだわりたいアナタ

- アイスランド
- ドイツ
- フランス
- イタリア
- スペイン
- ベルギー
- ノルウェー

### アートなしでは 生きられないアナタ

- イタリア
- フランス
- 英国
- メキシコ
- その他あなたの感性を刺激する国がどこかにあります

### 食の充実が とても大事なアナタ

- 香港
- 台湾
- シンガポール
- イタリア
- その他国際的な都市

### 留学するなら日本人が 少ない場所！なアナタ

- アフリカ諸国
- 南米諸国
- 中東諸国
- その他おそらく世界各地に点在しています

### アカデミックレベルに こだわりたい！アナタ

- アメリカ
- 英国
- オーストラリア
- カナダ
- 西ヨーロッパ諸国
- シンガポール
- その他、大学ランキングを参考にしましょう

### スポーツがやりたい アナタ

- アメリカ
- 西ヨーロッパ諸国
- 南米諸国
- ニュージーランド

### 治安が悪いと 夜も眠れないアナタ

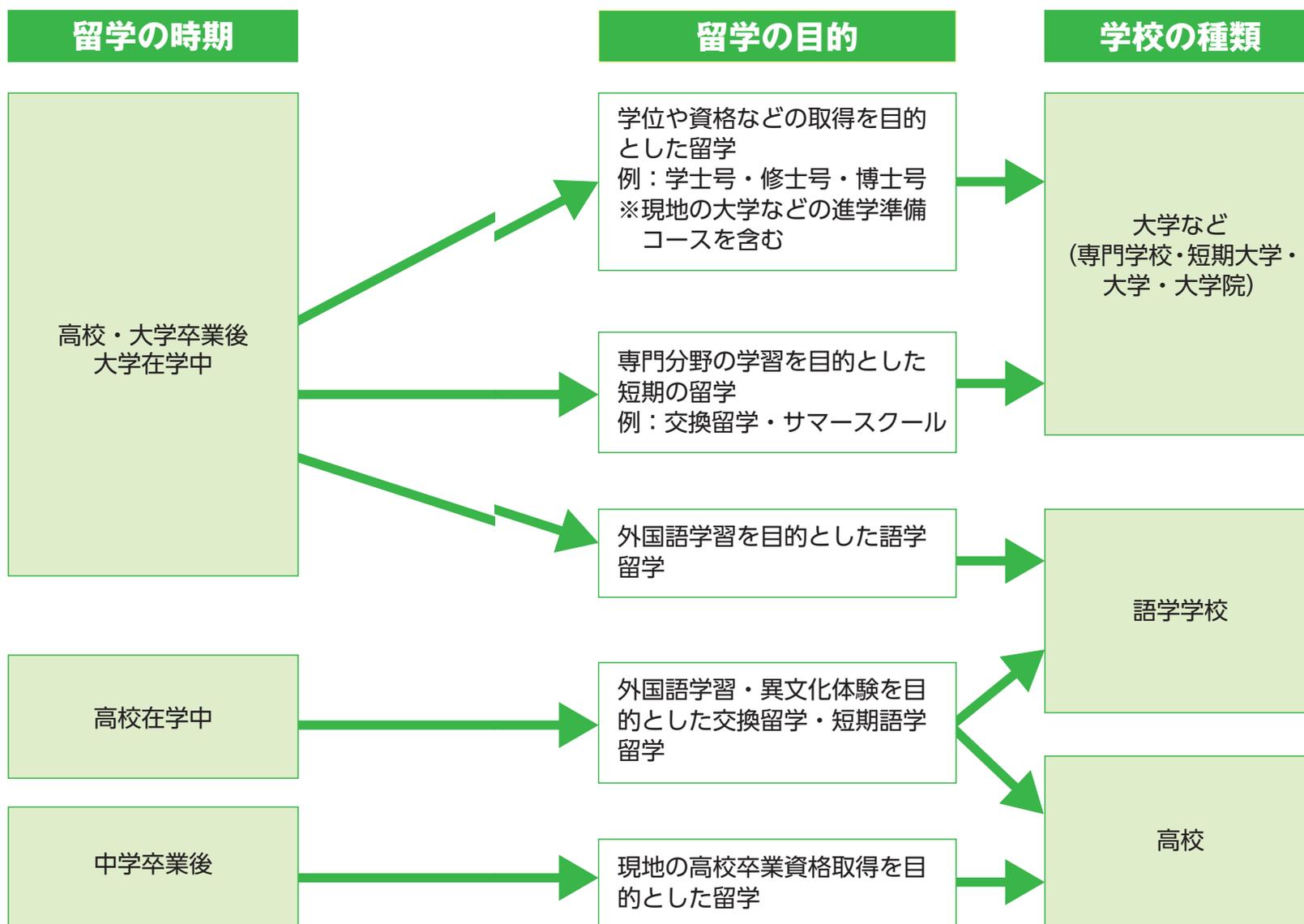
- アイスランド
- ノルウェー
- デンマーク
- ニュージーランド
- シンガポール
- ブルネイ・ダルサラーム

## Step 1 情報収集

海外留学を充実したものにするための第一歩は情報収集です。自分がどんな留学をしたいのか整理したうえで、必要となる情報を調べておく必要があります。情報収集をする際は、必ず留学先国・地域の政府や学校などが発信している第一情報源から情報を得ましょう。

<p><b>留学全般</b></p> <p>日本学生支援機構ウェブサイト「海外留学情報サイト」 または「study in 国名」と検索し、各国・地域の留学サイトを見る</p> 	<p><b>教育制度・文化</b></p> <p>駐日大使館、現地の教育省、その他公的機関の提供する教育・留学情報 留学先の文化でタブーなトピックや、避けるべき行動などを事前に調べる</p> 	<p><b>語学・学力試験</b></p> <p>各種試験実施機関 → Chapter 4「語学・学力試験／資格」P.88～</p> 	<p><b>滞在先</b></p> <p>留学希望先校ウェブサイト、あるいは直接問い合わせる。 現地不動産屋のウェブサイトなど</p> 
<p><b>学校の詳細</b></p> <p>留学希望先校の公式ウェブサイト、最新の学校案内パンフレット</p> 	<p><b>専攻分野の情報</b></p> <p>留学希望先校の学部・学科のウェブサイト、学術文献、専門学会に関する資料、研究論文データベースなど</p> 	<p><b>渡航関連情報 (パスポート、各種届出・証明)</b></p> <p>外務省海外安全ホームページ内「海外留学／海外修学旅行」</p> 	<p><b>入国・ビザ・滞在手続き</b></p> <p>駐日公館（大使館・総領事館） 現地関係省庁ウェブサイト</p> 
<p><b>奨学金</b></p> <p>日本学生支援機構ウェブサイト「留学のための奨学金」 「海外留学奨学金パンフレット」 → Chapter 4「奨学金・ローン」P.78～</p> 	<p><b>姉妹都市間留学・自治体による留学支援制度</b></p> <p>地方自治体、自治体関係機関</p> 	<p><b>安全情報</b></p> <p>外務省海外安全ホームページ内「海外安全情報」</p> 	<p><b>現地での生活</b></p> <p>各国・地域の政府観光局、教育関係機関、友好団体のウェブサイト</p> 
<p><b>留学体験談・アドバイス・留学経験者</b></p> <p>→ Chapter 3「留学体験記」P.32～ JASSOや駐日大使館など公的な留学情報提供機関のウェブサイトや留学体験談を読む。 また、留学説明会・相談会などで直接話を聞く トビタテ！留学JAPANウェブサイト「留学大図鑑」</p> 	<p><b>在籍校の留学制度・単位認定条件</b></p> <p>在籍校の国際交流担当部署など → Chapter 2「学位取得を目的としない留学」P.20～</p> 	<p><b>就職・アルバイト情報</b></p> <p>大学のキャリアセンターのウェブサイトやアルバイトポータル、現地政府の就職関連ページなど</p> 	<p><b>感染症情報</b></p> <p>外務省海外安全ホームページ 厚生労働省ホームページ内「感染症情報」 厚生労働省検疫所「FORTH」ホームページなど</p> 

留学のタイプを知ろう



## Step 2 学校選択

名称だけで学校の種類は判断できません。たとえば college、institute、school といった名称が語学学校、高校、専門学校、短期大学、大学、大学院のいずれにもつけられていることがあります。

必ず学校や教育省や認定・登録団体などのウェブサイトや募集要項などで確認しましょう。

## 大学・大学院

大学名、学部名、学科名だけで判断せずに、学校のウェブサイト、募集要項、シラバス、教員の研究テーマを参考にして、自分が希望している分野を学べるか確認しましょう。資金が足りているか、合格できそうかを判断することも必要です。

## 語学学校

- ◆立地環境
- ◆学校の種類（私立／大学・カレッジ付属）
- ◆グループレッスンの人数
- ◆会話重視かアカデミックスキル重視か
- ◆語学以外の文化講座や校外学習の機会があるか
- ◆住居の紹介はあるか

- ◆コース費用
- ◆個人レッスンがあるか
- ◆語学試験の対策授業があるか
- ◆日本人比率はどのくらいか

などが選択ポイントです。現地で進学を考えている場合、希望する大学に付属する語学コースで規定の成績をおさめると、大学入学の際に必要な語学試験が免除されることがあります。

## 学校に問い合わせる

疑問点や不明点があれば、直接学校にメールなどで問い合わせしてみましょう。学校の対応も学校選択の参考になるかもしれません。

学校が公開している情報（ウェブサイト、パンフレット）に目を通し、そこに載っていないことだけを問い合わせるようにします。

ウェブサイトに問い合わせ用のフォーマットが用意されている場合は、それを利用します。問い合わせ先を正確に把握したうえで、問い合わせましょう。

学校の規模が大きくなるほど、出願、カリキュラム、入学許可、寮といった業務内容ごとの担当が分かれていることが多いようです。

## 海外における学校の認定・登録

学校の認定・登録制度は国・地域によって異なります。日本では、すべての大学を文部科学省が認可していますが、専門学校は国立・公立・私立により認可機関が異なります。

海外では、認定・登録が義務付けられていたり、制度はあるが認定・登録は任意であったり、制度自体がなかったりと、国・地域によって異なります。認定制度がある場合、その実施主体は中央政府、地方政府、民間団体などさまざまです。また、語学学校や大学など学校の種類ごとに、あるいは州や専攻ごとに認定機関が異なる場合もあります。

認定・登録校でないと、次のような不都合が生じる可能性がありますので事前に確認しましょう。

- ① 留学生の受入れが認められず、ビザや滞在許可が下りない
- ② 取得した学位や資格の評価が異なる

\* 認定・登録校であってもコース内容によっては学生ビザや滞在許可が下りないこともあります。



## 学校選択のポイント

- 国・地域
- 立地条件
- 種類
- 規模
- 設置コース
- 学費
- 滞在費
- 出願資格
- 入学時期
- 滞在先
- 奨学金
- 認定・登録の有無



学校を決めるときは、このポイントを確認しながら考えるといいかも！

## 学位取得目的の留学

### 【大学学部】

海外の大学は、学士課程の年数が3年または4年の国・地域があります。3年の学士課程に入学する場合、一般的にはファウンデーションコースと呼ばれる進学準備コースを修了することが前提です。また、短期大学から4年制大学へ編入学する方法もあります。

### 【大学院】

海外の大学院へ入学する場合、学士号を取得しているか、それと同等の資格を持っていることが必要です。大学院では、特定の分野において大学学部よりもさらに専門性の高い勉強をするため、より高度な語学力が必要です。

## どんな学位が取得できる？

取得可能な学位は国・地域によりますが、アメリカなどの場合は以下の学位が取得できます。

- 2年制大学・短期大学 → A.A., A.S. (Associate's degree)
- 4年制大学 (学部) → B.A., B.S. (Bachelor's degree)
- 大学院 (修士) → M.A., M.S. など (Master's degree)
- 大学院 (博士) → Ph.D. (Doctoral degree) または 専門博士 (Professional degree, M.D. や J.D. など)

## 資格・条件

### 【卒業資格・学位など】

#### 成績証明書・卒業証明書

#### 短期大学・大学学部への留学の場合

- 日本の高校を卒業
- 日本の大学に1年以上在籍 (例：ノルウェー)
- 現地の学力試験に合格
- 大学入学共通テストで一定の得点を取得 (例：ドイツ)
- 大学進学準備コース (ファウンデーションコース) を修了 (例：英国・オーストラリア)

#### 大学院への留学の場合

- 修士課程入学の場合：学士号取得
- 博士課程入学の場合：(専攻分野での) 修士号取得
- 専攻分野によっては、職歴が求められることもある

### 【語学力】

- 各種語学試験、または現地の学校が実施する試験への合格



学校によっては、在籍校と留学先校の両方から学位を取得できる「ダブルディグリー」や「デュアルディグリー」「ジョイントディグリー」制度もあるよ！

### 【資金】

- 学費と現地での生活費をまかなう資金があることを証明する書類 (例：預金残高証明書・奨学金受給証明書など)
  - ※ 留学生用の学費が現地の学生用とは別に設定されている国・地域があるため、必ず留学生用の学費を確認すること
  - ※ 留学生のアルバイトは法律で制限または禁止している国・地域があるので、事前に十分な資金を用意しておくこと

#### 〈注意事項〉

留学生が応募できる奨学金や授業料免除制度を持つ大学があり、出願と同時に入学後に応募できる。

※ 日本で申請する奨学金は、留学開始時期の1年以上前に応募を締め切るところもあるので注意！

## 出願・選考方法

出願書類のみで入学の可否を決定する国・地域が多く、現地の学生とは別の留学生向けの選考方法を設けている場合があります。

## 編入制度

### 日本→海外

日本の大学などに在籍中、もしくは卒業、退学後、海外の大学などへ編入することができます。編入先の指定する言語に翻訳した日本の学校の講義概要と成績証明書を提出し、それを基に編入先大学が互換可能な単位数を判断します。

### 海外→海外

国・地域によっては大学への編入が一般的に行われているところがあります。例えば、アメリカやカナダの短期大学やオーストラリアやニュージーランドの専門学校では、修了後に自国の4年制大学に編入するためのコースがあります。進学を希望する大学と単位互換協定を結んでいる短期大学や専門学校を選ぶのも一案でしょう。ただし、それぞれの学校が認定・登録されているかなど、教育制度について事前に確認しましょう。各学校の認定・登録団体が異なると、単位の互換性がなくせっかく取得した単位が編入先で認められないことがあるので注意しましょう。



### 学位取得を目的としない留学

日本の大学などに在籍中でも、社会人になってからでも、留学に行くことが可能です。留学のコースも様々で、数日間の語学コースから1年ほどの専門科目の単位を取得できるコース、修了証が授与されるコースまであります。留学時期・留学の目的によってコースを決めましょう。

### 日本の大学などに在籍中の留学

日本の大学などに在籍中に留学する方法は大きく分けて「協定留学」「認定留学」「休学留学」の3種類があります。在籍校にどのような制度があるのかを調べ、自分の目的に合った留学を選択しましょう。

#### 協定留学

日本の在籍大学の海外協定校への留学。「交換留学」「派遣留学」という場合もあります。

#### 認定留学

自分で留学先の大学を選んで出願し、留学中の取得単位を日本の大学の卒業単位にすることができる留学。

#### 休学留学

日本の大学に籍を置いたまま、休学して海外に留学すること。自分の目的・希望に合う留学先やプログラムを選ぶことができる。取得単位が日本の大学の卒業単位として認められるかどうかは、在籍大学に確認しましょう。

	協定留学	認定留学	休学留学
留学先	在籍校と交流協定を結んでいる大学	自由選択（在籍校からの認定が必要）	自由選択
期間	1週間から1年	1学期から1年	自由（在籍校の認める休学範囲内）
単位の互換	あり	あり	なし
授業料	在籍校か留学先のどちらかの学費	留学先の学費 + 在籍校両方の学費※	留学先（+在籍校の休学在籍料）
修業年限	算入あり	算入あり	算入なし

※認定留学では、両方の大学に学費を納めることになっているけど、日本の在籍大学が授業料を免除してくれる場合もあるから事前に確認してね。



### 社会人の留学

社会人でも大学などのプログラムに参加できることがあります。また、社会人向けのプログラムを開設している学校もあります。

### 学位取得を目的としない参加可能なプログラム・コース例

大学の授業	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 学校が認めれば、正規生と同じ授業を受講できる</li> <li>● 単位の取得が認められることがある</li> </ul> ※正規生・交換留学生在が優先的に授業登録できることが多い
留学生対象プログラム	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 留学先の国・地域の文化講座</li> <li>● 集中語学コース</li> <li>● サマースクール</li> </ul>
特定分野の知識やスキルの習得を目的としたプログラム	<ul style="list-style-type: none"> <li>● プログラミング、ビジネス、教員養成など分野はさまざま</li> <li>● 課程修了後、修了証などが授与される</li> </ul>

### 資格・条件

プログラムやコースにより資格・条件は異なります。留学先校が提示する資格・条件を満たしていれば、学生でも社会人でも留学できます。年齢制限や就業経験などが求められる場合もあるので、自分が参加したいプログラムの資格を確認してから手続きをするようにしてください。

## 語学学校への留学

大きく分けて、大学などに付属する語学学校と公私立・非営利団体などの語学学校の2種類があります。大学などに付属する語学学校は大学などが運営を行っていることが一般的ですが、なかには提携している私立の語学学校がコースを提供していることもあるので、留学目的に合わせて選びましょう。期間は、数日から数か月まで受講者のニーズに合わせたコースが選べ、学校によっては随時入学可能です。

### コース例

- 入門から上級まである総合コース
- 日常生活に必要なコミュニケーション力を身につけるコース
- 語学能力試験対策コース
- 大学などへ進学するためのアカデミックスキルを身につけるコース
- ビジネスや医学といった専門分野に特化したコース
- スポーツ、文化体験、観光といったアクティビティーとセットのコース
- サマーコース

## 資格・条件

卒業資格・成績・語学力などの入学条件がないことが多いですが、コースによっては対象者レベルなどが設定されていることもあります。

資金面では、学費と現地での生活費をまかなう資金があることを証明する預金残高証明書などを提出するか、事前に手付金や学費を支払う必要があります。語学留学向けの奨学金は少なく、アルバイトは法律で制限または禁止している国・地域が多いので、事前に十分な資金を用意しておきましょう。

## 出願・選考方法

入学選考は出願書類によって行われますが、学校が求める応募資格を満たしていれば、クラスの定員内である限りは受け入れられます。



## 高校への留学

高校在籍中に留学することもできます。留学先国・地域によっては、公立の高校に留学できる年数が制限されている場合があります。卒業資格を取りたい場合は、学校を選ぶ際に確認しましょう。

## 交換留学

教育交流団体が実施している交換留学プログラムに参加する留学です。異文化交流・異文化体験を目的として一般家庭（主としてボランティア）にホームステイしながら現地の高校に1年間通います。留学終了後は、日本の在籍校に復学するか、日本の在籍校を卒業します。

## 現地の高校卒業を目的とする留学

自分で留学計画を立て、自分の目的に合った留学先（国・地域、学校、滞在先）を探し、入学・入国手続きを行って海外の高校へ留学します。卒業を目的とするため、現地の生徒と同じ授業についていけるだけの語学力と学力が必要です。

高校卒業後の進路も念頭に置き、留学先の高校の認定・登録状況（P.17）もよく調べておきましょう。

そのほか、学校間の提携に基づいた姉妹校への交換留学、地方自治体やその管轄の国際交流協会が主催する海外の姉妹都市の学校への留学、外国政府から招かれる留学などがあります。

## 資格・条件

交換留学実施団体や留学先校が求める語学力が必要です。各種語学試験や学校独自の語学試験で判断されるのが一般的です。

## 高校生向けの奨学金

### 「官民協働海外留学支援制度 ～トビタテ！留学JAPAN 新・日本代表プログラム～高校生等対象」(給付型)

多様な分野においてリーダーシップを発揮し、世界で活躍しようとするまたは日本から世界に貢献する意欲のある高校生等が対象の奨学金です。トビタテ！留学JAPAN では、語学研修のみの留学プログラムだけではなく、「実践的な学び」についても支援の対象とし、「マイ好奇心探求コース」、「社会課題探求コース」、「STEAM探求コース」、「スポーツ・芸術探究コース」の4つの募集コースを設定しています。



## 学校選択ワークシート

いくつか気になる学校を例のように調べて比較してみましょう。

	例	候補 1
学校名	JASSO 大学	
国・地域（都市など）	オーストラリア/シドニー	
立地条件（交通など）	大都市・車がないと少し不便だがバス・メトロあり 治安が悪いところもある。	
学校の種類	国立大学 (中規模、15,000 人)	
興味のあるコース	学士 International Business	
学費＋滞在費	1 年 50,000 ドル程度 (約 750 万円)	
滞在先	寮なし	
出願資格	高校卒業 TOEFL iBT:100	
入学時期	春・秋 2 回 10 月と 1 月に締め切り	
奨学金	留学生向けの奨学金なし	
メリット・デメリット (健康・キャリアサポート、 施設、課外活動の充実など)	メリット： 興味のある専攻があり、 有名なリサーチ大学 キャリアセンターが充実している。	
	デメリット： 専攻は一度しか変えられない、 クラスの人数が多い。	
総合評価 (★★★★★)	★★★★	

余裕があれば、campus tourに参加して、その大学や学生たちの雰囲気を把握するのもいいかも！



候補 2	候補 3

## Step 3 出願手続き

留学希望先校を絞り込んだら、出願に必要な手続きや書類を確認し、時間に余裕を持って準備を行いましょう。出願はまずオンラインで手続きを開始し、その後必要書類を電子ファイルで提出するか郵送する方法が主流になっています。すべての書類が届いたと思われる頃に、届いているかメールで問い合わせしておく安心です。

## 出願時期や出願先に注意する

学校によっては出願の締切が入学の1年ほど前の場合があります。また、出願時期を設定していても、優秀な学生から合格を通知し、締切日の前でも定員に達すれば受付を締め切る大学があります。特定の願書受付機関や日本にある大使館などを通して出願するよう求める学校もありますので、早めに確認しましょう。郵送で出願する場合は、郵便事情を考慮し、到着が締切日を過ぎることのないよう余裕を持って発送してください。

書類には有効期限が設定されていることがあります。健康診断の受診、語学・学力試験の受験の際には注意してください。

## 一般的な出願書類

## 大学

- 願書
- 志望理由書、研究計画書
- 卒業（在学）証明書
- 成績証明書
- 語学・学力試験の成績証明書
- 財政能力証明書（預金残高証明書など）
- 推薦書
- 健康診断書
- 作品（主に芸術分野の場合）

## 語学学校

- 願書
- パスポートのコピー
- 〈コースや国によって〉
- 卒業（在学）証明書
- 財政能力証明書（預金残高証明書など）

## Step 4 入学手続き

一般的に書類選考で合否結果を出す大学が多いですが、中には試験や面接を課す場合もあります。出願書類提出後、かなり時間が経過しても連絡がなければ、直接学校に審査の進み具合を問い合わせましょう。留学希望先校から入学許可書類が届いたら、学費の請求書や宿泊施設の案内などの書類もあわせて確認します。入学許可書は学生ビザ・滞在許可の申請時に必要なため、自分の名前、受講コース、受講期間など、記載内容に誤りがないかを確認し、各書類に記されている指示にしたがって、指定期日までに必要な手続きを終わらせるようにしましょう。



無事に入学手続きが済んだら、次はビザの申請だよ。早めに準備しよう！授業が始まる前にオリエンテーションを行う学校もあるから、スケジュールをよく調べて渡航日を決めてね。

## Step 5 渡航までの手続き

渡航するまでには、どのような準備や手続きが必要でしょうか。出発ギリギリになって慌てないように早めに行動を始め、手続きにゆとりを持つことをおすすめします。



## 滞在先

主な滞在先として、寮、ホームステイ、アパート、シェアフラット、シェアハウスがあります。留学先の学校から宿泊施設の情報を入手できることが多いです。寮はいっぱいになってしまうと入れないので、早めに申し込みましょう。アパートなどを自分で探す場合は、契約内容を理解できる語学力と、現地での不動産賃貸に関する基礎的な知識が必要です。シェアスタイルの住居は、現地での口コミ、ウェブサイトなどから探すことができます。

留学前に滞在先を確保することがベストですが、現地到着後自分で滞在先を探す場合は、ホテルなどを予約しておき、学校が始まるまでに滞在先を決められると安心です。



## 航空券

渡航時期や航空会社、予約・キャンセル条件などにより、運賃は大きく変わります。ビザ申請時に航空券予約確認書のコピーを提出しなければならない国・地域がある一方、ビザが発給されてから航空券を購入するよう勧めている国・地域もあるので、条件に合う航空券をタイミングよく購入しましょう。



## パスポート(旅券)

各地方自治体の旅券窓口やオンラインで申請の手続きをします。申請から受領までに、通常 1 週間程度かかります。学生ビザや滞在許可の申請時、入国審査時に、パスポートの残存有効期間が一定期間以上あることを求める国・地域が多いため、有効期間が十分に残っていることを確認してください。



## ビザ(査証)の申請

留学の場合は、事前に「学生ビザ」を取得する場合と、入国後に移民局などに滞在許可を申請する場合があります。ビザを取得するために必要な書類、手続き方法は国・地域により異なります。必ず日本にある大使館・総領事館に直接問い合わせ、最新情報を確認してください。

## 学生ビザ申請に必要な書類

- 申請書
- パスポート
- 入学許可書
- 財政能力証明書(預金残高証明書・学費支払証明書など)

## 国・地域によって必要なもの

- 健康診断書
- 航空券予約確認書のコピー
- 戸籍謄(抄)本、住民票
- 滞在先(宿泊先)証明書
- 保険加入証明書
- 犯罪経歴証明書
- 保証人による保証書
- 留学の理由書・志望動機書
- 語学能力証明書
- 卒業(在学)証明書
- 成績証明書

\*上記の書類に、駐日外国領事による認証(「領事認証」、大使館などが指定する団体による現地語訳、外務省による証明(「アポスティーユ」または「公印確認」)などを求められることがあります。「アポスティーユ」は用語集 P.94 を参照。



## 役所の手続き

日本を1年以上離れる場合、市区町村役場で海外転出届を提出しなければなりません。それにともない国民健康保険は脱退、国民年金は加入義務がなくなり、日本国内にいない期間の住民税の支払いも不要になります。ただし、国民年金は任意で加入することができます。任意加入しておけば、将来の年金支給額は減額されず、資格喪失期間内に病気やけがをして障害を負っても障害基礎年金の請求ができます。転出届を出さず、国民健康保険に引き続き加入している場合、海外でかかった医療費は一定の条件を満たせば、帰国後の請求手続きにより適用の範囲内で払い戻しを受けることができます。マイナンバーカードは所定の手続きをすることで国外転出後も継続して利用することが可能です。

### 予防接種

出願時、入学時、渡航時に特定の予防接種の接種証明書を求められることがあります。自分の身を守るという観点からも、留学先に応じて必要な予防接種は受けておくと安心です。厚生労働省検疫所ウェブサイト「FORTH」で確認したうえで、時間に余裕をもって接種を受けましょう。

### 保険

#### 出発前に日本の留学保険に入る

保険会社が、海外旅行保険を長期滞在者にアレンジした留学保険を販売しています。保険料、補償範囲、補償額、緊急時の対応は保険会社により異なるため、よく比較、検討して、自分に合った保険を選びましょう。

#### 留学先で現地の保険に入る

国・地域や学校によっては保険加入の義務があり、特定の補償内容を持つ保険でなければ入学許可やビザが下りません。現地の保険に入る必要がある場合は、日本の留学保険と二重で加入するか、日本で短期の海外旅行保険に加入して渡航したうえで、留学先で現地の保険に入るとよいでしょう。留学先の保険が適用になるまで、保険のない期間ができないように注意してください。

### お金

紛失・盗難などの可能性を考慮し、複数の方法でお金を管理しましょう。

- 現金 (到着後、当面必要な額)
- クレジットカード
- デビットカード
- プリペイドカード
- 海外送金
- 現地の銀行口座

長期留学の場合は、現地で銀行口座を開くと便利です。海外からの送金を受けられるだけでなく、為替レートの変動やATM利用手数料を気にする必要がありません。留学先の学校が提携している銀行がある場合、口座が開設しやすいです。

### 通信アイテム

#### 現地で携帯電話／SIMカードを購入する

端末とSIMカードをセットで購入する方法と、日本からSIMフリーの携帯電話を持っていきSIMカードのみを購入する方法があります。

#### 日本から携帯電話を持参する

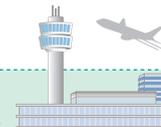
日本で使っていた携帯をそのまま使いたい場合は、国際ローミングサービスを利用できます。ただし、費用が高額なので長期留学には向きません。滞在先にインターネット環境がない場合や、日本から持参した携帯電話でインターネットを使用したい場合は、モバイルWi-Fiルーターの利用を検討しましょう。

#### 日本でレンタルしていく

事前に必ず使用可能地域を確認しましょう。レンタルサービスを提供している会社は複数ありますが、価格だけで選ぶと繋がりが悪かったり使い勝手が悪かったりすることもあるので、サービス内容をよく調べたうえで比較、検討してください。



### 到着空港での手続き



#### Step 1 Immigration

出入国カードや税関申告書の提出が必要な国や地域に入国する人は、飛行機から降りる前に、入国の目的、滞在期間、持ち物などを申告書に記入します。

#### 空港に到着したら...

どこへ向かうか？

- 入国審査カウンターへ

どんな審査をするのか？

- パスポートの審査
- 入国の目的、滞在期間などの質問（英語または現地の言葉で）
- 指紋認証や写真撮影を行う場合もある。

※対応に手助けが必要な場合は、留学先の緊急連絡先に電話をすることも可能です。

#### Step 2 Baggage Claim & Customs

Baggage Claim (荷物受け取り所) で、便名が表示されたターンテーブルから出発空港で預けた荷物を受け取ります。

- ターンテーブルに荷物がない場合は、カウンターで引換証を見せて、探してもらう。
- 申告をする荷物がある際には、税関で処理。申告するものがなくても、持ち物検査をされる場合がある。

#### Step 3 Transfer

空港から滞在先への移動に関して出発前に確認すること

空港での出迎えがある場合：

- 誰が迎えに来るのか
- 待ち合わせ場所はどこか
- 空港に到着した時に確認できる顔写真、住所、連絡先

各自で移動する場合：

- 滞在先までの安全な移動方法（※大荷物での徒歩による長距離移動・夜の移動を避けること）
- 空港に到着後、滞在先に連絡すること
- 夜の到着の場合：空港の近くのホテルでの宿泊も検討すること

(参考：JCSOS「海外留学危機管理ハンドブック」)

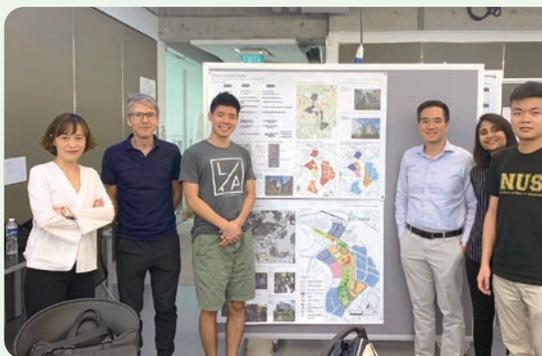


海外の空港では、荷物を開けられたり、日本より乱暴に扱われる時もあるから、その時は焦らずに！割れ物はちゃんと包んでおくと良いよ。

## シンガポール

シンガポールで学ぶ  
最先端の都市計画

いとう こういち  
伊藤 幸一さん



スタジオのプロジェクトを終えて (向かって左から3番目)

年月	国名	学校名	課程名	留学の種類	奨学金の有無 (有:名称)	備考
2015	日本	創価高校	高校			
2019	アメリカ	アメリカ創価大学	大学	学位取得留学	大学からの奨学金	卒業 学士号取得
2021	シンガポール	シンガポール 国立大学	大学院	学位取得留学	JASSO 海外留学支援制度 (大学院学位取得型)	卒業 修士号取得
2026	シンガポール	シンガポール 国立大学	大学院	学位取得留学	SINGA 奨学金	博士号取得予定

## 卒業後

卒業後は、世界銀行かポスドク・助教授を目指す予定。

## 世界市民を目指して

私が留学を目指したきっかけは、小さい頃から新聞等で目にしていた世界の問題の何か一つにでも解決に向けて貢献したいとの思いからでした。また、ある時に耳にした「世界市民」という概念が胸に刺さり、一市民として地球全体に渡る課題解決をしようと考えた時に、留学を通して語学・学力を伸ばす必要があると考えました。そして、高校卒業後に進学したアメリカの大学で、都市計画の重要性に気づき海外大学院でさらに深く学ぼうと決意しました。

## アジアに煌めく星シンガポールへ

留学先プログラムを選ぶ際、(1)サステナブルな都市計画を実践的に学べること、(2)大学院で学ぶ都市計画を実際の生活の中で感じられることを重視しました。いくつかの大学院を受験・合格した上で、プログラムがより実践的なシンガポール国立大学を選びました。プログラムの選択は、全ての情報を得ることは難しいため、「ワクワクしながら本気で都市計画に向き合えそう」という直感にも従いました。資金面は、1年目は両親と出身大学からの援助を受けましたが、2年目は JASSO の奨学金を頂くことができました。

## 密度の高い生活・勉強環境

プログラムは二年間で、中心的な授業はスタジオと呼ばれるもので、実際に再開発が行われる土地を舞台に都市計画プロジェクトを提案する授業でした。セメスターの終わりには政府やデベロッパーの都市計画者を前にプレゼンを行う非常に実践的なコースでした。短期間で高いクオリティを求められる為、コロナ禍でありながらも学生間のコミュニケーションの密度が高かったです。生活面で苦労した点はハウジングでした。大学の寮の部屋の数は限られているため、キャンパス外で部屋を探したのですが、家賃予算や条件に合う物件を見つけるまでに多くのエネルギーと時間を使いました。一つのアパートを複数のテナントでシェアすることが一般的なので、生活面でもルームメイトとの共同生活を通して文化交流をすることができました。



シンガポールの自然豊かな水辺

## そして次の夢に向かって

進路に関しては、留学を終えてから、偶然空間データ分析のコンサルタントとして世界的な開発銀行で働く機会に恵まれました。その中で、更に都市分析力をつけたいと感じた為、シンガポール国立大学の博士課程へ進学し現在に至ります。



幻想的な光のシンガポールの夜景

## 留学のその先へ

上記の通り現在も博士課程でのシンガポール留学を続けています。一つの留学から見える景色は次のステップの選択肢を増やすと実感しています。選択肢が多くなる分、意思決定は難しいですが、より多角的にキャリア設計を出来ています。

## シンガポール留学に興味があるあなたへ

シンガポールにはアジア・世界トップレベルの大学があり、安全かつインフラが充実した生活環境も整っています。留学という貴重な機会を使う場所として良い場所であると自信を持ってお勧めできます。基本的にはアメリカやヨーロッパの大学院受験と同じプロセスなので、併願をしても良いかもしれません。

## 私の語学勉強法

## まずは量から逃げない英語学習

私は大学学部から海外留学をしましたが、留学前は苦手だったスピーキングの強化に取り組みました。発話スピードとイントネーションを向上させるために、英会話教室に通ってました。現在もう一度やり直すなら、AIと英会話練習を行い細かい発音をスマホアプリで矯正すると思います。ただし、効率的に学ぶことにこだわりすぎるより、情熱を持って今できることをたくさんやる事が大切だと感じます。

## メキシコ



## 情熱的なラテン文化との出会い

わたなべふくたろう  
渡邊福太郎さん



テオティワカンとの2ショット

年月	国名	学校名	課程名	留学の種類	奨学金の有無 (有：名称)	備考
2021.3	日本	清林館高等学校 卒業	国際 コース			
2021.4	日本	立命館大学入学	文学部			
2023.10 ~ 2024.7	メキシコ	メキシコ国立 自治大学	CEPE (外 国人向け スペイン 語研修セ ンター)	語学留学 (日 墨戦略的グ ローバルパ ートナーシ ップ研 修計画)		

## 卒業後

卒業後は日本で就職予定。

## 中南米文化の中心地へ

高校生の頃にアルゼンチンへ1年間留学した経験があり、大学ではラテンアメリカ文学を学んでいました。

学習を進める中で、中南米地域における文学や芸術などの文化交流の中心的な役割を担っているのがメキシコであることに気がきました。そこで、文化交流の拠点であるメキシコに行けば、中南米全体の文化を学ぶことができると考え、タイミングよく大学の先生からメキシコ留学プログラムのお話を聞きました。

「これはメキシコに行く運命だ」と思い、それが留学の動機となりました。

## メキシコシティ下調べ

私が、留学する最大の目的は語学学習以外で、メキシコシティでの中南米文化を学ぶ事でした。そこで留学前の準備としては、メキシコシティを中心に活躍した作家の事前学習や実際に滞在することのできる美術館や資料館の事前調べをしました。

そうすることで、留学中に学びたいことが明確になりました。

## スペイン語とメキシコに特化した学校生活

学校はCEPEという語学学校で、カリキュラムは午前の部と午後の部から選択できま



死者の日に装飾された街並み

す。学校のレベルは0から8まであり、最初の語学テストに基づいてクラスに振り分けられ、さまざまなレベルの学生に対応しています。各セメスターごとにレベルアップテストがあり、テストに向けた学習を通じて、スペイン語の基礎である文法をしっかりと鍛えることができます。

語学学校では、スペイン語を学ぶ世界中の学生と、語学学校に通うメキシコ人の学生ボランティアなどと交流することができ、スペイン語を使って多国籍の人々と友達を作ることができます。

また、語学以外にもメキシコの文化に関する授業があり、メキシコについての深い知識を得ることができます。

## 中南米で働きたい

メキシコで働かれている日本人を多く見ていくなかで、日本の技術でメキシコ人や世界の人々を支えたいという信念が見えてきました。

そのため、留学後の進路選択として、中南米で働きたいという軸をベースに中南米に支店がある日系企業を中心に就職活動をしています。

## 新たな出会い

普段行けない地域や、これまで知らなかった新たな文化を深く知ることができ、見聞が広がりました。さらに、メキシコに関心を持つ仲間と出会い、帰国後も交流が続く仲間ができました。これは、この留学でなければ得られなかった貴重な経験だと考えています。

## 今しかありません！

未知の国への留学に不安を感じる人は多いかもしれませんが。しかし、スペイン語で「Ahora o nunca (今か、二度とないか)」と言うように、チャンスは限られています。気になる世界へは挑戦してみない限り、何も分からないものです。

是非、留学には前向きな気持ちで挑み、素晴らしい体験を得てください！



ガルシマルケスの家を訪れた

## 私の語学勉強法

## 日本での生活をスペイン語ベースに！

メキシコに行く直前まで、語学学習を楽しむ方法を模索していました。その中で、日本での生活をスペイン語ベースにすることが最も効率的だと感じました。例えば、音楽やメディアをスペイン語に変え、耳を慣らし、語学交換アプリで世界中のスペイン語話者と文化交流をしながら会話練習を重ねました。言語学習で大切なのは意思疎通なので、少しでも慣れることは無駄にはならないと感じました。

大韓民国



# 日韓をつなぐ研究者をめざして

あいだ 会田  
あやの 彩乃さん



修士学位授与式でガウンを着て

年月	国名	学校名	課程名	留学の種類	奨学金の有無 (有:名称)	備考
2014.3	日本	福岡県立修猷館高等学校卒業	普通科			
2014.4 ~ 2019.3	日本	九州大学	芸術工学部環境設計学科			卒業 学士号取得
2017.3	大韓民国	Pusan National University	Dept. Urban Planning & Engineering	学校の協定による交換留学(1年間)	JASSO海外留学支援制度(協定派遣) Korean Government Support Program for Foreign Exchange Students	4年次に留学。交換留学のため在学中の状態を維持
2019.3 ~ 2021.8	大韓民国	University of Seoul	Dept. Landscape Architecture	学位取得留学(修士)	JASSO海外留学支援制度(大学院学位取得型)	卒業 修士号取得
2021.9	大韓民国	University of Seoul	Dept. Urban Planning and Design	学位取得留学(博士)	JASSO海外留学支援制度(大学院学位取得型)	在学中

卒業後

韓国もしくは日本の研究機関で就職希望。

### あの時の決断が学位取得留学へ

カリキュラム上、交換留学をすると大学卒業を延ばさなければならず怖さもありましたが、「行かないと後悔する」と思い、九州大学と釜山大学の交流事業に参加したことがきっかけで元々親しみがあつた、釜山大学への交換留学を決めました。1年間韓国で生活したことで長期滞在するビジョンがはっきりしたこと、また熱心に勉強する多くの韓国人学生に出会ったことで、韓国の大学院に進学するという選択肢が生まれました。海外という、より厳しい環境に身を置いて学びたいという気持ちも学位取得留学をする決断につながりました。

### 大忙しかった留学準備

交換留学の時期が学部4年次だったため、5年次に卒業・大学院入学・奨学金全ての準備をする

ることになり、休む間もない一年間でした。特に韓国は3月入学のため前年12月頃から入学手続きやビザ申請が始まるのと同時期に卒論発表会があり、2月は奨学金面接と卒業設計発表会、2月末には学部の卒業式を待たずして大学院入学のために出国する等大忙しでした。また交換留学は手続きの大半は大学がしてくれますが、学位取得留学の場合、煩雑な手続き全てを自分で進めなければならず想像以上の労力がかかり、とても大変でした。

### 自分なりのリフレッシュ方法を見つけて

韓国は授業や研究室の雰囲気が日本と大きく変わらず、衣食住も似ている部分が多いため適応しやすい留学先だと思います。それでも学位取得留学を始めて3年は色々な要素が重なり大変なことが多かったように思います。修士課程入学後、新たに勉強することも多く不安があったのですが、その年の夏に日本製品不買運動が始まり、そのまま2020年初めにCOVID-19の流行に突入。そこから2年間日本への一時帰国もできず精神的に不安定な時期を過ごしました。修士課程の頃は平日の大半の時間を研究室で過ごし、食事は学食か出前、夜遅く2名1室の学生寮に戻る生活の繰り返しで一人の時間を作ることができなかったこともストレスの原因でした。COVID-19を機に寮を出て以降、自分の好きなものを料理することがいい気分転換になっています。



学会の基調講演で日韓通訳を担当(壇上向かって右)

### 韓国で博士学位取得へ

修士課程入学当初は卒業後すぐ就職する計画でした。しかし在学中にRAとして色々な研究プロジェクトに関わったことで、修士学位論文執筆時には、より自分が専門性を高めたいテーマに出会えました。また幸運にも博士課程でも奨学金をいただけることになり、現在も修士時と同じ先生の下で博士学位取得のために奮闘中です。



ソウルのシンボル・漢江の夕暮れ

### 普段出会えない人との出会いも留学の醍醐味

私の専攻では韓国への留学が珍しいので「日本人」という立場のおかげで特別な出会いの場がたくさんあります。一学生としてだと忙しくお会いするのが難しいような先生方が日本から来られた際に、通訳等を兼ねてゆっくりとお話する機会を多々いただき、このような時間も研究に取り組みになっています。

### 留学前の情報収集が鍵

韓国語の修得が必要で、専攻によっては取って韓国で学ぶ理由を見つけることが難しいと感じる人も多いと思います。ただ経済的支援が手厚く研究に集中できる環境が整っている大学・学科やRAとして様々な研究プロジェクトに参加できる研究室も多いです。積極的に色々な情報を仕入れて自分に合った場所を探してみてください。

### 私の語学勉強法

#### 使えるチャンスを最大限に活用して

学部1年次に第二外国語として韓国語を履修したのに加え、2年次以降も卒業要件としては必要ない中級以上の韓国語の授業も履修していました。当時は延世大学での3週間語学研修に参加できる大学のプログラムがあったため、このような機会も積極的に活用しました。会話の上達に焦りがちですが、日本でしていた語彙文法の理解を深める勉強も大事で、留学中の研究等の専門的な会話や論文執筆をする上で非常に役立ちました。

## アイルランド

翠の島アイルランド  
に根をおろす

いとう もなみ  
伊藤 紅美さん



ハイキング中の一枚 (中央)

年月	国名	学校名	課程名	留学の種類	奨学金の有無 (有: 名称)	備考
2020.3	日本	京都府立桃山高等学校 卒業	全日制 普通科			
2022.5	アイルランド	Galway Business School 修了	University Foundation Programme	学位取得留学	JASSO 海外留学支 援制度 (学部学位取 得型) 及び寺浦さよ 子記念奨学会奨学金	
2022.9	アイルランド	University College Dublin	BA Humanities English with Creative Writing	学位取得留学	JASSO 海外留学支 援制度 (学部学位取 得型) 及び大学学費 減免	
2023.9	アイルランド	University College Dublin	BSc Psychology	学位取得留学	JASSO 海外留学支 援制度 (学部学位取 得型) 及び大学学費 減免	コース変更によ り編入 (2026 修了予定)

## 卒業後

アイルランドもしくはイギリスで大学院に進学予定。

## 10代で外へ出たい!

現在はアイルランドの首都ダブリンで心理学を学んでいます。学士号取得を目指し、大学準備コースを含めた5年の計画です。はじめは「成人前に異国で生活したい」というシンプルな思いでした。海外を本格的に視野に入れたのは、進路を検討していた高校2年の冬ごろ。交換留学や語学留学の選択肢もあったものの、外国の文化に根をおろしたかったため、一年以上がっつり学べる海外大進学を選びました。

## ご縁に助けられた留学準備

アイルランドの持つ独特の風土・言語史に惹かれて選びました。困ったのは情報収集です。日本語での情報が非常に限られるため、リサーチは基本英語。大学のウェブサイトを読み、大学や教授に直接メールを出しました。返信の速さ、教授の熱量も一つの判断基準だと振り返って思います。また在校生や日本人プロガーの方にもアプローチしました。資金面ではJASSOの学部学位取得型奨学金、寺浦さよ子記念奨学会奨学金、学費減免をいただきました。奨学金申請は計画性が肝です。私は上記のように幸運でし

たが、より早く準備すべきでした。

## 学業内外での愉しみ

一年では心理学や脳科学、統計の基礎を学び、二年次には専門的な臨床や認知心理学を学びます。特に好きな授業は心理学研究のラボです。小規模のグループになり、さまざまな研究テーマを通じ、データの収集や処理の方法を学びます。よく聞く「研究」とは一体何なのか身をもって体験できる授業でした。

授業ごとに試験や課題があり、形式も多様です。グループ・個人でのレポートやプレゼンテーション、大講堂での試験があり、自分の強みに合わせての履修登録が可能です。

サークル活動も活発です。私は山岳部に入りボルダリングを始めました。アイルランドは岩が剥き出しの地形が多く、野外でのボルダリングが盛んです。またハイキング・登山旅行でアイルランド中を巡る中で、異なる学科の人も交流が広がりました。

## 心理と数値の狭間を探る

卒業後はアイルランドかイギリスでデータサイエンス、もしくは心理学研究の修士号取得を検討しています。心理学を通じて量的アプローチに触れ、数値化しづらいものに

向き合う面白さを感じています。統計や量的データ分析は心理学や社会学といった本来数値化が難しいものに応用する経験を積みたいと考えています。

## 責任と共に自由に学ぶ

自らの人生に対する責任感を深められました。自分の現在地とそれまでの決断を受け入れること。その心持ちがあったからこそ、困難に直面しても他責思考に陥らず、改善の可能性を模索できました。苦しい時、「日本の大学に行っていれば」と考えるのではなく、「今何ができるだろう」と探る姿勢が身につきました。

## 道は求めて初めて拓ける

留学には情報・資金・健康が鍵となります。周囲の助けを求め活用して初めてわかること、開ける道があります。大学にメールを送る際には、返事がなくても何度も連絡をしてみてください。必要な情報は自分でつかむ気概が必要です。

あなたの足元にいつも道があらわれますように (アイルランドの祈禱文より)

## 私の語学勉強法

## 人事尽くせばなんとかなる!

「行けばなんとかなる」と言いますが、それは「人事尽くして天命を待つ」との両輪でこそ輝く考えだと思います。私にとって、人事とは今できることの全てでした。英語の授業に手を抜かない、NHK英会話を習慣化し、IELTSの勉強をする。こうした積み重ねが確かな英語の基礎につながったと感じます。留学経験はなくスピーキングは独学でした。ただ人事を尽くした以上、あとは天命を待つのみ。行けばなんとかなる! のですから。



講義を受ける建物



ダブリンの夕暮れ

## インドネシア

多様な文化に魅せられた  
インドネシア留学おがた 緒方  
りょう 諒さん

ジャワの伝統的な衣装

年月	国名	学校名	課程名	留学の種類	奨学金の有無 (有：名称)	備考
2022.3	日本	千葉県立佐倉高等学校 卒業				
2022.4	日本	慶應義塾大学 入学	総合政策学部			
2023.9 ↓ 2024.6	インドネシア	ジョグジャカルタ州立大学留学		語学留学	ダルマシスワ奨学金	慶應義塾大学は休学
2024.10	日本	慶應義塾大学 復学				

## 帰国後

帰国後、慶應義塾大学総合政策部に復学。大学では現代東南アジア地域研究に取り組むゼミと、日本のイスラム共生に取り組むゼミに参加。学外では長期インターンシップに参加し、日本での就職を目指すインドネシア人に対して会話の授業を担当。

## 現地で学びたい！奨学金で実現した留学

私は、ダルマシスワ奨学金というインドネシア政府の給付型奨学金を活用して留学しました。このプログラムでは、10か月間にわたりインドネシアの大学で無料でインドネシア語や文化を学ぶことができ、生活費や健康保険も支給されるため、安心して学びに専念できます。大学でインドネシア語を学んでいた私は、さらに深く現地の文化を理解したいと思い、この奨学金のチャンスを活かしてインドネシア留学を決意しました。

## 大学選びと事前準備の注意点

私はジョグジャカルタ州立大学（UNY）に留学しました。ジョグジャカルタはジャワ文化が色濃く残る街で、私は特にジャワ文化に興味があったのでこの地域を選びました。インドネシア留学では大学選びが重要で、留学生向けプログラムやサポート体制を調べることをお勧めします。私は大学のインドネシア語の先生に相談し、UNYを選びました。準備では、必要なワクチン接種に加え、インドネシアにはイスラムが多いので、ハラール対応のお土産を用意したり、イスラム文化を学んだりして現地での生活に備えました。

## 出会いと経験に恵まれた10ヶ月

大学では外国人向けのインドネシア語コース（BIPA）を受講しました。授業は週に4日で、座学だけでなく伝統的な文化を体験できる実践的な学びも多かったです。また、アフリカ、ヨーロッパ、アジアなど世界中から留学生が集まっていたので、国際色豊かな環境でした。現地では学生アパートを借りていましたが、場所によってはお湯が出ない、エアコンがない、窓がない、などの物件も多いので注意が必要です。放課後や休日は、現地の友人や他の留学生仲間と一緒に課題をしたり、遊びに行ったりすることが多かったです。また、祭日には友人の家を訪れて現地の人々のリアルな暮らしを体験することもできました。特にラマダーン月に友人と共に断食を経験した時には、当たり前だと思っていた水や食事のありがたさを実感する特別な経験ができました。



留学生仲間との記念写真（前列向かって一番左）

## 復学後も役立つ語学力

留学後は大学に復学しました。大学では、現代東南アジア研究に取り組むゼミに参加し、留学先であったジョグジャカルタ州についての個人研究を進めています。現在大学2年生で卒業後の具体的な進路はまだ決まっていますが、インドネシア語を生かしてグローバルに活躍していきたいと考えています。

## 留学の成果、そしてインドネシア語の活用

帰国後はインドネシア語技能検定試験B級を受験し、合格することができました。大学ではインドネシア語文献を読みながら個人研究に取り組んでいます。また、日本での就労を目指すインドネシア人を支援するインターンシップに日本語の先生として参加し、実践的にインドネシア語を活用しています。

## 学びの多いインドネシア留学生活のために

インドネシアでの留学生活は、慣れない環境や食文化に戸惑うこともあるかもしれませんが、しかし、その分だけ日常の中で驚きや発見があり、心に残る瞬間がたくさん待っています。見たことのない食べ物、経験したことのないイベント、さまざまなことに挑戦し、たくさん成長できる留学生活となることを祈っています。



注意：辛い料理が多いです

## 私の語学勉強法

## 出発前に日本でできること

私は1年ほどかけて文法事項を終わらせてから、インドネシア語のニュース記事を読むなどして語彙を増やしました。留学中はアウトプットに集中したかったので、渡航前にできるだけたくさんインプットできるように頑張りました。インドネシア語は標準語と口語で単語や言い回しが異なるのも特徴で、渡航後は口語での会話に苦労しましたが、インドネシア人の友人とたくさん交流する中で少しずつ上達させることができました。

米 国



## 米国で 高い壁に挑む

しょう まい こ  
庄 舞子さん



入学時の白衣授与式

年月	国名	学校名	課程名	留学の種類	奨学金の有無 (有：名称)	備考
2015.6	日 本	カナディアン・アカデミー卒業				
2015.8	米 国	プリンマー大学	一般教養	学位取得留学		
2019.5	米 国	プリンマー大学 卒業	生化学、 分子生物学			卒業 学士号取得
2019.8 ～ 2020.6	米 国	ジョージタウン 大学	生理学、 生物物理学 修士課程	学位取得留学		卒業 修士号取得
2022.8	米 国	ジョージタウン 大学	医学博士 課程	学位取得留学	JASSO海外留学支 援制度（大学院学位 取得型）	

### 卒業後

卒業時にはDoctor of Medicineを取得し、卒業後はアメリカの医療機関で研修医として研鑽を積む予定です。その後、大学や研究機関等において臨床、研究、教育に従事する研究医となり世界の医療に貢献したいと考えています。

### 世界最高峰の米国医学部に入学する

医師である両親の研究留学に伴い2歳から3年間、米国ボストンで暮らしました。帰国後、両親の影響もあり医師の道を志すようになりました。日本にも優れた医学部がたくさんありますが、豊富な資金と多様で優秀な人材を備えた米国医学部に進み、世界最高峰の医学教育を受けたいと考えようになりました。米国医学部は大学院博士課程であり、入学には北米の大学を優秀な成績で卒業することが求められます。高校卒業後まずは、幼い頃からの憧れである津田梅子先生が学ばれた米国フィラデルフィアのBryn Mawr大学に留学しました。

### ボトマック河畔の桜並木に魅せられて

米国籍の無い学生に門戸を開く医学部は、トップレベルの大学に限られます。残念ながら私のBryn Mawr大学卒業時のGPAやMCAT（医科大学入学試験）の点数では合格に届かなかったため、卒業後は医学部進学に特化した修士課程に進むことにしました。進学先を迷っていた3月、ワシントンD.C.を訪れた際にボトマック河畔で咲き誇る日本の



ワシントンD.C.の桜並木

桜を見て、私も必ず米国で世界の人に役立つ日本人医師になると決意を新たにしました。その後、ワシントンD.C.のジョージタウン大学修士課程に進学し、同大学医学部に入学しました。

### 多様性を重視する教育環境

ジョージタウン大学医学部では多様な人種や背景を持つ学生が学び、女子学生の割合も日本と異なり半数を超えています。教授等の責任ある立場に就く女性も多く、多様なロールモデルと身近に触れ合いながら学ぶことができます。倫理観、医学知識と技能を育むためのカリキュラムが1年生から提供されると同時に、研究に携わる機会も数多く提供されています。また、ボランティア活動には大学全体が熱心に取り組んでおり、学生たちがさまざまな分野でボランティア活動に励み社会貢献することを支援するシステムがあります。在学中に2つの国家試験（STEP1, STEP2）合格が義務付けられており多忙な毎日ですが、全人的な医療を提供するために重要な学習コースやクラブ活動、研究や社会貢献にも取り組み充実した学生生活を送っています。

### 国際的に活躍する研究医を目指して

医学部入学後、乳がん及び子宮がんに関する基礎研究の機会を得て研究の面白さに目覚めています。国際的に活躍する研究医を目指して2年生終了後、研究に没頭するため約1年間のリサーチイヤーを取得して現在論文を作成中です。STEP1にも無事合格してこの春からは3年生に戻り、臨床実習を開始します。

### 今を喜び生き切る

COVID19流行下の米国で、昨日まで元気にしていた人が亡くなる場面に遭遇し、困難な状況で必死に生きる人々とも出会いました。単身米国に渡った18歳からの10年間は、孤独に苛まれ自分の限界を感じる苦しい日々も多かったのですが、最近は、生きている喜びを噛み締めて今を生き切ろうと思えるようになりました。

### 出来ると信じること

米国籍の無い日本人の米国医学部入学は、大学時代から多くの人に不可能だと言われてきました。しかし私は、米国医科大学協会が毎年公表するデータを見て事実を確かめ、僅かな可能性に賭けて挑戦を続けました。前例の乏しいことに挑戦する時には「出来ると信じること」、それ以外に不可能を可能にする方法はないと思います。



ジョージタウン大学

### 私の語学勉強法

#### 読む読書と聞く読書

米国医学部に入学するには、言語能力の高いネイティブスピーカーと同等以上の速度で英語を読み、書き、話すことが求められます。大学留学後は毎日、ネイティブスピーカーの同級生よりも多くの英語書籍を「読む読書と聞く読書」でインプットして、膨大な量の英語レポートを書き、授業中は積極的に発言をして教員からのフィードバックを求め続けました。

## イタリア

イタリアと  
日本をつなぐものあきやま みつき  
秋山 美月さん

卒業制作と論文のプレゼン（写真右、スーツ）

年月	国名	学校名	課程名	留学の種類	奨学金の有無 (有：名称)	備考
2011	イタリア	国立高等学校アウグスト・リーギ卒業 (Liceo Scientifico Statale Augusto Righi)				
2016	日本	琉球大学	教育学部 教員養成 課程美術 教育専攻			卒業、学士
2018	日本	広島市立大学	芸術学研 究科彫刻 研究専攻			卒業、修了
2024	イタリア	ローマ・アッカデ ミア美術学院	環境・パ ブリック 彫刻研究		イタリア政府給付奨学金 ポーラ財団奨学金	卒業、学位取得

## 卒業後

卒業後はイタリアで芸術活動を続ける予定。

主な展覧会活動は次のとおり。2022年「Transitioning」展（ドレスデン美術大学、ドイツ）  
2023年「自立と統合」展（ポーラ・アネックスミュージアム、東京）

## 「アルテ・ポベラ」と「もの派」、日伊の共通点

私が生まれ育ったイタリアと日本を中心に、両国の文化的・美術的共通点を探り、新たな作品制作を目指しました。特に70年代に現れた「アルテ・ポベラ」と「もの派」は、交流がない中で近い概念や作風に至った点が興味深く、人と自然の原初的関係の回復を目指していました。本研究では、両者の「Essential」な表現に文化や個人を超えた共通感覚があり、人間同士や自然との普遍的なつながりを示していると考えました。

## イタリアの美大

イタリア・ローマへの留学を決めたのは、日本の大学での経験を経て、再びイタリアに戻り新たな発見を求めたいという思いからでした。学校選びでは、専門性やカリキュラムの内容を重視し、情報収集は公式サイトや教員などの関係者に直接連絡を取る形で

行いました。準備期間は約1年で、資金はアルバイトと奨学金で工面しましたが、中でも書類の準備が特に大変でした。イタリアの美術系学校は正式には「アッカデミア」と呼ばれ、大学とは異なるため、学位の同等性証明書などの書類が必要となったためです。

## 口頭試験の厳しさ

イタリアの大学では、試験の多くが口頭形式で行われます。レポート形式やグループワークも存在しますが、それは稀です。「イタリアにいる以上、これくらいはできないとダメだよ」というのが先生方の口癖であり、彼らの文化と歴史への誇りを強く感じました。私は美術・彫刻専攻だったため授業の半分は実技でしたが、美術史、美学、美術理論の授業が特に厳しかったことをよく覚えています。日常生活においては応用力が求められます。バスや電車の遅延やストライキ、授業の移動や振替、さらには先生や他の学生の少し理不尽な行動に至るまで、すべてを真に受けず柔軟に対応することが重要だと感じました。

## 芸術活動を続けていきたい気持ち

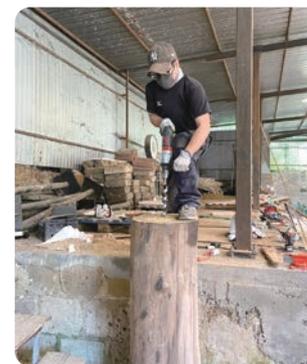
留学後もイタリアで芸術活動を続けたいと考えています。個人的な印象ですが、イタリアやヨーロッパでは芸術活動に対する理解が深く、より受け入れられていると感じます。アッカデミアの大学院（と同等のコース）を修了した際、自分の力量ではこちらで博士号を取得するのは難しいと痛感し、その後就職する道を選びました。

## そのまま移住してしまった

現在イタリアに在住しています。卒業後はボードゲームを製作する会社に就職し、生活をしています。仕事をしながら制作に充てる時間を確保し、作品を作り続けています。そのため、留学中に学んだ知識は、日々の制作や生活の中で活かされ続けていると感じています。

## 書類と契約には注意

家探しなどには特にご注意ください。当たり前かもしれませんが、無契約で入居、領収書を発行しない、通年家賃の20%以上の紹介料を求められるなどには特にご注意ください。そんな時はイタリア人の知り合いなどに同行をお願いするなどの手段で対策することをお勧めします。



制作風景



二人展の発表風景（向かって一番左）

## 私の語学勉強法

## 人とのコミュニケーション重視

申し訳ありませんが、特別なアドバイスは難しいです。私は高校までイタリアで過ごし、実質バイリンガルです。ただし、他の留学生を見て感じたのは、勇気を持って実践する人ほど成長が早いということです。半年でB1レベルに達する方もいれば、同国の人とばかり交流して語学力が伸びない方もいました。文法が多少間違っても、イタリア人は寛容に受け入れてくれるので、積極的に挑戦することが大切だと思います。

米 国



## ロサンゼルスで夢を描く

いとう みき な  
伊藤 弥季南さん



Josua Tree にて

年月	国名	学校名	課程名	留学の種類	奨学金の有無 (有：名称)	備考
2019.5	日 本	早稲田大学 卒業	創造理工 学部 建築学科			
2022.5	アメリカ	南カリフォルニア 大学 卒業	建築学部	大学院 (修士 課程) 留学	JASSO 海外留学支 援制度 (大学院学位 取得型)、大学から の奨学金	Master of Architecture 取 得、パンデミック のため1年休学

### 卒業後

卒業後ロサンゼルスにて設計事務所勤務。Architectのライセンス取得にむけて勉強中。

### 世界で活躍する建築家

高校生の頃から海外で働くことへの憧れがありました。学部時代は日本で過ごしましたが、世界で活躍する日本人建築家の姿を間近で見ていると、語学面だけでなく、多文化への理解の深さという点から、やはり数年は海外で過ごすことが必要だと感じ、留学を決めました。日本の設計事務所でお手伝いすることもありましたが、毎日深夜まで働く様子を何度も目の当たりにし、他の国での働き方も見てみたいと思うようになりました。働き始めてからでは留学する機会がいつ来るかわからないと考え、海外大学院に進学することを決めました。

### ロサンゼルスで学ぶ

尊敬する建築家やアーティストの多くがアメリカに留学していたため、自然とアメリカを考えるようになりました。その中でも、ロサンゼルスは様々な都市問題を抱えている一方で先進的な技術もあり、学ぶことが多そうだと思いました。さらに、留学先の南カリフォルニア大学はプリツカー賞受賞者を複数輩出していることも大きな決め手となりました。もちろん天気の良いところで過ごしたいというのも1つの理由です。



キャンパスの様子

### 対話の中で自分を知る

カリキュラムは設計スタジオと講義で構成されています。週3回のスタジオではロサンゼルスで活躍する建築家と議論することができ、自分の興味の幅を広げることができました。講義も多様でしたが、特に企業と共同でナショナルパークにパビリオンを建てたことが印象に残っています。初めの頃は授業についていくことも大変だったため、友達と協力して乗り越えました。ロサンゼルスでの一人暮らしは金銭的にも

治安的にも不安だったので、大学近くで13人でのシェアハウスをしていました。異なるバックグラウンドをもつ学生と過ごす毎日は新鮮で楽しい一方で理解し合えない苦しさもありました。日本について説明する機会も多くあり、その中で自分の育った環境への理解が深まりました。

### 卒業祝い

留学中は課題に追われて忙しく、ロサンゼルスはまだ理解できていないという感覚があったため、卒業後も残ることにしました。大学のメンターシッププログラムを通して現地で働く卒業生との繋がりがあり、企業訪問やポートフォリオの作り方など参考になりました。4か月の就活の結果、卒業式の日に最初の内定が出ました。

### 海外で働く、夢を叶えたその先へ

留学を通して、建築には何ができるのか、建築家としての職能を再考することができました。将来の選択肢が増えたことは間違いないですが、それが幸せかどうかは自分次第だと思います。ここでの経験をどのように自分のストーリーに織り込んでいくかが今後の課題です。

### 留学をデザインする

何を学びたいかだけでなく、留学の経験をどのように役立てていきたいかを考えることで、充実した留学になると思います。ロサンゼルスは1年中夏休みのような気候と曇り気で浮かれてしまいがちですが、大学内外でたくさんの機会があるので、チャンスを掴んで彩りのある留学生活にしていきたいと思います。



元気が出る景色

### 私の語学勉強法

#### 英語を話している自分を想像する

TOEFLの勉強のためにいろいろと試しましたが、最終的には単語が大事だと思いました。会話で1番効果を感じたのは、同じ映画を繰り返し見てセリフを全部覚えることです。同じ速度でアフレコできるようになれば、言葉が自分のものになったような感覚になります。この人のように話したいと思える人が見つければ覚えやすいです。今でも映画やドラマの引用で毎日を乗り切っています。

## カナダ

一生の思い出が  
つまった8ヶ月間みつ い ゆず か  
**三井 柚香さん**

日本語クラブで知り合った友人と（最前列向かって一番左）

年月	国名	学校名	課程名	留学の種類	奨学金の有無 (有：名称)	備考
2018.4 ┆ 2023.3	日 本	東京外国語大学	言語文化 学部			
2022.9 ┆ 2023.4	カ ナ ダ	クィーンズ大学	Arts and Science	大学を休学 して留学	高円宮記念クィーンズ大学留学奨学金	

## 帰国後

2023年4月 日系の化学メーカーに就職、現在に至る。

## きっかけは幼少期の原体験

私は自動車産業が盛んな地域で育ったこともあり、幼少期から周りに海外にルーツを持つ友人がたくさんいました。

クラスに数人はスペイン語やポルトガル語を話せる子がいるのが当たり前だったので、自然と海外の文化に興味を持つようになり、大学も国際系の大学に進学しました。それまでも漠然と留学したいと思っていたのですが、大学で多文化共生というテーマに興味を持ったことで異なるバックグラウンドを持つ人たちが一緒に暮らす社会に自分も飛び込んでみたいと思う気持ちが強くなりました。

## 留学中止からのスタート

もともと大学の交換留学が決まっていたのですが、パンデミックの影響で中止になってしまいました。最初は留学自体を諦めることも考えましたが、留学するなら今しかない！と思い、奨学金（高円宮記念クィーンズ大学留学奨学金）への応募を決めました。大学1年の時にバンクーバーに短期留学したことがあり、その際に物足りなさを感じていたため、留学先がカナダであったことも応募のきっかけになりました。実際に留学が決まってからは、履修登録や航空券の手配など慌ただしかったです。特にビザは取得に時間がかかったため、早めに手をつけることをおすすめします。

## 多様な価値観に触れた留学生活

授業は以前から関心のあったカナダの歴史と多文化共生を中心に履修しました。課題の量は授業ごとに異なりますが、予習は課題図書を読み込み、復習はミニクイズやショートエッセイという場合が多かったです。テストは日本と同様、中間と期末がありますが、テストの代わりにエッセイを提出する授業もありました。春と秋にReading Weekという1週間の休みがあるので、そこで友人とオタワやモントリオールに旅行に行き、息抜きをしていました。

また、生活面は身の回りに多様性が溢れていてとても刺激的でした。食事に関して言えば、寮の食堂には必ずベジタリアン向けのメニューやハラールフードが用意されており、驚きました。クラブ活動も多種多様で、エシカルファッションやセルフケアなど文化系のクラブが充実しているのが印象的でした。



紅葉が色づくキャンパス



日本で再会を果たした友人と（向かって左）

## 海を越えた絆

現在は日系の化学メーカーで働いています。仕事上でカナダとの直接的な関わりはありませんが、プライベートでは今でも留学中にできた友人と連絡を取り合っています。去年の夏にはそのうちの一人が日本に遊びに来てくれました。留学から数年経ちましたが、今でも変わらないつながりがあることに感謝しています。

## 日本人というアイデンティティ

新たな発見の連続だった留学期間ですが、今振り返ると、授業中に日本の立場からの意見を求められたり、友人から日本文化について質問されたりと、意外にも自分が日本人であることを強く意識する場面が多くありました。留学を通して日本の良さを再認識したことも、私にとっては大きな収穫でした。

## 知れば知るほど好きになるカナダ

人気の留学先ランキング1位に選ばれるカナダなので、留学前から良いイメージを持っていたのですが、実際に留学した今でもその印象は変わりません。特に、私が通っていたクィーンズ大学は治安も良く、食事も充実していて本当に過ごしやすい環境でした。海外生活が初めての人にもおすすめしたいです。

## 私の語学勉強法

## 現地での勉強を乗り切るために

反面教師にしてほしいのですが、留学前にもっと英語の論文やエッセイを読んでおくべきだったと少し反省しています。大学では、授業前に膨大な量の文献に目を通す必要があり、予習にかなりの時間を割きました。留学前にどれだけ勉強していても分からない単語、言い回しは必ず出てくるとは思います。とにかく英文に慣れておく、抵抗感をなくしておくということが現地での勉強のハードルを下げることに繋がるとは思います。

## イギリス



# 自分がのびのび 学べる環境を

やまもり はづき  
山森 葉月さん



ロンドンの街中にある兵隊と

年月	国名	学校名	課程名	留学の種類	奨学金の有無 (有: 名称)	備考
2021.4	日本	都立国際高等学校 卒業	国際バカロ レアコース			
2021.10 ↓ 2024.7	イギリス	Imperial College London	生化学	学位取得留学	柳井正財団 海外大学奨学金	卒業 学士号取得
2024.9	米国	Duke University	生化学	学位(博士) 取得留学		

## 卒業後

博士取得後の予定は未定だが、生化学の研究を続けたいと思っている。

## サマーキャンプがくれた決意

高校入学前のほとんどを海外で過ごしていたため、海外大学への進学は常に選択肢の一つでした。しかし、本格的に「行こう！」と決意したのは、中学2年生で参加したスタンフォードのサマーキャンプです。教授との距離が近く、自由に質問や議論ができる環境に刺激を受けました。また、最先端の実験施設を見学するうちに、「こんな場所で思い切り学びたい」という強い思いが芽生えました。この経験が、海外大学進学への明確な目標につながりました。

## 自分に合った学びの環境を求めて

もともと英語圏の大学への進学を考えていたのですが、その中でも生化学を学べるイギリスとアメリカの大学を受験しました。最終的にイギリスを選んだ理由は、教養学部がなく、1年目から専門的に学べる大学のシステムに魅力を感じたからです。さらに、これまでイギリスに住んだことがなかったこと、新しい環境に挑戦したかったこと、そしてヨーロッパに近く旅行しやすい点も決め手となりました。



キッチンの友達と買った恐竜

## キッチンに集まる仲間たちとの大学生活

インペリアル・カレッジでは、大学1年生の間はキッチンのみ共有で、寝室とシャワーは個室の寮に住みます。授業は同じ学部の学生としか受けられないため、寮のキッチンを通して異なる学部の友人ができます。私はそこで出会った友人と4人で、2年生以降はシェアハウスをしていました。一緒にお菓子を作ったり、映画を見たり、クリスマス会を開いたり、楽しい時間を過ごしました。

大学では、1つの科目でもトピックごとに専門の教授が授業を担当し、最新の研究について学べるのが魅力です。ただ、毎回長期休みの後に成績の70%を占める試験があるのは大変でした。休んでいても試験が頭をよぎり、完全にリラックスするのが難しかったのですが、試験があるのはみな同じなので、キッチンに集まり、一緒に勉強したのは今では良い思い出です。

## 学びの先へ、アメリカの大学院へ

学部での学びを通じて、得た知識はまだ入り口に過ぎないと感じ、もっと使える知識にしたいと思い大学院へ進学しました。さらに、所属研究室の教授から、私の関心のある分野はアメリカのほうが進んでおり、直接博士課程に応募できると聞き、挑戦を決意。興味分野に合った研究環境を求め、アメリカの大学院へ進学しました。

## もっと挑戦に前向きに

好きな分野を学べたことに加え、大学生という時間のある時期に、住んだことのない国へ一人で飛び込み、周りの国を冒険できたことは貴重な経験でした。広い世界を知り、挑戦に前向きになれたことは大きな収穫です。また、どこにいても「ただいま」と言える大切な友人にも出会えました。

## オプションの一つとしてのイギリス留学

イギリスは天気が悪くてご飯がまずいという印象を持たれがちですが、冬には短い日照時間の中で美しいイルミネーションが楽しめます。また、サンデーローストやアフタヌーンティーなど、美味しい食べ物もたくさん。少しでも興味があるなら、大学進学の実選択肢としてイギリス留学を考えてみてください！



冬の遊園地のイルミネーション

## 私の語学勉強法

### 映画で学ぶイギリス英語と文化

日常生活や友達との会話での英語は、国によってかなり違うので、実際に留学して学ぶのが一番だと思います。勉強に使う英語は、YouTubeで自分の興味のある分野を英語で解説している動画を、字幕付きで1.5~2倍速で再生し、鍛えていました。イギリスに留学するのなら、ハリーポッターやジェームズボンドなどのイギリスのスタンダードな映画を観るのも、現地の文化や言い回しを学ぶのにおすすめです。

## オーストラリア

(情報提供：オーストラリア大使館商務部)

世界でもっとも住みやすい国のひとつとして知られるオーストラリア。生活および教育の質が世界トップレベルであることから、多くの生徒・学生に留学先として選ばれています。オーストラリアの大学の9割以上が、世界の大学ランキングにランクインしており、うち7大学は安定してトップ100位以内には選ばれています。国内在住者の約半数は海外生まれ、または両親のいずれかが海外で生まれている群を抜いた国際的な環境が、みなさんをあたたかくお迎えします。小・中・高校、大学、高等専門教育機関（VET/TAFE）、英語学校などの教育機関で学ぶことができます。学生ビザを持つ留学生はアルバイトも可能なことから、勉強以外の経験を積むことができるのも魅力です。



©Tourism Australia

### 修業年限・学期

学士号：通常3年 修士号：通常2年 博士号：通常3年～（専攻による）そのほかCertificate、Diploma、Advanced Diploma、Graduate Certificate、Graduate Diplomaなどの資格もあり、修業期間は数か月から数年。これらの学位・資格は大学および高等専門教育機関（VET/TAFE）で取得可能。多くの大学がセメスター（2期）制だが、一部ターム（3期）制を導入しているところもある。通常、大学の新学期は2月末、小・中・高校・高等専門教育機関は1月末～2月上旬開始。

### 入学条件・出願・選考

大学・高等専門教育機関への出願には在籍教育機関での成績証明および英語能力試験のスコアを提出する。出願は各教育機関に直接行う。出願日程や提出書類等は各機関のウェブサイトを確認。入学要件を満たしていない場合でも、英語学校やファウンデーションコース（大学進学準備コース）などさまざまなパスウェイが用意されている。教育機関からの入学許可証（Confirmation of Enrolment/CoE）取得後、学生ビザ申請が可能となる。

### 語学力の目安

大学・高等専門教育機関の場合IELTS 6.0～、英語学校の場合は一般英語コースであれば英語力は問われない。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費は教育機関・専攻により異なるため、各機関のウェブサイトを参照のこと。生活費はオーストラリア政府公式ウェブサイトStudy Australiaの生活費計算ツールをご利用ください（<https://costofliving.studyaustralia.gov.au/>）。留学生の滞在先は学生寮、民間企業が運営するStudent Accommodation、シェアハウス、アパート、ホームステイが一般的です。昨今の住宅難で、特に都心部で滞在先を見つけるのが以前より難しくなっているため、早めに滞在先を探し始めることをおすすめします。

### PICK UP!

オーストラリア大使館商務部や州政府では、留学に関するイベントやセミナーを随時開催しています。最新情報はインスタグラム (@studyauofficial\_japan) をフォローしてください。オーストラリア政府公式ウェブサイトStudy Australiaでは、コース・教育機関・奨学金の検索ができます。

### お役立ちリンク

オーストラリア政府公式ウェブサイト Study Australia (日本語)



恵文社オーストラリア留学ガイド (ガイドブック無料配布中)



## オーストリア

(情報提供：オーストリア大使館・オーストリア文化フォーラム東京)

ヨーロッパの中央に位置するオーストリアは、山や湖水に恵まれた美しい自然と、歴史と文化を誇る美しい都市が特徴です。豊かな文化的環境の中から、今日も、高名な科学者、ノーベル賞受賞者、芸術家を多数輩出しています。治安もよく、日本の学生に人気の留学先です。日本の大学とパートナー協定を結んでいる大学も多数あります。近年では、自然科学分野で留学する人、英語で学ぶ前提で留学する人も増えています。



©Barbara Maier

### 修業年限・学期

学士号：最短180ECTS単位、修士号：最短120ECTS単位、博士号：最短3年  
10月1日から翌年9月30日までが1学年、冬学期は10月1日から1月30日まで、夏学期は3月1日から9月30日まで。

### 入学条件・出願・選考

希望の大学の入学許可、学業に十分な語学力、在留許可が必要。詳細は希望の大学に確認のこと。

### 語学力の目安

大学や専攻によるが、ヨーロッパ共通参照枠で最低B2以上

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費：一般の大学の場合、オーストリア人以外の学生はセメスターごとに約728ユーロの学費を支払う。私立大学や応用大学ではそれぞれ異なるので各大学の情報を参照のこと。1か月の生活費の目安は1,200ユーロ程度（家賃450ユーロ、食費350ユーロ、教材費など400ユーロ）だが、都市や住環境などにより異なる。

### PICK UP!

日本にはオーストリア留学相談の窓口はありません。Study in Austriaのサイトから問い合わせるか、希望の大学がある場合には直接連絡をとることになります。

### お役立ちリンク

留学情報全般



奨学金データベース



留学プログラムのデータベース



## ベルギー王国(フランス語圏)

(情報提供：Wallonie-Bruxelles International)

ベルギーは、3つの言語共同体と3つの地域により構成される連邦国家で、オランダ語、フランス語およびドイツ語の3つの公用語があります。生活環境は良好で、優れた医療制度と効率的な公共交通網はその一例です。

欧州の中心に位置するベルギーフランス語圏には、5つの大学、19の高等専門学校および16の芸術学校の合計40の最高水準の高等教育機関があります。毎年22万人以上の学生が学び、そのうち20%以上が留学生です。提供される教育課程の多様性、豊かな文化、活発な研究と技術革新が留学先としての当圏域の魅力です。

### 修業年限・学期

学士号：180欧州単位互換制度（ECTS）単位—修業年限3年、修士号：120ECTS単位—最終学年の課題を含む2年間の修業、上級修士号：60ECTS単位  
1学期：9月～1月 2学期：2月～6月 夏休みと追試験期間：7月～9月

### 入学条件・出願・選考

学部課程：希望する学年に入学可能な卒業証書（特定の進路（土木工学、医学、歯学、獣医学、言語療法、理学療法、リハビリテーション）では選考あり）

修士課程：希望する専攻分野と同等または類似した分野の学士号

上級修士課程：修士号

博士課程：以下の条件すべて

1. 5年間の学業（300ECTS単位）を経て取得した修士号
2. 学業を修了するために十分な経済力（資金計画の提出）
3. 学位論文の指導教員および受入機関の研究室によって認められた、過去の学業で十分な成績
4. 学位論文の提案書と指導教員からの同意書

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

授業料：2,505ユーロ（学部課程及び修士課程）

生活費：最低でも月1,000ユーロから1,200ユーロ

多くの場合、大学寮が備えられています。一般的に台所、居間、浴室は共用です。

民間のアパートを個人でまたは他の学生と共同で借りることもできます。

ベルギーフランス語圏の高等教育機関に在籍し、有効な滞在許可証を持っている留学生は、在学中一定の基準内での就労が可能

### PICK UP!

ベルギー王国フランス語共同体政府国際交流振興庁（WBI）は、外国人留学生を対象に各種の奨学金を給付しています。日本での特定の課程を持つ修士課程、上級修士課程、博士課程の学生を対象に、受け入れ（IN）および送り出し（OUT）の移動のための様々な奨学金を提供しています。その他、各教育機関が独自の奨学金制度を備えています。フランス語圏の高等教育機関はすべて、欧州域外を含む国際的な学生移動のための「エラスムス+（ERASMUS+）プログラム」に加盟しています。



### 語学力の目安

講義で使用する言語（フランス語または英語）の B2 または C1 レベル。一部課程は英語で履修可能。  
受入教育機関から、標準化された評価方法（英語の場合は TOEFL と TOEIC、フランス語の場合は DELF と DALF）によって認定された必要な語学レベルの証明を求められることもあります。

### お役立ちリンク

ワロン・ブリュッセル・キャンパス (WB Campus) WBI 東京事務所



## ブルネイ・ダルサラーム

(情報提供：ブルネイ・ダルサラーム大使館)

国土の70%が手つかずの熱帯雨林に覆われ、豊かな文化遺産が脈々と受け継がれ、守られてきたブルネイは“平和の郷”として知られています。マレー・イスラム王政（MIB）を国の基本理念とし、高水準の教育と医療が国民に保証されているブルネイは、大きな自然災害もなく、衛生意識が高く、治安も良いため、留学生が安心して学べる環境といえます。公用語はマレー語ですが、国内では英語が広く使われ、大学の授業は英語で行われます。



### 留学生を受け入れている主な公立大学例

#### ●ブルネイダルサラーム大学（UBD：Universiti Brunei Darussalam）

ブルネイ・ダルサラーム大学（UBD）は、2025/2026年アカデミック・セッションのための幅広い学部および大学院プログラムを提供しています。プログラムの詳細 <https://www.ubd.edu.bn/>

(修業年限・学期)

学士：修業年限は、デジタルサイエンス（応用人工知能）プログラム（全日制6学期）を除き、全日制8学期（4年間）

修士：プログラムにより全日制で12ヶ月、または全日制で18ヶ月となる。研究による修士号は全日制で24ヶ月となる。

(語学力の目安)

GCE 'O'レベル試験における英語のグレードC6、IGCSE英語（第二言語として）のグレードB、IELTSスコア6.0、TOEFL総合スコア550点以上、UBD英語能力テストB2のいずれかの条件を満たしていること

#### ●ブルネイ工科大学（UTB：Universiti Teknologi Brunei）

工学・技術系の国立大学で、工学、ビジネス、コンピューティング、応用科学と数学、デザインといったニッチな分野に特化しています。詳しくは<https://www.utb.edu.bn/>

(修業年限・学期)

学士：7月から翌年6月まで。学年度前期は7月中旬から11月。後期は1月から6月。

大学院（研究による修士号取得および博士号取得）の学年度：

8月入学の場合：毎年3月31日までに願書を提出。結果発表は6月

1月入学の場合：毎年8月31日までに願書を提出。結果発表は10月

大学院（コースワークによる修士課程）の学年開始は7月。毎年3月31日までに提出。結果発表は6月。

(語学力の目安)

GCE O-LevelでグレードC以上、またはIELTS：Band 6.0、またはTOEFL550点以上。

#### ●ブルネイ工科教育大学（IBTE：Institute of Brunei Technical Education）

IBTEでは、専門的かつ生産的に現代社会に貢献できる人材の育成に必要な指導を行います。グローバル化に対応するための知識と自信、そして最高の成果を発揮する能力を身につけ、業界で即戦力となって活躍する準備を整えることができます。

<https://ibte.edu.bn/>

(修業年限・学期)

ほとんどのプログラムは4学期制で、各学期は6ヶ月間。(3期は大学で学び、1期は企業で学ぶ)

(語学力の目安)

留学生の語学力に関しては、特定の条件はない。

### PICK UP!

ブルネイ・ダルサラーム外務省では、ブルネイ・ダルサラーム国で学ぶ外国人留学生に対するブルネイ・ダルサラーム国政府奨学金を実施しています。指定された高等教育機関でディプロマ、学士課程、大学院修士課程の学位を取得する外国人留学生が対象となります。

### お役立ちリンク

ブルネイ・ダルサラーム政府奨学金



## カナダ

(情報提供：カナダ大使館)

カナダは、豊かな自然環境が広がり、四季折々の美しい景色を楽しめる一方、先進的な都市が発展しています。文化的にも多様性に富んでおり、留学先として非常に魅力的な国です。

様々なバックグラウンドを持つ人々が共存する多文化社会で、国際的な視野を広げるのに最適な場所です。また、英語・フランス語の2言語が公用語です。

さらに、カナダは教育水準が高く、OECD（経済協力開発機構）やPISA（学習到達度調査）でも、中高生の学力の高さは世界的に評価され、世界有数の大学や研究機関が多く存在します。質の高い教育と実践的な学びが融合した環境で、充実した経験を積むことができます。

また、カナダは生活費や授業料が比較的リーズナブルで、安全で住みやすい国の一つです。



### 修業年限・学期

州や準州、学校によって異なります。高等教育（大学・カレッジ）は、学士（大学、3年～4年間）、修士課程（1年～2年）、博士課程（3年～5年）、ディプロマ（2年）、サーティフィケート（1年）。初等・中等教育は日本と同様合計12年（ケベック州は11年）です。学年は通常9月スタートで翌年6月終わりです。

### 入学条件・出願・選考

学士：入学選考試験などはなく、高校での成績と英語力により合否が決まります。

修士・博士：前課程での成績と英語力により合否が決まります。研究テーマのレポートや推薦状などの提出も必要となる場合もあります。

中学・高校：日本での成績により合否が決まります。私立校は英語力テストやオンライン面接が必要な場合もあります。

### 語学力の目安

高等教育は大学・カレッジにより異なります。目安として、大学はTOEFL iBT 88～100、IELTS 6.5～7.0程度。カレッジはTOEFL iBT 71～80またはIELTS 6.0～6.5程度です。公立の中学・高校留学の場合、ESLコース受講などを条件に、英語要件は定めていない場合が多い。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費は教育機関によって異なります。目安として、カレッジはC\$7,000～22,000 /年、大学はC\$36,100（平均）。カナダ政府カナダ留学公式サイト（EduCanada.ca）からプログラムごとに概算を算出できます。また、大学生の生活費は\$15,000 /年（平均）。大学・カレッジによっては留学生対象の奨学金があります。公立中学・高校の学費は\$9,500～\$17,000 /年（平均）、私立中学・高校は\$15,000～\$30,000 /年（平均）、全寮制中学・高校は\$63,000～\$83,000 /年（平均）。

### PICK UP!

カナダでは英語・フランス語どちらも学ぶことができます。大学やカレッジのESL (Language as a Second Language) コースと私立の語学学校の、大きく2つに分かれます。就学・就労の経験を積めるIECワーキングホリデーも人気です。フルタイムの留学生はオンキャンパス、オフキャンパスでの就労も可能で、卒業後は最長3年就労可能なプログラムに応募することもできます。

### お役立ちリンク

EduCanada



instagram



## 中華人民共和国

(情報提供：中華人民共和国駐在日大使館)

中国は悠久な歴史と広大な国土、多種多様な文化を持つ国。57の世界遺産を有し、全世界でトップクラスの数を誇る。中国での生活はノンストレスで毎日がとても新鮮で、外国人らは活気に満ち、とても便利な現代的な暮らしを楽しんでいる。治安も日本と大きくは異なりません。中国は世界最大規模となる教育システムを構築し、各級・各種学校が51万9千校あり、そこで2億7600万人の学生が学んでいて、教育制度では日本と同様に6・3・3・4制が採用されている。大学は国公立大学が多いが、私立も存在している。「大学」をはじめとした高等教育機関数は計3,117校、このうち普通高等教育機関が2,868校、成人高等教育機関が249校である（香港、マカオ、台湾の高等教育機関は含まれない）。今、中国は世界第2位の留学目的国、アジアトップの留学目的国となった。



### 修業年限・学期

本科（本科大学）：4年～5年。修了した後、学士号を取得する。専科（専科学校）：2～3年。職業技術学院：「医学高等専科学校」、「師範専科学校」など、日本でいう専門学校に相当する教育機関で、2～3年。大学院（修士課程、博士課程）については、修士課程は2～3年で、博士課程は3～4年である。秋入学の制度を持つ学校が多い。

### 入学条件・出願・選考

学士：高等学校卒業以上の者。修士：学士号以上の学位取得者。博士：修士号以上の学位取得者。普通進修生：高等学校卒業以上の者。高級進修生：修士号以上の学位取得者または准教授以上の教職に就く者。大学など高等教育機関へ出願は各教育機関でそれぞれ行うので、出願日程、提出書類等は志願学校のHPを確認すること。留学先大学が入学志願者の能力や大学の専攻で学ぶ適性があるかどうかを総合的に判定し、予科教育や語学補習の必要性を決定する。

### 語学力の目安

中国語プログラム：本科生、進修生（中国語専攻を除く）はHSK試験三級180点以上、修士又は博士はHSK試験四級180点以上。英語プログラム：「TOEFL iBT 80～」または「IELTS 6.0～」程度の英語力

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

各大学・専攻により授業料・宿泊料などが異なるので、直接大学の関係部門との確認が必要。授業料：30万～50万円程度 /年、宿泊料：2万～8万円程度 /年。留学生の多くは学校の用意する学生寮に住んでいる。一か月の生活費は都市によって異なるが、約3万～9万円。個人の都合で上記の留学にかかる費用の目安を超えるケースもある。支援制度として中国政府奨学金、地方政府奨学金、孔子学院奨学金、大学による奨学金、その他財団等による奨学金給付制度がある。

### お役立ちリンク

中国政府奨学金サイト



Study in China



Young Envoys Scholarship



### PICK UP!

入試要項、提出書類、締切日など予め確認しておくこと。

## コロンビア

(情報提供：駐日コロンビア大使館)

太平洋と大西洋の2つの大洋に囲まれている世界で最も生物多様性に富んだ国の一つであるコロンビア。熱帯雨林やマングローブ、水の供給源となっているパラモ（高地草原）などの豊かな自然や活気ある文化と友好的な国民が、理想的な留学の環境を与えてくれます。

教育面では、コロンビア国立大学やロス・アンデス大学、ハベリアナ大学、ロサリオ大学、EAFIT、エクステルナード大学などの有名大学があり、これらの大学は、科学や工学、ビジネスや芸術そして医学の分野で質の高いプログラムを提供しており、スペイン語の他に英語で受けるオプションもあるため、留学生に最適です。



©Andrés Hurtado: @fonturcol

### 修業年限・学期

初等教育・中等教育：6～17歳（11年間）

高等教育（大学）：学士号の場合は通常4～5年

通常1月～6月と7月～12月の2学期制である。大学によって異なるが、基本的に前期の入学手続きは前年度の10月～12月頃、後期の場合は同年の5月～6月頃が多い。

### 入学条件・出願・選考

学士：高等学校を卒業しコロンビアの高等教育機関（大学）に学部生として留学する場合、コロンビアの中等教育修了証明"bachiller"と同様の資格（高校卒業証明書）を取得保有している必要がある。博士：学士課程レベルを修了し、該当する資格を取得していること。希望留学先により異なる申請要件を満たすこと。（大学院によっては専門資格の取得が求められたり、入学試験が課せられたりする）

### 語学力の目安

各プログラム/大学や募集条件によって異なるが、最長6か月のスペイン語上達の機会を提供するコースも存在する。コロンビアの大学院留学希望の場合は、事前にスペイン語コースを修了し、それを証明する修了証明書の提出が必要となる場合もある。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費は各大学及び専攻により授業料等が異なるので各大学の情報を参照のこと。目安としては1,500万コロンビアペソ程度～/学期

1か月の生活費は都市や生活水準によって異なるが、留学生の目安は250万～400万コロンビアペソ。

留学生の多くは大学が用意している寮や学生同士で民間アパートをシェアして住んでいるが、自身でアパートを借りて一人暮らしする生徒もいる。

奨学金制度があり、授業料や教材費、医療費の補助、月額支給や証明書の発行にかかる費用の支給などの金銭的援助がある。

### PICK UP!

ICETEXは、コロンビアで専門課程、修士・博士・研究課程を希望する外国人学生を対象としたプログラム「Becas Colombia(コロンビア奨学金)」を毎年募集している。

また、スペイン語を母語としない学生を対象に大学院留学前のスペイン語強化プログラムなども用意されている。

期間は様々であり、専門科目：最長18か月、修士：最長24か月、博士：最長48か月

コロンビアの二重国籍でないこと、コロンビアに居住していないこと、過去の募集において同プログラムの受給者でないこと、専門職学位又は学士号を有していることを条件としている。募集は例年6月に締め切れ、同月末に結果が発表される。

### お役立ちリンク

Becas Colombia  
(コロンビア奨学金)



## フィンランド

(情報提供：フィンランドセンター)

美しい自然、サウナ、ムーミン、北欧デザインや建築が人気のフィンランド。幸福度ランキング世界1位に連続して輝くほか、OECDの実施する学習到達度調査(PISA)で常に上位にランクするなど、世界トップレベルの生活・教育水準でも知られている。ハイテク機器の揃った図書館・教育施設や双方向で実践的な学びをすることのできる授業環境が魅力。留学生へのサポート体制も充実。フィンランドの高等教育機関には学術研究を深めるための「総合大学」と実務経験を重視する「応用科学大学」がある。フィンランドの公用語は、フィンランド語とスウェーデン語だが、学士課程のほか特に修士課程では英語による授業を行っている大学も多い。



### 修業年限・学期

総合大学では学士号から博士号までのプログラムがあり、学士号と修士号を取得するのに約5年かかる(学士号：180単位/3年、修士号：120単位/2年)。一方、応用科学大学では、学士号取得に210～270単位(約3.5～4.5年)、その後関連業界での実務経験、修士号取得に60～90単位(約1～1.5年)が必要となる。

### 入学条件・出願・選考

学士課程の場合、高校卒業程度かつ大学入学資格を取得した者で、入試(選考方法)は各大学・選考によって異なる。学士課程では、大学間の交換留学が一般的。また、修士課程の場合は学士号を取得した者が出願可能。主な留学の種類としては、「正規留学」、「協定留学(交換留学)」、「フリームーバー(ビジニング・スチューデント)」、「サマースクール」。高校生留学の場合は、各団体(AFS日本協会、ワイ・エフ・ユー日本国際交流団体、日本国際生活体験協会、ライオンズクラブ)の交換留学制度を利用する必要がある。

### 語学力の目安

英語で受講する学科の言語要件は、各大学コースにより異なるが、IELTS 6-6.5、TOEFL PBT 550-580、TOEFL iBT 72-92前後が必要。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

留学先大学・コース、留学形態、学位より異なる為、詳細は各大学へ問い合わせが必要。

以下は目安。

学費：年間5,000～18,000ユーロ

生活費：1ヶ月約700～1,200ユーロ(食費、宿泊費、旅費を含む)

家賃は都市やフラットによって異なる。例えば、HOAS(ヘルシンキ地区学生寮)では

シェアフラット 月270～430ユーロ

スタジオフラット 月390～825ユーロ

### PICK UP!

奨学金は、フィンランドの大学が提供するさまざまな奨学金から、出願時に申請することができます。フィンランド国立教育庁は、主に博士課程の学生として大学や研究機関に留学する外国人学生を対象に奨学金を提供しています。

3ヶ月以上の滞在にはビザが必要です。詳しくはフィンランド大使館にお問い合わせください。

### お役立ちリンク

Study info



Study in Finland



フィンランドセンター



## フランス共和国

(情報提供: Campus France - フランス政府留学局・日本支局)

フランスでの大学生活は、多文化で開放的な社会で「l'art de vivre (生活芸術)」という言葉が象徴するように、演劇、音楽、グルメ、旅行などを楽しむことができ、学生割引も充実しています。2021年には教育がGDPの6.8%以上を占め、教育と研究に多額の投資を行っています。このような政策により、世界で最も優れた高等教育システムのひとつである、フランスの大学やグランゼコールでは、過剰な授業料なしで質の高いプログラムを提供しています。そして、生活の中で国際言語であるフランス語が身につきます。

### 修業年限・学期

学士 (Licence)=3年、修士 (Master)=2年、博士 (Doctorat)=3年  
国立大学は9月に年度がスタートし、交換留学プログラムや語学留学を除き、途中の入学は不可。私立はその限りではない。

### 入学条件・出願・選考

国立大学への出願は、Etudes en Franceを通す。詳細はHPで要確認。  
学士課程1年目 (DAP) :  
高校の卒業証明書が高等教育への入学資格を許可する場合、その証明書  
高校の卒業証明書が高等教育への入学資格を許可するものではない場合、  
高校の卒業証明書と高等教育機関への入学資格を証明する書類 (大学入試  
の合格通知) の両方  
学士課程2、3年目、修士課程 (Hors DAP) :  
希望する課程や学年、学問分野に対応した課程が既修であることの証明書。  
私立教育機関やグランゼコールは直接教育機関へ出願する。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

国立大学の年間登録料は、学士課程/2,850€、修士課程/3,879€、博士課程/391€。私立の教育機関はおおよそ年間3,000€から10,000€。1カ月の平均生活予算は地方で800€、パリで1,000€。文化施設や交通は様々な学生割引が充実しており、CROUS (地域学生生活センター) が運営する学生食堂では、3.30ユーロで、前菜・メイン・デザートのセットを食べることができる。家賃は国費奨学生が利用できるCROUSの際は250~600€、民間学生寮はパリで600€~1,200€、地方で400€~600€。長期学生ビザ保持者は住宅補助 (APL) が申請でき、家賃の3割程度が還付される。

### PICK UP!

Campus France - フランス政府留学局は海外にてフランスの高等教育機関への留学を推進する公的機関で、外国人の留学生や研究者のフランスでの受入れを支援しています。日本支局は、東京のメインオフィスと京都の関西オフィスで業務を行っており、予約制で対面・オンラインで個別留学相談にも応じています。  
<https://www.japon.campusfrance.org/ja/consultations>

### お役立ちリンク



Campus France  
フランス政府留学局・  
日本支局公式HP

アンステイチュ  
・フランス

在日フランス  
大使館



## ドイツ

(情報提供: ドイツ学術交流会 (DAAD) 東京事務所)

ドイツは留学先としてとても人気があります。ドイツの大学は世界中で高い評価を得ており、その学位は国際的に認められています。英語で学べる課程も年々増えていきます。例外もありますが、国立大学の授業料は基本的に無料です。

400を超える大学はどれも同様に高いレベルの教育・研究を行っており、大きく総合大学 (学術・理論志向)、  
応用科学大学 (実践志向)、芸術・映画・音楽大学 (芸術系) の3種類に分けられます。

卒業を目指して留学することも、交換留学や語学研修の制度を利用して短期留学することもできます。個人で参加できるサマーコースも充実しています。

### 修業年限・学期

Bachelor (学士号) : 3~4年 (多くは3年)。Master (修士号) : 1~2年 (2年のところが多い)。  
PhD (博士号) : 2~5年くらい (場合により異なる)。医師・薬剤師・法曹・教師の資格のための  
Staatsexamen (国家試験) : 4~6.5年くらい (場合により異なる)。  
冬学期(9月/10月)入学が多く、夏学期 (3月/4月)入学のところは少数。

### 入学条件・出願・選考

大学で学ぶ基本資格として Higher Education Entrance Qualification が求められます ([www.daad.jp/ja/study-in-germany/admission-requirements/](http://www.daad.jp/ja/study-in-germany/admission-requirements/))。出願条件、時期、方法等は各大学の各課程により異なります。uni-assistを通じて出願するよう指示されている場合、大学の締切より8週間以上前にuni-assistに出願書類が到着しuni-assistの手数料が支払われていることが必要です。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

90日を超えてドイツに滞在するには学生ビザ/滞在許可が必要です。その申請には1年あたり11,904ユーロ (1か月あたり992ユーロ) 以上の資金を準備できることを証明する必要があります。国立大学の授業料は基本的に無料ですが、例外もありますので各大学のウェブサイトを確認してください。授業料の有無にかかわらずsemester fee (学期共済費) は学生全員が支払います。大学生の生活費は平均で月に842ユーロですが、都市によっては1,000ユーロを超えることもあります。家賃支出は平均410ユーロで、学生の多くは学生寮、WG (シェアフラット)、民間アパートに住んでいます。学生寮も含め部屋は自分で探さねばなりません。交換留学生は優先的に学生寮に入れる場合もあります。

### PICK UP!

留学希望者は各大学の International Office に相談することができます。学生寮を含め部屋探しは難航する場合がありますので早くから情報を集めておきましょう。日本国籍の方はドイツ入国にビザは必要ありませんが、90日を超えてドイツに滞在する場合は必要書類を準備して入国後速やかに現地の外国人局で滞在許可を申請する必要があります。ビザについてはドイツ大使館・総領事館のサイト:<https://japan.diplo.de/>を参照。

### お役立ちリンク



DAAD  
東京事務所

DAAD  
奨学金

X

Facebook

Instagram



©Kiyofumi Horita

## アイスランド

(情報提供：駐日アイスランド大使館/Study in Iceland)

世界一平和な国、アイスランドで清涼な大自然に抱かれながら、北欧文学や神話、中世の歴史、革新的かつ最先端の自然科学、環境工学やコンピュータサイエンスといった理工学、エネルギー、海洋学、サステナビリティ、アートやデザイン、ジェンダーや国際・社会学を学びませんか？世界中から集まる留学生らとともに英語で学べます。学業に一息つきたいときは、温泉やオーロラ、むき出しの大自然でリフレッシュも。治安もよく安心して暮らせる環境が整っているアイスランド。世界に羽ばたく第一歩を踏み出すのを応援しています。



### 修業年限・学期

学士号：3~4年、修士号：1.5~2年、博士号：3~5年  
入学時期は8月末（秋学期スタート）ですが、一部の大学やプログラムでは1月ごろ春学期スタートも。AFSを使った高校での留学もあります。

### 入学条件・出願・選考

毎年2月1日までに、2月8日までに、出願用紙以外の必要書類の提出（英語スコアなど）。交換留学生は4月1日まで。  
学士：高等学校卒業証明書に発行機関による署名または捺印した封書を郵送依頼し、受理後留学先に未開封で提出。（日英両言語）  
修士：上記同様。学士号での成績平均値が7.25であることが入学条件だが、コースによって変わる。

### 語学力の目安

学士/修士の最低スコア：  
TOEFL iBT: 79 IELTS: 6.5  
PTE Academic: 58  
一部コースやプログラムによる最低基準スコアが異なるため要注意。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

国立大学の場合、大学在籍費用：1年間75,000アイスランドクローナ（例：4年制の場合毎年支払い）  
\*1学期分（春のみ）では55,000アイスランドクローナ  
私立大学（レイキャイク大学やピフロスト大学など）の場合は入学費用有。  
教材費：実費  
住居費用：1か月10万円～（シェアハウス）個別住居なら20万円～  
\*事前に調査必須。大学側からは提供されないケースが多い。  
食費や生活費：5万～10万（基本自炊推奨。レストラン外食は3,000円弱～）  
1か月約20万～を想定。在学中のアルバイト希望の場合は学生就業許可の取得必須。週22.5時間まで勤務可能。  
アイスランド語学習者用奨学金有。

### PICK UP!

アイスランドは他の国と違い、日本やアジア関連のものへのアクセスが少ないです。留学先は地元民だけでなく多くの国外からの留学生もいます。エンターテインメントだけでなく、自然アクティビティが豊富なアイスランドでの学友との修学環境で、まさに「濃い」体験があなたを待っています。ですが留学情報や生活情報は少なく、いい意味でも自分で調べ、実践するという環境は、勉学以外の生活力や対人力を養える環境ともいえるでしょう。何か困りごとがあればいつでも大使館にご連絡ください。

### お役立ちリンク



## インド

(情報提供：インド大使館)

世界中から留学生が集まる教育ハブ。インドは留学生を世界中から集める教育ハブとして知られています。世界一の人口を誇り、インド国内の多種多様な文化と豊かな歴史は、学生にとって幅広い選択肢を提供しています。世界最古の文明と、経済、技術革新の最前線にいる急成長を同時に体験できるインドでの留学は、エンジニアリング、IT、哲学、インド文化など、幅広い分野で多くのメリットがあります。



### 修業年限・学期

学位（3年）  
修士（2年）  
博士（3年）  
エンジニアリング、テクノロジー系（4年）  
アーユルヴェーダ（5年6ヵ月）

### 入学条件・出願・選考

学生は希望するコースに合った大学を最大5校まで志願することができます。高校や大学での成績と、出願時に提出した小論文の内容をもとに、大学が選考を行います。出願方法は全てオンラインとなります。

### 語学力の目安

大学の講義についていける程度の英語力を有すること。入試選考は高校または大学のスコアに基づいて行われます。詳細はICCRウェブサイトをご覧ください。  
<https://a2ascholarships.iccr.gov.in/>

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

ICCR奨学金においては、すべての学費がカバーされています。ICCRからは、その他の経費を賄うための奨学金も支給されます。詳細はICCRウェブサイトをご覧ください。<https://a2ascholarships.iccr.gov.in/>

### PICK UP!

#### 3つの奨学金制度

1. アタル・ビハリ・ヴァジパイ一般奨学金  
【専攻分野】芸術学、人文科学、科学、工学、経済学、国際関係学、ビジネス
2. ラタ・マンゲーシュカル舞踊・音楽奨学金  
【専攻分野】インド舞踊、音楽、舞台芸術、演劇、美術、彫刻、インド料理
3. 伝統医学分野奨学金  
【専攻分野】ホメオパシー医学、外科学、アーユルヴェーダ医学など

### お役立ちリンク



## アイルランド

(情報提供: Education in Ireland (アイルランド政府商務庁))

ヨーロッパに位置し、北海道と同じくらいの面積を持つアイルランドは、緑豊かな風景、温暖な気候、そしてとてもフレンドリーな人々で有名です。モハーの断崖や歴史あるダブリンなどの有名な観光地もあります。EU加盟国であるアイルランドでは、多様で豊かな多文化的な学習環境の中で、世界水準の教育を受けることができます。

魅力なところは、① 日本人学生はアイルランド留学にビザは必要ありません。② 英語が母国語。③ 就学しながら働くことが許可されています。④ 卒業後、就労目的でアイルランドに滞在することが可能です。

### 修業年限・学期

高等専門学校: 5~6年、専門学校: 1~2年、学士号: 3~4年、修士号: 1~2年、博士号: 3~4年。  
アイルランドの学時暦は9月から5月まで。9月~12月、1月~5月の2学期に分かれています。留学生の主な入学時期は9月ですが、一部の大学では特定のプログラムについて1月または2月の入学を受け入れています。

### 入学条件・出願・選考

学士: 学校教育12年の課程を修了  
修士: 大学卒業。16年の課程を修了  
博士: 原則、修士号を取得

入学条件を満たさない留学生のために多くの大学では1年間の大学進学準備コースを提供しています。このコースでは、英語学習と、希望する専攻分野に関連した専門科目を組み合わせて学び、アイルランドでの大学課程に向けた準備をします。また、短期および長期コースを提供する英語学校もあります。出願は大学ホームページから直接行ってください。多くの大学では、9月入学のための出願締切が1月から4月の間となっています。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費は学校やプログラムによって異なりますが、以下はおおよその目安です。

大学進学準備コース: 約160万円/年

大学・大学院: 約135万円~405万円/年

宿泊施設には、学生寮(キャンパス内およびキャンパス外)、民間アパート、シェアハウス、ホームステイなどがあります。生活費は居住地やライフスタイルによって異なりますが、年間平均は105万円~180万円です。アイルランド政府は、留学生向けにGovernment of Ireland International Scholarship Programmeなどの奨学金を提供しています。また、多くの大学が独自の奨学金を提供しています。

### PICK UP!

キャリアの機会: アイルランドは多くのグローバル企業の本拠点です。テクノロジー、金融サービス、医療技術の各分野には、Google、Apple、トレンドマイクロ、オリックス、ソフトバンク、アステラス製薬、武田薬品工業などの企業が参入しており、卒業生に多くの就職機会を提供しています。

学びながら働く: 一定の条件を満たせば、留学生も就学中の就労が許可されます。これは、実務経験を積み、生活費を補い、新しい友人を作り、アイルランド文化を深く体験するのに最適な方法です。



### 語学力の目安

大学進学準備コース:  
IELTS 5.0/TOEFL iBT 50-70  
大学: IELTS 6.0-6.5 /TOEFL iBT 78-90  
大学院: IELTS 6.0-7.0/TOEFL iBT 88-100

### お役立ちリンク

Education in Ireland



アイルランド政府商務庁



アイルランド留学ガイド



## イタリア

(情報提供: イタリア文化会館)

イタリアは、教育の分野で長い歴史と伝統を誇る国です。1088年創設のボローニャ大学をはじめ、数百年の歴史を持つ大学がイタリア各地に約90校あり、その多くが国立大学です。これらの大学は世界的に高い評価を受けています。教育の質が高いのはもちろん、教育の機会均等に基づいて、学費は比較的低く設定されています。

イタリアの大学ならではの最先端の分野も多く、また各大学が積極的に国際化を図っていることもあいまって、世界中から集まった教授陣や学生とともに国際的な環境で学ぶことができます。

英語のみで講義が行われる学位取得コースが多く、学士課程、修士課程など幅広いコースを英米圏の大学と同様に英語で学ぶことができます。



©università degli Studi di Genova

### 修業年限・学期

学士号: 3年(一部専攻5~6年)、修士号: 2年、博士号: 3年、専門学校: 1~3年  
学年: 9月~10月開始、翌年6月まで

### 入学条件・出願・選考

学士: 高等学校卒業(12年の課程を修了)  
修士: 学士号取得  
博士: 修士号取得  
出願:

1月~6月

高等教育機関によって行われる事前の入学選考審査(併願可能)

6月~7月 イタリア大学省の高等教育専用サイト

[www.universitaly.it] で入学申請(併願不可)

7月~8月 ビザ申請

### 語学力の目安

英語で開講するコースについては、各教育機関が定めたTOEIC、TOEFL、IELTSなどの点数によります。イタリア語で開講するコースについては、学士号: 中級B1レベル、修士号: 中上級B2レベル

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費は各教育機関・専攻によって異なり、また世帯所得に準じて減額もあります。

国立大学 学士1年間平均学費: 25万円

生活費は街の規模によって大きく変動しますが、主要都市では、1年間生活費(家賃込み): 230万円

### PICK UP!

奨学金制度:

イタリア政府奨学金 返済不要(授業料免除あり、規定月額: 900ユーロ)  
エラスムス・プラス(Erasmus+) 欧州連合(EU)教育助成プログラム

### お役立ちリンク

イタリア留学総合サイト



コース検索エンジン



入学申請



## メキシコ

(情報提供：在日メキシコ大使館)

メキシコは北米に位置するラテンアメリカの国で、日本の約5倍の広大な面積、多様性、経済力を誇ります。約3,000年以上前の古代文明に起源を持つ豊かな歴史と文化を有し、近年は女性のエンパワメントやジェンダー政策の進展も注目されています。公用語は世界言語ランキング3位のスペイン語で、世界最大のスペイン語話者国（話者全体の約4人に1人がメキシコ人）として、毎年多くの日本人学生・社会人が留学に訪れます。人文学だけでなく、近年ではテクノロジー分野の高水準な研究が行われる高等教育機関も世界中の留学生を惹きつけています。



### 修業年限・学期

学士号：4年（医学部など一部の学部は5～6年）、修士号：2～3年、博士号：3年～（分野や機関による）  
 その他、日本の専門学校に類似する課程もあるが、留学生の受け入れは僅少。  
 通常、学期は8月に始まり翌7月上旬までが1学年（大学によって多少異なる）で、多くの教育機関がセメスター制を採用。

### 入学条件・出願・選考

留学先機関によって異なるため、その都度問合せが必要。

### 語学力の目安

講義は基本的にスペイン語で行われるため、学士課程以上に留学を希望の場合、高度なスペイン語能力が必要。大学によっては、付属の語学学校があるのでそちらも利用可能。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費は各大学、専攻、また国公立か私立かによって大きく異なるため、留学先機関の情報を参照のこと。1カ月の生活費は都市によって大きく異なるが、首都メキシコシティ中心地では月に1600米ドル程度。しかしながら、居住地区や都市によって大きく上下するため、事前に様々な情報を収集すること。

### PICK UP!

大学生以上の日本人が利用可能なメキシコ国費奨学金：

- ①日本メキシコ戦略的グローバル・パートナーシップ研修計画  
1971年に創設され、これまで両国で5,000人超の研修生を派遣してきた国費留学制度。約1年間の2つの長期コースに大別される。  
1) スペイン語・メキシコ文化コース（国立メキシコ自治大学付属の語学学校でスペイン語を習得）  
2) 専門コース（国内70以上の高等教育機関で専門科目を受講）
- ②外国人のためのメキシコ政府奨学金  
メキシコで専門課程、修士課程、博士課程を修めたい、また博士研究者の外国人対象

### お役立ちリンク

日墨戦略的  
グローバル・  
パートナーシップ  
研修計画



外国人のための  
メキシコ政府  
奨学金



## ニュージーランド

(情報提供：ニュージーランド大使館 エデュケーション・ニュージーランド)

自然豊かなニュージーランドは、国内8校の総合大学が全て国立で、QS世界大学ランキング上位2%にランクイン。世界1位と評価された「学生の未来を見据えた教育」と世界トップの安全な学習環境を求めて世界から留学生が集まっている。平等と多文化共生を重視し、女性の参政権を世界で初めて認めた国としても有名。サステナビリティ分野における先進国として産官学が連携し、高等教育では学問としてこの分野を本格的に勉強・研究することができる。ニュージーランドの高等教育機関は①国立総合大学②国立工科大学③私立高等教育機関の主に3種類。それぞれ政府団体によって厳しく品質監査がなされている。



### 修業年限・学期

ニュージーランドの学士課程は通常3年制で、専攻によっては4～6年必要な場合も。ダブルディグリー制度で同時に2つの学士を取得可能。8校の総合大学では全て大学院課程を開講し、ポストグラデュエート・ディプロマ（1年）、修士号（2年）、博士号（3年）が取得可能。全国16校の国立工科大学（New Zealand Institute of Skills and Technology）では、基礎教育から大学院教育まで学術および職業訓練の両方のプログラムを提供。新学期は2月下旬から始まり、11月が学年末。

### 入学条件・出願・選考

ニュージーランドの学士課程は高校課程修了、大学院課程は学士号取得が条件。出願時期は大学により異なるが、多くは3カ月前に締切。必要書類は入学願書、成績証明書、卒業証明書、IELTSスコア等で、全てオンライン上で手続き可能。詳細は留学希望先のウェブサイトを確認。国立総合大学や工科大学では、1年または1学期の「Study Abroad」プログラムも提供している。

### 語学力の目安

学士：IELTS Band 6.0以上、TOEFL iBT 80点以上もしくはそれ相当  
 大学院：IELTS Band 6.5以上、TOEFL iBT 90～100点以上もしくはそれ相当

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

費用の目安（年間）  
 学士課程学費：NZ\$30,000～NZ\$45,000  
 修士課程学費：NZ\$35,000～NZ\$53,000  
 教育機関や専攻分野により異なるため、詳細は留学希望先のウェブサイトを確認。  
 生活費：NZ\$20,000～NZ\$30,000（食費、交通費、住居費、娯楽費などを含む目安）  
 滞在はホームステイ、学生寮、アパートシェア、ハウスシェアなど。

### PICK UP!

ニュージーランドでは、教育水準を常に高く維持するため、教育機関や資格の審査、認証、登録をニュージーランド資格庁（NZQA: New Zealand Qualifications Authority）が厳格に管理しています。また、留学生が安心して生活できるよう、国は「留学生の生活保障に関する服務規程」を定めています。この規程への登録と遵守は、留学生を受け入れるすべての教育機関に義務付けられています。さらに、ホームステイの手配や学生サポートを含む留学生の福利厚生についても、詳細な規定が設けられています。

### お役立ちリンク

エデュケーション  
ニュージーランド  
公式ウェブサイト  
Study with New Zealand



ニュージーランド  
生活情報サイト  
NauMaiNZ



## ポーランド共和国

(情報提供：駐日ポーランド共和国大使館)

ポーランドは豊かな文化と歴史、そして息をのむような自然に恵まれた国です。ヨーロッパの中心に位置し、EU加盟国の中で最も成長が著しい経済と高水準の教育を誇るポーランドは、学びやキャリアをスタートさせるのに理想的な場所です。ポーランドの大学教育の伝統はすでに650年以上の歴史を持ち、1364年にカジミェシュ大王が創設したクラクフ・アカデミー（現在のヤゲロン大学）にまで遡ります。現在、400以上の高等教育機関に約150万人の学生が在籍しており、そのうち5万7千人以上は留学生です。

### 修業年限・学期

学士課程：3年間、修士課程：2年間、統一修士課程（医療、法学、心理学分野）：5年または6年間、第三段階課程（博士課程）：3～4年間

### 入学条件・出願・選考

学士課程および統一修士課程への出願資格は、高校卒業試験（matura）または同等の修了試験の結果に基づきます（matura証明書、またはそれと同等の、出身国で高等教育機関への入学資格を証明する書類が必要です）。修士課程への出願には、修士号、修士号、またはそれと同等の資格を有していること、ならびに大学が定める条件を満たしていることが求められます。ポーランド国内の360以上の大学で実施される2025/2026年度の入学手続きは、2024年3月1日から2024年10月31日までオンラインで行われます。英語で授業が行われる学科についての情報は、以下のウェブサイトを確認できます。https://study.gov.pl/

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

公立大学で授業料を支払う形で学ぶ留学生、または外国語で実施されるプログラムを履修する留学生は、以下の通り授業料を納める必要があります。年間の平均費用は以下の通りです：

- 学士課程、修士課程、または統一修士課程：2,000ユーロ
  - 博士課程、大学院課程、医療系の卒業インターンシップ、研究・芸術分野のインターンシップ、専門訓練、ハビリテーションインターンシップ：3,000ユーロ
  - 補習コースおよび学生向け職業実習：3,000ユーロ
  - 語学コース（ポーランド語での学習準備コースを含む）：2,000ユーロ
- 他の欧州諸国と比べ、比較的生活費や学費が安い国です。都市によって異なりますが、学生の平均的な生活費は月額350～550ユーロです。

### PICK UP!

日本国籍を有する方は、ポーランド政府の奨学金を受けて、学士課程または修士課程で1年または2年間の留学をすることが可能です。奨学金受給者は授業料が免除され、さらに毎月の奨学金を受け取ることができます。奨学金の応募手続きは、駐日ポーランド共和国大使館を通じて行われます。募集に関する情報は、大使館のウェブサイト(https://www.gov.pl/web/nippon)に掲載されます。

### お役立ちリンク

NAWA(Polish National Agency for Academic Exchange)



X



駐日ポーランド共和国大使館



## 大韓民国

(情報提供：東京韓国教育院)

韓国は三面が海で囲まれていて四季の区別がはっきりしている気候の国です。悠久の歴史があり、古くから多様な文化が発達しています。最近ではKカルチャーと言われる様々な分野の文化が世界に広がっています。K-POPと映画のほか、キムチ、ビビンバ、ブルゴギなどの韓国の伝統的な食べ物も世界から人気を集めています。

韓国の学校では比較的低コストで勉強ができ、奨学金制度も多くあります。教育の内容は世界的レベルで、学習到達度と教育競争力は世界最高水準と認められています。医療も充実していて、治安的な面でもとても安全な国です。

### 修業年限・学期

- ◎大学：2年～6年（専門大学・特性化大学・ポリテク大学2～3年、一般大学4年、医学部6年）
- ◎大学院：2年～5年（修士号2～3年、博士号3年）
- ◎通常3月から翌年2月までが1学年（2学期制）— 9月からの入学も可能

### 入学条件・出願・選考

出願資格

- ◎専門学士、学士：初等中等教育課程をすべて履修したものの（12年課程）
- ◎修士：修士号所持者
- ◎博士：修士号所持者

出願時期

大学ごとに異なるので大学に確認が必要（ホームページ等）

- ◎春学期（3月）入学：前年度の9～11月
- ◎秋学期（9月）入学：当該年度4～6月

ビザ申請と取得の手続き：留学ビザ（D-2）

- ◎在留期間：2年（以後更新必要）
- ◎共通書類：申請書、パスポートの写し、写真1枚、教育機関の事業者登録証の写し、標準入学許可書（大学発行）

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費(1学期あたり) 大学および学部ごとに違うので確認が必要（下記は目安）

- ◎専門学士：300万～400万ウォン ◎学士：500万～700万ウォン ◎修士：600万～800万ウォン
- ◎博士：700万～900万ウォン

生活費(1か月あたり)

- ◎住居費：50万ウォン～70万ウォン ◎食費：20万ウォン～30万ウォン ◎交通費：5万ウォン～10万ウォン
- ◎その他の費用：10万ウォン～20万ウォン（携帯電話、インターネット、医療保険等）

### PICK UP!

奨学金(国家奨学金)

政府招待外国人奨学生、優秀交換学生支援、海外の優秀芸術人材奨学生、KFポスドク研究フェローシップ、KF大学院生奨学支援、KF韓国語フェローシップ、KF訪韓研究フェローシップ(他にも各大学の奨学金、各財団の奨学金などがあります。)

資料ダウンロード先：  
https://www.studyinkorea.go.kr/ko/guidebookShow.do



### 語学力の目安

大学入学：TOPIK3級以上  
大学卒業：TOPIK4級以上  
-2025年韓国語能力試験(TOPIK):4月、7月、10月、11月の4回実施予定  
-英語で授業が行われる場合は公認英語成績が必要(TOEFL等)

### お役立ちリンク

Study in Korea (留学生支援機構)



国立国際教育院 (GKS奨学金)



## スウェーデン

(情報提供：スウェーデン大使館)

美しい自然と緑豊かな都市、フィカ文化があり、世界で最も民主的な国の一つであるスウェーデン。視野を広げて新しい生活に勤しみたいと考えている学生の皆様に提供できるスウェーデンならではのコースがたくさんあります。

スウェーデンの多くの大学は、常に世界の大学ランキングの上位に入っています。大学は39校あり、英語で行われるコースは1,000以上あるので、きっとお探しのコースが見つかることでしょう。



©Magnus Liam Karlsson/imagebank.sweden.se

### 修業年限・学期

学士号：3年、修士号：1年～2年、博士号：4年。職業訓練学校：1年～2年 国民高等学校：1年～3年。学期は2期、秋学期と春学期があり、ほとんどは9月から始まりますが、1月から始まるものも一部あります。

### 入学条件・出願・選考

入学前提条件は各大学・専攻によって異なるので、<https://studyinsweden.se/>をご参照下さい。学士課程は8つ、修士課程は4つまで申し込むことができます。基本的には入学試験はなく内申のみですが、学科によっては入学試験があるので、ご確認ください。こちらから出願から入学までの流れをお読みいただけます。

<https://www.universityadmissions.se/en/key-dates-and-deadlines/autumn-semester-dates/>

### 語学力の目安

英語の前提条件も各大学・専攻によって異なるのでご確認ください。平均的な前提条件はEnglish 6ですが、IELTS 6.5 (TOEFL90)となります。詳細はこちらをご参照下さい。

<https://www.universityadmissions.se/en/entry-requirements/english-language-requirements/>

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費は各大学・専攻により異なるので、各大学のホームページをご覧ください。直接希望する学科にお問い合わせ下さい。学費の平均は1年170万円となっています。住居費は首都や大都市に住むか、地方に住むか、また、寮、アパート、ルームシェアなど、こういった形態で住むかによって異なります。平均は8万円～15万円。生活費もこういった生活をするかにもよりますが、平均的は10万円～12万円。ストックホルムやその他の総合大学がある都市では住居を見つけるのがかなり困難になっています。またスウェーデンではホームステイ先を見つけるのも難しいです。

### お役立ちリンク

Study in Sweden HP



Study in Sweden YouTube



スウェーデン大使館



## スイス連邦

(情報提供：在大阪スイス領事館)

スイスは、26州からなる連邦国家で、4つの公用語を持つ多言語国家です。世界トップクラスの教育水準を誇り、特に理工系分野で高い評価を受けています。公立大学12校が世界ランキング上位に名を連ね、最先端の研究設備と優秀な教授陣により、質の高い教育を提供しています。留学生にとっては、国際的な環境で専門知識を学ぶことが大きな魅力となります。また、永世中立国であることも有名です。国際連合をはじめとした複数の国際機関の本部があるため、将来そのような機関で働きたい学生にも人気の留学先です。豊かな自然と高い生活水準、治安の良さも特徴で、教育を通じて人生の豊かさを感じられる国です。



### 修業年限・学期

スイスでは学部はフランス語とドイツ語で教えられることが多いので、日本からの留学生の大半は全て英語でカリキュラムが組まれている修士課程から留学します。その場合、9月入学になります。

### 入学条件・出願・選考

スイスの大学に日本から入学する場合、通常、日本の高校卒業と大学入学資格が必要です。出願には、高校の卒業証明書と成績証明書、語学力証明書が求められます。(言語に関しては出願したい大学、学部が修士かによっても変わります。) 出願はオンラインで行われ、各大学のウェブサイトから専用フォームを通じて必要書類をアップロードします。選考は書類審査が中心ですが、一部の大学では面接や入学試験を課す場合もあります。

### 語学力の目安

言語はCEFR B2～C1レベルが求められます。多言語国家であるため、出願したい大学、学部が修士かによっても変わります。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

スイス留学の費用は、学費と生活費を合わせて年間約214～327万円程度が目安です。公立大学の学費は非常に安く年間約20万円ほどに収まりますが、生活費は月に16～18万円程度がかかります。住居は学生寮、シェアハウス、アパートなどがあり、月額6～8万円程度です。多くの留学生は大学提携の学生寮やシェアハウスを利用しています。寮には家具付きの物件も多くあります。単身者向けのアパートは月10万円以上かかることもあるので、学生寮やシェアハウスを活用する人がほとんどです。

### PICK UP!

スイス留学の準備には、まず滞在許可証の手続きが必要です。3ヶ月以上の滞在では、各州が発行する許可証を取得します。これには2～3ヶ月かかるため、早めに着手しましょう。奨学金は、スイス政府奨学金などがあります。大学への出願では、証明写真、パスポートコピー、成績証明書、カバーレター、語学試験の成績表が必要です。スイス政府奨学金について(英語)  
<https://www.sbf.admin.ch/sbfi/en/home/education/scholarships-and-grants/swiss-government-excellence-scholarships.html>

### お役立ちリンク

Swiss universities



Swiss info.ch



## 台湾

(情報提供：台北駐日経済文化代表処)

友好的、安全、現代的、便利、ダイナミックな国で留学してみませんか。台湾は外国人留学生を受け入れる環境が整っており、多様な学習の機会を提供しています。外国人枠を活用すれば比較的有利に入学出来ます。

他国と比較して格安な学費と生活費で留学でき、台湾奨学金や華語文奨学金など給付型奨学金制度を利用すれば、経済的負担が軽減できます。また、高度な医療制度が整っているため、安心して暮らせる国です。

留学生が入学可能な高等教育機関としては大学、大学院、科技大学等があり、国立、公立、私立に大別されます。



### 修業年限・学期

学士号：4年（一部専攻6年）

修士号：2～3年

博士号：3年

通常8月、9月に新年度が始まり、翌年の8月に学期が終わります。ほとんどの学校が9月入学ですが、春入学の制度を持つ学校もあります。

### 入学条件・出願・選考

学士：学校教育12年の課程を修了

修士：大学卒業

博士：修士号を取得

大学等高等教育機関への出願は各教育機関にそれぞれ行います。出願日程、提出書類等、留学希望先のウェブサイトを確認ください。

### 語学力の目安

華語文：TOCFL(華語文能力測驗)

Level 2 基礎級 (A2)程度

全英語コース(大学)：

TOEFL iBT 71-80、IELTS 5.5-6

大学院：

TOEFL iBT 75-80、IELTS 6以上

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費は各大学専攻により異なるので、各大学の情報を参照のこと。以下は目安。

大学：3,000～3,600ドル/年間

大学院：3,200～4,000ドル/年間

食費：180～270ドル/月

学生寮：35～100ドル/月。家賃：200～600ドル/月。

### お役立ちリンク

Study in Taiwan



台湾奨学金  
華語文奨学金  
募集情報



## トルコ

(情報提供：トルコ共和国大使館)

トルコではボローニャプロセスが完全に運用されており、トルコの大学で得たディプロマは全てのヨーロッパの国で認められています。現在トルコでは2万5千人の奨学生を含む15万人の外国人学生が学んでおり、その数は世界でも上位です。短期大学士、学士、修士、博士課程を修了することができます。



### 修業年限・学期

学士：4年（歯学部、獣医学部、薬学部は5年、医学部は6年）

修士：論文を提出する場合は2年、論文のないコースは1年～1年半

博士：平均4年

9月入学、6月修了。セメスター制。学期途中の編入は極めて稀。

### 入学条件・出願・選考

学士：12年の初等・中等教育を修了

修士：大学卒業、16年の課程を修了

博士：修士号を取得

トルコ海外学生試験（YOS）という共通試験があります。YOSはトルコ語、ドイツ語、アラビア語、フランス語、英語、ロシア語の6か国語で受験可能です。

国立大学への入学ではYOSの試験結果もしくは高等教育機関が認めるIB、Abitur、GCE、ALなどの成績を提出することができます。私立大学への入学については、YOSの結果提出が求められます。

### 語学力の目安

トルコの大学の多くでは授業言語はトルコ語ですが、一部英語や他の言語を使用するプログラムもあります。一律で求められる語学力はありませんが、各大学の情報を参照ください。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費は、国立・私立によって異なり、また専攻によっても変わります。正確な費用については、各大学が発信している情報を参照してください。

1か月の生活費は個人の生活により異なりますが、他の国と比べるとトルコは物価が比較的安価です。賃料、飲食費、娯楽の出費は予算に合わせて調整可能です。トルコ政府が提供するTurkiye奨学金、優秀学生奨学金、研究奨学金、KATIPプログラムなど様々な奨学金制度があります。

### PICK UP!

奨学金の中で最も包括的なものはTurkiye奨学金です。2025年の申請受付期間は1月10日～20日です。対象は短期大学士～博士課程です。Turkiye奨学金には月額制の支給、学費、健康保険、寮費、賃料、無料の職業・研究制度、航空券費用などの項目があり、世界でも最も包括的な奨学金制度です。

### お役立ちリンク

Study in Türkiye



Turkiye 奨学金



## 英国

(情報提供：ブリティッシュ・カウンシル)

伝統と最新カルチャーが共存する国として、また質の高い教育を提供していることで知られている英国。多様なバックグラウンドを持つ留学生を温かく迎え入れる寛容な文化があり、犯罪率も非常に低く治安がよい国とされています。政府や教育団体が定めた厳しい基準を満たした英国の教育機関は、学生が知識や技術を習得し、自由な発想を持って最大限の能力を発揮できるようサポートしています。



### 修業年限・学期

多くの大学では一般教養課程がなく、1年目から専門課程がスタートする3年制(スコットランドは4年制)。ただし、医学や獣医学、建築学など専門の資格に直接結びつくコースでは修了するまでに5~7年が必要。MBAを含め、修士号は多くの場合1年で取得できます。9~10月スタートの3学期制が一般的。ファーザー・アンド・ハイアー・エデュケーション・カレッジとよばれる教育機関では、ビジネス、工芸、アート、デザイン、コンピュータなどの分野で実践的な教育を行っています。通常は1~2年間で修了し、ディプロマ(准学士)やサーティフィケート(学位を伴わない課程の修了)などの資格を取得でき、大学への編入が可能なコースもあります。

### 入学条件・出願・選考

英国の教育制度では、16歳から18歳までの教育課程でGCE-Aレベルと呼ばれる大学入学資格試験に向けた学習を行い、その成績等で進学できる大学やコースが決定します。GCE-Aレベルを取得していない外国人が英国の大学学部に進学する場合、国際バカロレア、SAT等の資格が受け入れられているのが一般的。そうした資格を取得していない場合、日本の高校卒業資格は英国の大学に進学する資格として認められていないため、学部に進学する前に、約9か月の大学進学準備コース(ファウンデーションコース)で学びます。大学進学準備コースで所定の成績を取れば、その大学や提携先の大学に進学できます。大学院入学にあたっては、学部プログラム(日本の大学での修士号取得相当)修了が必要になります。英国の学部コースへの出願のほとんどはThe Universities and Colleges Admission Service(UCAS)(www.ucas.com)を通じて行われ、出願した大学からのオファーもUCASより返信がきます。大学院コースについては直接大学院へ、語学試験スコア、卒業証明、パーソナルステートメントなどとともに出願します。出願日程、提出書類等、各留学希望先のウェブサイト等で確認してください。

### 語学力の目安

IELTS(アイエルツ) 6.0  
~6.5

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

学費(各教育機関・専攻により異なるので、各教育機関の情報を参照してください。)

大学(学部) 留学 £11,400~£38,000/年  
大学院(修士) 留学 £9,000~£30,000/年

生活費(単身者で宿泊費、公共料金、食費、電話代等の生活費)

ロンドン £1,300~£1400/月  
ロンドン以外の地域 £900~£1,300/月

滞在施設

ほとんどの大学やカレッジにはアコモデーション・オフィス(住居・滞在施設に関する事務を扱うオフィス)がありますので、まず問い合わせてください。通常、各機関では、留学生向けとして、寮(食事つき、あるいは自炊)や、シェアハウス、フラットシェア(いずれも自炊)といった施設を持っています。

### お役立ちリンク

ブリティッシュ・カウンシル「英国留学」(日本語)



ブリティッシュ・カウンシル「Study UK」(英語)



UCAS-The Universities and Colleges Admission Service (英語)



## 米国

(情報提供：EducationUSA)

アメリカの高等教育機関はとて柔軟です。大学入学後に専攻を変えたり、ダブルメジャー(2分野専攻)やマイナー(副専攻)を加えたりする人もいます。約4,000の大学があり、総合大学、専門大学、リベラルアーツ大学など、自分にあった大学で勉強することができます。2年制州立大学(コミュニティカレッジ)から4年制大学への編入は、盛んに行われていて費用の面からも人気があります。大学によっては、留学生に奨学金を出しているところもあります。情報収集は時間がかかるプロセスですので、早めに大学の公式サイトをチェックしましょう。

### 修業年限・学期

修士号：約4年、修士号：約1年半~2年、博士号：約5~8年。

求められる単位を修めると(博士課程は最終審査を通ると)卒業となりますが、必要単位数は、大学や専攻により異なります。通常は9月から5月(秋学期)、1月から5月(春学期)ですが、多くの大学では春学期から開始も可能です。4学期制や3学期制の大学もあります。

### 入学条件・出願・選考

学士：高校を卒業または卒業見込み

修士：学部課程を卒業または卒業見込み

博士：学部課程を卒業または卒業見込み(修士号が必要かは出願先による)

応募条件、出願書類、締切日などの詳細は、各大学や専攻で異なるため、出願先の公式サイトでご確認ください。出願締切は、早いところで10月ですが、多くは12月から翌年1月(秋学期開始の場合)です。大学院は、出願の際に就労経験を求められる場合もあります。

### 留学にかかる費用の目安・滞在先

大学やプログラムにより、費用は異なりますが、以下は大体の平均です。各大学やプログラムの公式サイトで、最新情報をご確認ください。

公立2年制大学:\$9,690(授業料)+\$17,580(住居・食費など)

公立4年制大学:\$29,150(授業料)+\$17,580(住居・食費など)

私立4年制大学:\$41,540(授業料)+\$18,880(住居・食費など)

住居は、大学の寮やアパートが一般的ですが、ホームステイを紹介してくれるところもあります。大学により、奨学金を提供している場合もあり、機会を逃さないために、早めに大学の公式サイトで情報収集することをお勧めします。

### お役立ちリンク

EducationUSA  
ウェブサイト



奨学金の探し方



留学説明会(録画)  
YouTube



Instagram  
@edusajapan



X  
@EdUSAJapan



## 留学後の就職

### 日本での就職

#### 正規留学（留学先で学位を取得）した場合

海外の大学は日本の大学と入学時期、卒業時期がずれていることが多く、日本での就職活動の流れをつかめないと不安に思う方も多いでしょう。けれども現在は、インターネットで企業情報を得ることができ、エントリーシートの提出や説明会の登録が可能です。企業の採用慣行は過渡期にあり、採用を春と秋の二回にしている企業、通年採用を実施している企業があります。また、海外の大都市では、日本人留学生を対象としたキャリアフォーラムが開催されていますので、留学先によっては、海外で就職活動を行う機会があります。ただし、日本国内で通年採用を実施する企業や、海外の就職フォーラムに参加する企業数はまだ限られています。現状では、留学先で情報収集を始め、卒業後すぐに帰国し、海外の大学を卒業した学生向けの就職フォーラムなどを利用して就職活動をするか、海外の大学で学士課程を卒業した後、日本の大学の修士課程に進学し、就職活動に備える学生もいます。

#### 協定・交換留学、休学留学（日本の大学に在籍中に留学）した場合

まずは留学するタイミングを考えましょう。学士課程3年次の夏までに帰国すれば、現状では一般的な春採用に向けた就職活動に間に合います。ただし、留学先での履修にあたり、日本の在籍大学で専門科目を履修済みであることを求められた場合、履修できる科目が制限されることがあります。また、協定・交換留学の場合、就職活動のために一時帰国することを認めない大学があります。在籍している大学の担当部署と相談して、留学のタイミングを決めることをおすすめします。留学の期間にかかわらず、目的と成果をしっかりと示すことができれば、留学経験は就職活動で大きなアピールポイントになるはずです。

### 海外での就職

海外で就職するには、まずは求人があること、現地で働くための労働ビザが発給されることが条件です。通常、労働ビザは雇用主が費用を負担して手続きされます。採用に至るには、現地の人では代替できない知識・技術を備えていることが必要です。海外では企業は即戦力になる人材を求めています。インターンシップの経験を積んでから、採用に至るケースもあります。積極的にインターンシップに参加し、職務への理解を深めるだけでなく、そこで人脈を作ることも能力の一つです。



留学先によっては、比較的仕事が探しやすい場合もあります。ただし、海外で日系企業に就職した場合、一般的には日本で同じ企業に採用されるより待遇が悪いことが多いので、将来のキャリアプランを考え、たうえで選択肢に入れることをおすすめします。

企業は留学を通じて広い視野、主体性、積極性、異文化コミュニケーション力、チャレンジ精神を培った人材を求めています。留学中は語学力の向上だけでなく、異文化の中で人としての資質を磨くことを忘れないでください！

#### 留学経験者のリアルVoice ～留学後の就職活動に役立ったこと～

- 留学経験・国際経験
- 語学力（語学試験のスコア）
- 現地でのインターンシップ経験
- 視野の広さ
- 異文化理解力
- コミュニケーション力
- 現地で作ったコネクション・人脈
- 留学経験者からの情報・ネットワーク
- 専門性

## 奨学金・ローン

奨学金には、渡航前またはすでに留学中の人を対象に、日本国内で募集されるものと現地で募集されるものがあります。一般的に、語学留学→大学学部留学→大学院留学という順で、応募できる奨学金の種類は段階的に増えていきます。日本で募集される奨学金は渡航前の人を対象としているものが多く、留学開始時期の1年以上前に応募を締め切るものもあります。奨学金以外には、金融機関の教育ローンを利用する方法もあります。

情報収集などの事前準備には十分に時間を取りましょう。

## 海外留学のための各種奨学金制度

## (1) 日本学生支援機構 (JASSO) の奨学金

JASSOの奨学金には、給付型および貸与型（無利子・有利子）があります。詳細は、P.80～P.81をご覧ください。

## (2) 地方自治体の奨学金

日本国内の地方自治体や国際交流協会などが、住民やその自治体に関係のある人を対象に実施しています。ほとんどが給付型ですが、一部、貸与型もあります。また、高校生の留学のための奨学金は多くの都道府県で実施しています。

## (3) 外国政府などの奨学金

外国の政府や政府関係機関の奨学金は、その国・地域の大学などに留学する日本人を対象に実施しています。すべてが給付型です。

## (4) 民間団体の奨学金

民間企業・団体の奨学金は、専攻分野や留学対象国・地域などに条件を設けて実施しています。ほとんどが給付型ですが、一部、貸与型もあります。公益財団法人助成財団センターの「民間助成金ガイド」には、日本の助成財団による海外留学に限定されないさまざまな助成制度が掲載されています。

## (5) 日本の大学などの奨学金

日本の大学などが、交換留学や私費留学する在籍生を対象に実施しています。詳しくは、在籍する大学などにお問い合わせください。

## (6) 海外で募集される奨学金

海外で募集される奨学金には、留学希望校の奨学金（授業料減免なども含む）と、現地の研究機関や民間の団体による奨学金があります。詳しくは、駐日大使館や公的機関のウェブサイトから情報を収集しましょう。

## 奨学金以外の資金（教育ローン）

## (1) 日本政策金融公庫の「教育一般貸付（国の教育ローン）」

教育ローンコールセンター：0570-008656<sup>(ハローコール)</sup>（ナビダイヤル）<sup>(受付時間)</sup> 平日9:00～19:00  
もしくは03-5321-8656<sup>(ハローコール)</sup>

## (2) その他の金融機関の教育ローン

留学に利用できるものもあります。詳しくは各金融機関にお問い合わせください。

## 奨学金に関する主なチェックポイント

- 返還義務の有無
  - 給付型（返還義務なし）
  - 貸与型（有利子・無利子）（返還義務あり）
- 応募資格
  - 対象となる学校の種類、課程、専攻     成績     語学力
  - 対象者の国籍
  - 留学先の国・地域
- 応募時期
  - 奨学金の応募と留学希望校への出願を同時進行できるか
  - 奨学金の応募時に入学許可を得ている必要があるか
    - ※ 応募時に入学許可書の提出を求める奨学金もありますが、奨学金への応募と留学希望校への出願を平行して行うことができ、入学許可を得ることを条件に仮合格を出す奨学金もあります。この場合、奨学金の応募締切日が留学開始時期の1年以上前に設定されていることが多く、早めの情報収集が必要です。
  - すでに留学している場合も応募可能か
    - ※ 入学後一定期間経過後に成績優秀者に支給される奨学金もあります。
    - ※ 選考時に日本に帰国する必要があるもの、書類選考のみで帰国せずに選考を受けられるものもあります。
- 学校選択、入学手続き
  - 本人が行うのか     支給団体が行うのか
- 所得制限の有無
  - 経済状況に応じて応募可能     所得に関係なく応募可能
- 奨学金提供の条件
  - 研究成果や報告書の提出     授業や研究室の手伝い
- 重複受給の可否
  - 他の奨学金と合わせて受給することが可能か

## 日本学生支援機構（JASSO）の奨学金

## 給付型

## (1) 「海外留学支援制度（学部学位取得型）」

学士の学位取得を目指し、高等学校などを卒業後に、海外の大学に直接入学する人を対象とした奨学金。申し込みは個人で行います。

[https://www.jasso.go.jp/ryugaku/scholarship\\_a/gakubu/index.html](https://www.jasso.go.jp/ryugaku/scholarship_a/gakubu/index.html)

## (2) 「海外留学支援制度（大学院学位取得型）」

修士または博士の学位取得を目指し、海外の大学院に留学する人を対象とした奨学金。申し込みは日本の在籍大学または卒業大学を通じて行います。条件により個人での応募が可能です。

[https://www.jasso.go.jp/ryugaku/scholarship\\_a/daigakuin/index.html](https://www.jasso.go.jp/ryugaku/scholarship_a/daigakuin/index.html)

## (3) 「海外留学支援制度（協定派遣）」

日本の大学、大学院、短期大学、高等専門学校（専攻科を含む。第2年次以下を除く。）または専修学校（専門課程）が、海外の高等教育機関などと締結した大学間交流協定などに基づき実施する短期間（8日以上1年以内）の派遣プログラムのうちJASSOに採択されたプログラムの参加者を対象とした奨学金。詳しくは、在籍する日本の学校などにお問い合わせください。

[https://www.jasso.go.jp/ryugaku/scholarship\\_a/haken/index.html](https://www.jasso.go.jp/ryugaku/scholarship_a/haken/index.html)

## (4) 「官民協働海外留学支援制度～トビタテ！留学 JAPAN 新・日本代表プログラム～」

企業・団体からの支援により“産業界を中心に社会で求められる人材”“世界で活躍できる人材”の育成を目的とした奨学金。学生が計画した留学計画で応募できることや、充実した研修、学生のコミュニティが特徴。インターンシップなども対象となります。日本の大学、大学院、短期大学、高等専門学校、専修学校（専門課程）、高等学校に在籍する学生・生徒を対象とします。申し込みは日本で在籍している大学・学校を通じて行います。

<https://tobitate-mext.jasso.go.jp/>

## 奨学金を得るために必要な日頃からの準備

- 学業に励み、よい成績を収める（GPA（成績評価値）のスコアが求められることがある）。
- 留学先国・地域の言語を学習し、語学・学力・資格試験を受験する（必要なスコアを準備する）。

## 貸与型

## (1) 「第二種奨学金（海外）（有利子）」

海外の大学、大学院の正規課程（学位取得課程）への進学（入学または編入学）者で、経済的理由により修学に困難があると認められる人を対象とした奨学金。海外の短期大学などに留学する場合は、海外の短期大学などを卒業後1年以内に学位取得（学士号）を目的に海外の大学へ編入学する場合に限りです。申し込みにあたっては、海外の大学、大学院に進学する前に申し込む「予約採用」と進学後（在学中）に申し込む「在学採用」を行っています。

[https://www.jasso.go.jp/shogakukin/moshikomi/kaigai/2shu\\_kaigai/index.html](https://www.jasso.go.jp/shogakukin/moshikomi/kaigai/2shu_kaigai/index.html)

## (2) 「第一種奨学金（海外大学院学位取得型対象）」（無利子）

「海外留学支援制度（大学院学位取得型）」（前記 給付型（2））の採用者で、経済的理由により修学に困難があると認められる人を対象とした奨学金。

詳しくは、ホームページをご確認ください。

[https://www.jasso.go.jp/shogakukin/about/kaigai/1shu\\_gakui/about.html](https://www.jasso.go.jp/shogakukin/about/kaigai/1shu_gakui/about.html)

## (3) 国内貸与奨学金「第一種奨学金」（無利子）、「第二種奨学金」（有利子）

国内の大学等及び大学院に在学中で、経済的理由により修学に困難があると認められる人を対象とした奨学金。在学中に、海外の大学等、大学院へ短期留学する場合も、継続して貸与を受けることができます。申し込みにあたっては、国内の大学等及び大学院に進学する前に申し込む「予約採用」と進学後（在学中）に申し込む「在学採用」を行っています。

## (4) 「留学時特別増額貸与奨学金」（有利子）

国内の大学等及び大学院に在学中で、国内貸与奨学金（第一種奨学金・第二種奨学金）を受けながら、海外の大学等、大学院への短期留学（原則として3か月以上）に際して、国内貸与奨学金に追加して貸与を必要とする人を対象とした奨学金。国内貸与奨学金（月額）に併せて、一時金の増額貸与を受けることができます。

## 奨学金応募にあたっての注意

- 奨学金提供の目的をよく理解する。
- 書類は不備がないように準備し、簡潔にわかりやすく、指定の字数・枚数を守って正確に記入・作成する。
- 提出前に書類を第三者に読んでもらい、客観的な記述を心がける。
- 明確な研究計画を立てておく。また、留学後の計画も検討しておく。
- わからないことは問い合わせ、疑問点を解決する。

## 留学あっせん業者の利用

留学あっせん業者を利用する場合は、できることは自分で行い、必要なサービスだけを選択しましょう。

近年、留学手続き代行・留学先あっせん・滞在中のサポートを行う業者・団体はエージェント、サポート、カウンセラー、コンサルタントなど、さまざまな名称で呼ばれています。この冊子では、これらの業務を行う業者・団体を、営利・非営利に関わらず「業者（留学あっせん業者）」と表記しています。

### 留学準備・手続きは自分で進めることが基本

JASSOでは、以下の理由から、自分自身で留学手続きを行うことをすすめており、そのために必要な情報を海外留学情報サイト等を通じて提供しています。

- ◆ 海外で勉強するためには何より自主性が不可欠です。
- ◆ 留学の方法（留学先国・地域、学校の種類、課程、留学時期など）には幅広い選択肢があります。自分の将来の目標と現在の状況を照らし合わせ、これらの中から最適な方法を自分自身で自由に選ぶことができます。
- ◆ 手続きを自分で進める過程で次のようなメリットが得られます。
  - ☞ 自分のペースで情報収集と手続きを進めることで、自分の目標・留学に対する考え方が明確になる。また、目標が当初と変わった時にそれに適した方向転換をしやすくなる。
  - ☞ 自分で判断し、行動する力が身につく。
  - ☞ 語学力の向上に役立つほか、現地の教育制度や文化への理解が深まる。また、留學生活にスムーズに移行するための「慣らし期間」になる。
  - ☞ 留学までの経緯を自分で把握できるため、留学後に学校など見解の食い違いが生じた時に自分の立場を主張できる。
  - ☞ 手続きの際に連絡した担当者と知り合えるので、留学してからも相談しやすい。

### 留学あっせん業者を利用するということ

自分で情報収集や手続きをする時間が取れない、出願書類を添削してほしい、十分な語学力がない、希望する留学開始時期まで時間がないなど、自分では困難な部分については、外部のサービスを利用するの一つの方法でしょう。

しかし、「留学あっせん」と呼ばれるサービスの種類は多岐にわたるうえ、これらのサービス全体を包括的に規制する法律などはなく、業者には国や自治体の許可や登録は必要ありません。そのため、留学あっせんのサービスを利用する場合は、必ず複数の業者を比較し、目的に合ったサービスを上手に利用しましょう。

### 留学あっせん業者を利用する際に気をつけること

- ◆ 業者が規定を自主的に設けて契約書に明記している場合を除いて、基本的にはクーリング・オフが適用されません。
- ◆ 業者の知名度や支払い金額だけで判断せず、料金の明細やサービスの内容で選びましょう。
- ◆ 適切な手続きが進んでいるのかどうか確認できるように自分でも調べておきましょう。
- ◆ 特に現地で、業者に何をどこまでやってもらいたいのか明確にしておきましょう。
- ◆ ビザ発給や学校の受入れは本人が要件を満たしていることが必要なため、業者に代行業を依頼しても許可が下りない場合もあります。
- ◆ 万一のトラブルに備え、業者とのやりとりの記録（契約書、領収書、メール／FAXの写し、電話や面談の場合は話した日時・相手の名前・話の内容を相手に確認しながらまとめたメモなど）を残しておきましょう。

### 留学あっせん業者選びのチェックポイント

複数の会社・団体を比較することが基本です。以下の項目の多くは、業者を選ぶうえで重要なポイントとなります。業者の説明にこれらの情報が含まれていない場合は、こちらから問い合わせてみましょう。

- 組織情報、財務状況、業務実績
- 留学先の学校、プログラムの内容、留学先の国・地域などの紹介
- 業者と留学先の学校との関係
- 現地の委託業者がある場合、その委託業者の情報と契約内容
- 現実的な留学計画の選択をすすめているか
- 契約内容、料金体系、責任の範囲、免責事項、変更・取り消し・不測の事態に関する取り決め

### トラブルにつながりやすい例

- ◆ 語学力・学力の要件を満たしていないのに安易に留学をすすめる。
- ◆ 資金の不足を現地で就労によって補うことをすすめる。  
(留學生の賃金は一般に最低賃金に近く、アルバイトのみで生活費などをまかなうことは困難です。また法律で労働時間に制限があったり、労働が禁止されていたりします。)
- ◆ 申込・契約を急がせる。
- ◆ 「留学で日本での就職が有利になる資格を取得できる」「留学終了後、現地で就職できる」というようなことを明確な根拠に基づかずに述べる。
- ◆ 現地でのサポート体制や、留学費用に関して不明瞭さがある。

## トラブルになったら…

### (1) 契約上のトラブル

業者との間にトラブルが発生した場合、まずは直接話し合い、解決する努力をします。解決しなかった場合、居住地の消費生活センターなどにアドバイスを求めながら、業者と交渉していきます。その際には消費者契約法の、不当に高額な解約金条項を無効とするなどの消費者保護のための規定を参照しましょう。当該業者が業界団体に加盟していたり、何らかの認証を受けていたりする場合は、その団体に相談し、介入してもらうことも考えられます。

上記のやり方で解決しない場合は、民事で調停を申し立てたり、訴訟したりすることになってしまいます。

### (2) 経営破綻によるトラブル

契約した業者が経営破綻を起こした場合、あるいはその前兆（数店舗の支社の一斉閉鎖など）があった場合、まず消費生活センターなどに相談しましょう。次に、業者に学費やホームステイ代金、寮費などを預けていた場合、すぐに留学先の学校に連絡し、経費が支払われていたか、未払いがある場合、いつまでの在学・居住が認められるのかなどをきちんと確認しましょう。

破産の場合は、債権者説明会や、裁判所からの文書などで状況を知ることができます。しかし預けたお金が戻ってくることはあまりありません。

家族ともよく相談し、今後の方針や進路を冷静かつ適切に決めましょう。留学を続ける場合は、今後の手続き方法などを学校や公的機関に相談し、適切な選択をするようにしてください。焦って新たな業者と契約をしないようにしましょう。

詳しい説明は、日本学生支援機構の「海外留学情報サイト」内「留学あっせん業者の利用について」を参照しましょう。

### (3) 参考ウェブサイト

一般社団法人留学サービス審査機構 (J-CROSS)

<http://www.jcross.or.jp/>

独立行政法人国民生活センター

<http://www.kokusen.go.jp/>

東京暮らしWEB（消費生活に関わる東京都の情報サイト）相談窓口

<https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp/sodan/>



トラブルを避けるためにも、情報収集は重要だよ！

## 海外安全・生活情報

留学生活に慣れてくると気が緩み、事故や事件などトラブルに巻き込まれる可能性が高くなります。また、テロ・災害・感染症などは、本人の注意に関係なく起こります。留学中は、常に危機管理意識を持って生活し、留学先の治安や医療事情、感染症などの最新情報を収集するよう心がけましょう。また、他の留学生や留学先の留学センターなどと情報を共有し、何か問題が生じた際に協力できる環境を整えておくことも大切です。

### どこから情報収集するか

#### (1) 外務省「海外安全ホームページ」

国・地域別に、テロ・犯罪・感染症の情報、渡航・滞在に際しての注意を掲載しています。「海外留学」ページに、出発までの事前の準備、滞在中のトラブル対策、現地のお役立ち情報が掲載されています。



#### (2) 外務省 海外安全アプリ

海外の安全に係る情報を入手できる外務省公式アプリです。

#### (3) 外務省「世界の医療事情」

国・地域別に、在外公館の住所・電話番号、衛生・医療事情一般、かかり易い病気・怪我、健康上心がける事、予防接種、主な医療機関の連絡先などの情報を掲載しています。



#### (4) 「たびレジ」

滞在先と期間を登録しておく、滞在先の最新の海外安全情報や在外公館による緊急一斉通報をメールで受信できます。



#### (5) 「在留届」

日本国外に3か月以上滞在する場合は、必ず提出しましょう。外務省が提供する在留届の電子届出システム「オンライン在留届ORRネット」で提出可能です。現地の日本大使館・総領事館に直接提出することもできます。



#### (6) 厚生労働省検疫所「FORTH海外で健康に過ごすために」

国・地域別の感染症情報、予防接種情報など、渡航前・渡航中・帰国後にわたる参考情報を掲載しています。



**(7) 現地の公的機関の情報**

犯罪件数や災害情報などをウェブサイトで公表している国・地域もあります。現地の警察などの情報を確認してください。

**(8) 現地の日本大使館・総領事館**

現地に住む日本人向けに治安情報を提供しています。  
日本大使館・総領事館のウェブサイトへは、外務省のサイトからアクセスできます。

**(9) 各国・地域の政府観光局**

観光誘致を積極的に実施している国・地域の多くは、物価、宿泊施設、交通手段、気候などの情報を政府観光局のウェブサイトで提供しています。

**(10) 現地に滞在している方**

現地に滞在している知人や友人、または最近現地を訪れた方などから、直接、安全情報を入手することも、生きた情報として有益です。

**電話・窓口****外務省領事サービスセンター**

〒100-8919 東京都千代田区霞が関 2-2-1 TEL 03-3580-3311 (代表)  
電話・窓口で海外安全情報について相談可能。安全情報の資料閲覧、パンフレットの入手もできます。

**危機管理の心構え**

- 自分の身は自分で守る
- 危険な場所には近づかない
- 家族に定期的な連絡をする
- 常に警戒を怠らない
- 常に情報収集を心がける
- 見知らぬ人を安易に信用しない
- 多額の現金・貴重品は持ち歩かない
- 常に所在を明らかにし、連絡が取れるようにしておく
- 現地の法律を守り、宗教や文化等を理解・尊重する

**留学経験者のリアルVoice ~防犯のために心がけていること編~**

- なるべく夜は出歩かない (オーストラリア)
- 現金を持ち歩かない (アメリカ)
- できるだけニュースをチェックする (オーストラリア)
- 見知らぬ人に話しかけられても無視するようにしている (中国)
- 警戒心をアピールする (タイ)
- 貴重品は肌身離さず持ち歩く (アイルランド)
- 現地人と同じような服装で、貴重なものを身に着けない (アメリカ)
- 鍵をこまめにかける (イギリス)

**自分の身は自分で守ろう！****(1) 病気・ケガ****留学前**

- ◆ 渡航前に健康診断を受け、病気やケガがあれば治療を済ませておきましょう。地域によって予防接種が必要なこともあるので、渡航前に確認してください。
- ◆ 現地の医療事情を調べ、留学先の学校にも必ず確認のうえ、必要な保険に必ず加入しておきましょう。加入している保険が使える病院や近隣にある病院の情報をあらかじめ知っていると、いざというときに慌てずに済みます。

**留学中**

- ◆ 体調管理をして病気やケガを予防しましょう。病気やケガをしてしまったら、学校のスタッフやホストファミリーなど身近な人にまずアドバイスをもらい、落ち着いて対処しましょう。
- ◆ 大学に通っている場合は、キャンパス内にヘルス・クリニックが併設されていることもあります。キャンパス外に提携クリニックがある場合もあるので、あらかじめ確認しておくで安心です。

**(2) 盗難・紛失**

- ◆ 普段から貴重品管理はしっかりと行いましょう。
- ◆ 盗難・紛失の際、学校に相談窓口がある場合は、まずそこに相談しましょう。
- ◆ 現地の警察に被害を届け出て、被害届の受理書 (ポリスレポート※) を受け取りましょう。
- ◆ 盗難・紛失にあったものの種類に応じて、できるだけ速やかに所定の手続きを行いましょう。
  - ☞ パスポート→日本大使館・総領事館へ
  - ☞ 航空券→購入先の旅行会社・航空会社へ
  - ☞ クレジットカード・海外用プリペイドカードなど→発行金融機関へ
  - ☞ 海外旅行傷害保険・留学保険に加入している場合→保険会社へ
 ※「ポリスレポート」は、パスポートの再発給申請や保険請求などの際に必要なります。

**(3) 災害・騒乱などの緊急事態**

- ◆ 「危険な場所には近づかない」というのが鉄則です。事件や災害を予測することは困難ですが、過去にどのような場所や状況で起こったかなどの事前情報を入手し行動することで被害に遭うリスクを減らすことができます。たびレジに登録、あるいは在留届でメールアドレスを登録していると、現地の最新治安情報がメールで届きます。
- ◆ 万一の場合は、日本大使館・総領事館、家族、所属校などに連絡をしましょう。電話・インターネットが使えない場合は、安全確保を第一に、冷静に待機もしくは避難しましょう。

## 語学・学力試験／資格

## 英語

## TOEFL iBT®

世界160カ国13,000以上の大学・教育機関がスコアを認めている、約2時間の英語能力試験。海外の大学に必要な英語スキルがどれくらい身についているかを評価する。

## 〈国内問合先〉

ETS Japan TOEFLテスト日本事務局 [https://www.toefl-ibt.jp/test\\_takers/](https://www.toefl-ibt.jp/test_takers/)

## IELTS (International English Language Testing System)

英語圏や、欧州各国の大学などへの留学希望者の英語力を評価する試験。

## 〈国内問合先〉

(公財) 日本英語検定協会 <https://www.eiken.or.jp/ielts/>  
 (一財) 日本スタディ・アブロード・ファンデーション (JSAF)  
<https://jsaf-ieltsjapan.com/>  
 (株) バークレーハウス  
<https://berkeleyhouse.co.jp/ielstestcentre/>

## PTE Academic (Pearson Test of English Academic)

英語圏の大学などへの留学希望者を対象としたコンピューター形式 (CBT) の英語能力試験。結果は2営業日以内に閲覧可能。

## 〈実施期間〉

Pearson PTE <https://www.pearsonpte.com/pte-academic>

## 英検 (実用英語技能検定)

日本人向けの英語技能を測定する語学試験。学習レベルに応じた級を設定している。アメリカ、オーストラリア、カナダなどの大学と高校の一部で、英語力証明資格として認められている。

## 〈国内問合先〉

(公財) 日本英語検定協会 <https://www.eiken.or.jp/eiken/>

## TOEFL Junior®

英語を母国語としない中高生向けの英語試験。「読む」「聞く」の2技能を測定する Standard (CEFRのA1～B2レベル) と「話す」技能を測る Speaking (CEFRのA2～B2レベル)、「書く」技能を測る Writing (CEFRのA2～B2レベル) がある。

## 〈国内問合先〉

(株) 公文教育研究会 グローバル・コミュニケーション & テスティング  
<https://gc-t.jp/>

## AEAS (Australian Education Assessment Services)

オーストラリア留学を目指す小中高生向けの英語試験。

## 〈問合先〉

Australian Education Assessment Services <https://www.aeas.com.au>

## CEFRとは？

Common European Framework of Reference for Languages (欧州言語共通参照枠) の略。学習者がその言語を用いて具体的に何ができるかという観点から、初級 (A1・A2)、中級 (B1・B2)、上級 (C1・C2) の6段階で評価を行います。国を越えた教育や就労を促進するため、欧州言語の語学試験はこの基準を使ってレベルを設定しています。さらに近年では、中国語や英語など欧州外の検定試験や日本の大学入試などでもCEFRを取り入れ始めており、重要性が増しています。

## ドイツ語

## TestDaF (Test Deutsch als Fremdsprache)

主にドイツの大学への留学希望者を対象としたドイツ語能力試験。CEFRのB2からC1のレベルの試験が受験できる。全項目の評価が一定レベル以上であれば、入学に必要な語学力を有すると認められる。ゲーテ・インスティトゥートや大学等で受験可能。

## 〈国内問合先〉

ゲーテ・インスティトゥート  
<https://www.goethe.de/ins/jp/ja/spr/prf/testdaf.html>

## ゲーテ・ドイツ語検定試験 (Goethe-Zertifikat)

ドイツの公的文化機関であるゲーテ・インスティトゥート (Goethe Institut) が行っている語学試験。CEFRのA1からC2のレベルまであり、各大学の求めるレベルに合格していれば、ドイツ語試験が免除される。東京と大阪のゲーテ・インスティトゥートで受験可能。

## 〈国内問合先〉

ゲーテ・インスティトゥート <https://www.goethe.de/ins/jp/ja/spr/prf.html>

## ÖSD (Österreichisches Sprachdiplom Deutsch)

オーストリア政府公認のドイツ語能力検定試験。CEFRのA1からC2までのレベルがある。ドイツ語圏の大学において、入学に必要な語学能力の証明書として認められている。札幌、東京、名古屋、福岡で受験可能。

## 〈問合先〉

ÖSD <https://www.osd.at/en/>

## オランダ語

## CNaVT (Certificaat Nederlands als Vreemde Taal)

外国語としてのオランダ語能力を測る公式検定試験。CEFR A2からC1の4レベルがあり、大学などを旨ず場合はB2の“Educatief Startbekwaam”を受験する。結果は合否によって判定。

## 〈問合先〉

CNaVT <https://cnavt.org/>  
 \*アーツフランダース・ジャパンが解散し、ベルギー大使館での試験は実施されていません。

## フランス語

**DELFL (Diplôme d'études en langue française)****DALFL (Diplôme approfondi de langue française)**

フランス国民教育省が認定するフランス語資格。DELFLはCEFRのA1からB2まで、DALFLはC1とC2のレベルがある。DELFL B2またはDALFLの取得者は、フランスの大学の学部1年目にDAPの手続きを通して申請する際に、言語能力のテストが免除される。国内に10か所試験センターがある。

## 〈国内問合先〉

France Education International <http://delfdalf.jp/>

**TCF (Test de Connaissance du Français)**

フランス国民教育省が認定するフランスの大学への留学希望者を対象としたフランス語資格試験。フランスの大学に出願する際に公式にフランス語能力を証明できる。得点に応じて受験者のレベルをCEFRの6段階で判断する。日本国内では8か所の試験センターがあり、一部の試験センターでは、オンライン受験のTCF SOを実施している。

## 〈国内問合先〉

France Education International <https://delfdalf.jp/ja/diplomes-et-tests/tcf/>

## イタリア語

イタリア政府認定のイタリア語検定試験のうち、3種類の試験が国内で受験可能。どの試験も、CEFRのA1からC2までのレベルがあり、B2以上の合格認定証を提出すれば、大学・音楽院・美術学院の入学試験でイタリア語試験が免除される。

**CILS (Certificazione di Italiano come Lingua Straniera)**

## 〈国内問合先〉

イタリア文化会館 <https://iictokyo.jp/italian-proficiency-test/cils/>

**CELI (Certificati di Lingua Italiana)**

## 〈国内問合先〉

語学と文化の学校 スコラールム <https://scholarum.jp/>

**PLIDA (Progetto Lingua Italiana Dante Alighieri)**

## 〈国内問合先〉

ダンテ・アリギエーリ協会東京支部 <https://ladante.jp/plida/introduce/>

## スペイン語

**DELE (Diplomas de Español como Lengua Extranjera)**

スペイン教育・職業訓練省公認のスペイン語検定試験。CEFRに対応したA1からC2までのレベルを設定。スペイン語圏への留学、就職などの際に語学のレベルを保証するものとして国際的に認められている。国内各都市で受験できる。

## 〈国内問合先〉

インスティトゥト・セルバンテス東京

[https://tokio.cervantes.es/jp/dele\\_diplomas/information\\_diplomas\\_spanish.htm](https://tokio.cervantes.es/jp/dele_diplomas/information_diplomas_spanish.htm)

**SIELE (Servicio Internacional de Evaluación de la Lengua Española)**

オンラインシステムでスペイン語能力を判定する国際的評価試験。CEFRに対応したA1からC1までのレベルを設定。南米を含むスペイン語圏各国の大学に入学するための語学能力の証明書として認められる。インスティトゥト・セルバンテス東京で受験可能。

## 〈国内問合先〉

インスティトゥト・セルバンテス東京

[https://tokio.cervantes.es/jp/siele\\_spanish\\_certificate/info\\_siele\\_spanish.htm](https://tokio.cervantes.es/jp/siele_spanish_certificate/info_siele_spanish.htm)

## 中国語

**HSK (漢語水平考試)**

中国政府が認定する中国語検定試験。中国の大学への留学希望者が公式に語学力を証明できる。1～6級があり、6級が最高級。CEFRに対応している。

## 〈国内問合先〉

HSK 日本実施委員会 <http://www.hskj.jp/>

**TOCFL (華語文能力測驗)**

台湾の大学に入学する際、公的に華語（中国語）能力を証明できる。CEFRに対応している。

## 〈国内問合先〉

日本台湾教育センター <http://tecj.tku.edu.tw/jp/>

## 韓国語

**TOPIK (韓国語能力試験)**

韓国政府が認定する韓国語試験。韓国の大学への留学希望者が公式に語学力を証明できる。TOPIK I (1～2級) とTOPIK II (3～6級) から選んで受験する。6級が最高級。

## 〈国内問合先〉

(公財) 韓国教育財団 <https://www.kref.or.jp/topik/>

## 学力試験／資格

### AP (Advanced Placement)

アメリカやカナダの高校で実施されている制度。高校で大学レベルの内容を学習し、試験で所定の成績を修めると、大学の単位として認められる。試験の科目は選択できる。日本では、複数のインターナショナルスクールで実施されている。

#### 〈実施機関〉

College Board <https://apstudents.collegeboard.org/>

### ACT (American College Test)

主に米国の大学入学希望者を対象とした学力試験。英語、数学、読解力、理科とオプションのライティングからなる。試験会場は、MyACTのアカウントを作成して確認する。

#### 〈実施機関〉

ACT <https://www.act.org>

### GCE-A-Level (General Certificate of Education, Advanced Level)

大学の入学資格としてイギリスで最も広く認められている資格。大学での専攻に合わせて、3～4科目を専門的に2年間勉強する。

#### 〈国内実施機関〉

ブリティッシュ・カウンシル

<https://www.britishcouncil.jp/en/exam/other/school/cambridge-igcse-a-level/cie>

### GMAT (Graduate Management Admission Test)

ビジネススクール（経営大学院）への入学希望者を対象とした学力試験。数学、英語、データサイエンスの3科目からなる。

#### 〈実施機関〉

Graduate Management Admission Council (GMAC)

<https://www.gmac.com/>



### GRE (Graduate Record Examinations)

大学院入学希望者を対象とした学力試験。General Test（英語、数学、分析作文）とSubject Test（3種の科目別テスト）の2種類がある。東京と大阪の試験会場で受験できるほか、自宅受験も可能。

#### 〈実施機関〉

Educational Testing Service (ETS) <https://www.ets.org/gre.html>

### IB (International Baccalaureate)

国際バカロレア機構（本部ジュネーブ）が提供する国際的な教育カリキュラム。2年間のDPプログラム最終試験で所定の成績を収めると、国際的に認められる大学入学資格（国際バカロレア資格）が取得できる。日本では、日本語によるIBと英語によるIBが実施されている。

#### 〈実施機関〉

International Baccalaureate Organization <https://www.ibo.org/>

### LSAT (Law School Admission Test)

アメリカやカナダの法科大学院（J.D.プログラム）入学に際して要求される学力試験。長文読解、分析、論理、ライティングからなる。

#### 〈実施機関〉

Law School Admission Council (LSAC) <https://www.lsac.org/lsat>

### SAT (Scholastic Assessment Test)

主にアメリカの大学入学希望者を対象とした共通試験。読解、数学、文法、ライティングからなる。日本各地のインターナショナルスクールなどで実施されている。

#### 〈実施機関〉

College Board <https://www.collegeboard.org/>

### SSAT (Secondary School Admission Test)

主にアメリカの私立中学、高校入学希望者を対象とした学力試験。算数／数学、英語、読解、ライティングの4科目からなる。ペーパー版とコンピューター版がある。

#### 〈実施機関〉

SSAT <https://ssat.org/>

## 用語集

## A

**A.A. (Associate of Arts)**

准学士号。短期大学士号。2年制大学の文系課程を修了した場合に授与。

**A.A.S. (Associate of Applied Science)**

准学士号。短期大学士号。2年制大学の商業もしくは技術課程を修了した場合に授与。

**A.S (Associate of Science)**

准学士号。短期大学士号。2年制大学の理系課程を修了した場合に授与。

**Academic Term**

大学の学期制度。2学期制は Semester、3学期制は Trimester、4学期制は Quarter という。

**Academic year**

大学の授業開始から授業終了までの1年間のことをいう。

**Acceptance Letter**

入学許可書

**Accommodation**

学生寮やホームステイなど滞在施設。

**Accreditation**

学校の教育の質や設備が一定の基準を満たしているという認定。例えば、アメリカの教育は国家機関の統制がないため、民間の認定団体が認定を行っている。イギリスでは、語学学校に対し、ブリティッシュ・カウンシルと English UK が、Accreditation UK を運営し、定期的に監査している。学校選びの際には、なる

べく認定を受けているところを選ぶようにする。

**Apostille**

付箋＝アポスティユによる外務省の証明。欧州圏へ留学する時の各種手続きの際に日本の公文書を提出する必要がある、外務省の証明を取得するよう求められた場合、アポスティユを取得すれば、日本にある大使館・領事館の領事認証があるものと同等のものとして提出できる。

**Assignment**

宿題、課題

**Associate Degree**

准学士号。短期大学士号

## B

**B.A. (Bachelor of Arts)**

文学士号

**B.S. (Bachelor of Science)**

理学士号

**Bachelor's Degree**

学士号

**Bologna Process**

ボローニャ・プロセス（宣言）。ヨーロッパ全域で国と大学が取り組む一連の改革。各国の制度と大学の多様性を維持しながら、様々な国や機関の間での学位・学歴の承認、留学、交流を促進することを目的としている。欧州諸国は、比較可能な3段階の学位付与制度（学士号、修士号、博士号）や単位互換制度の導入を進めており、ヨーロッパの約50か国が参加している。

**Board**

食事のこと。食費を指す場合もある。Full Board は3食付き、Half Board は朝夕2食付き。

**Brochure**

パンフレット

## C

**CEFR (Common European Framework of Reference for Languages)**

欧州言語共通参照枠。言語学習者がその言語を用いて具体的に何ができるかという観点から評価を行う指標。初級 (A1・A2)、中級 (B1・B2)、上級 (C1・C2) の6段階で評価される。語学試験ではこの基準を用いたレベル設定が多い。

**Catalog**

アメリカの大学などが発行する学校案内パンフレット。開講コース、プログラムや指導教授の詳細などが掲載されている。イギリスでは Prospectus という。

**Certificate**

特定の分野のプログラムを履修し、修了した際に与えられる修了証。学位取得ではない場合に与えられる。

**College**

4年制または2年制大学の呼称。大学の学部や研究科の意味で使われる場合もある。

**Common Application**

アメリカの大学学部課程へ出願する際の共通願書。多くの大学で利用可能。

**Community College**

アメリカの公立の2年制大学。職業教育コースの他、4年制大学の3年次へ編入

するための進学コースを提供している場合もある。

**Conditional Admission (米)  
Conditional Offer (英)**

語学テストの結果などが入学基準を満たしていない場合に、その基準を満たすことを条件に入学が認められること。条件付き入学。

**Credit**

単位。Unit ともいう。

## D

**Deposit**

手付金、保証金。大抵の場合、あとから戻ってくる。

**Diploma**

卒業証書の意味で使われることが多い。

**Dissertation**

修士論文、博士論文

**Double (Dual) Degree**

2つの学位を取得できるプログラム。2つの学士号、または学士号と修士号などを取得できる。

**Double Major**

2つの専攻科目を同時に取得することができるプログラム。

## E

**Elective**

選択科目

**En-Suite**

バス・トイレ付きの部屋。語源はフランス語。発音は、オンスイートに近い。学生寮の場合、キッチンも共同の場合が多い。

**English as a Second Language (ESL)**

第一言語もしくは母語が英語でない者を対象にした英語教育。

**Enrollment**

入学、入学者数、在籍者数

**Essay**

小論文。Paper または Report ともいう。

**European Credit Transfer and Accumulation System (ECTS)**

欧州単位互換制度。国を超えて単位を互換できるようにするために設けられた統一的な単位制度。各単位数は、科目修得に必要な学習量に応じて決められ、60 ECTS (単位) が 1 学年分の学習量に相当する。

**Exchange Student**

交換留学生。Visiting Student ともいう。

**F****Fellowship**

博士課程の学生に与えられる奨学金。フェローシップ。

**Financial Statement**

財政能力証明書。銀行で発行してもらう。

**Flat**

ヨーロッパやオセアニアでは、アパートのことをいう。

**Flat share**

アパートの部屋などを数人で借りて共同生活をする。キッチン、バス、トイレは共有。同じフラットに住む人のことは、Flat mate (フラットメイト) と呼ぶ。

**Foundation Course**

大学進学準備コース。イギリス、オーストラリア、マレーシアなどで大学に進学する際に必要なアカデミックスキルや専攻の知識を身につけるためのコース。大学に付属している場合が多い。コースによって、進学できない専攻や大学があるので注意。

**G****GPA (Grade Point Average)**

学業成績平均点。A、B、C、D、F の 5 段階の成績評価に対し、A=4 ~ F=0 点の Grade Point を与え、評定平均値を算出する。アメリカの多くの大学で採用されている。

**Grade**

学年。成績のことを指す場合もある。

**Grading System**

成績評価法

**Graduate**

アメリカやカナダで大学院を指す。イギリスやオーストラリアでは、Postgraduate という。

**Grant**

大学生と大学院生が受けられる給費。

**H****Handout**

授業で配布されるプリントのこと。英語ではプリントとは言わない。

**Health Report**

健康診断書。国によっては、出願やビザ申請の際に必要な。

**Housing Office**

寮やアパートなど学生用の住まいを

紹介してくれる学校内にある部署。Residential Life ともいう。

**I****Intensive Course**

語学学校の集中コース

**Interdisciplinary**

相互に関係している分野を複数にまたがり学び、学位を取得するプログラム。

**International Student Office**

大学などの留学生課、留学生オフィス。留学中に困ったことがあったら、まずここへ相談。

**Internship**

監督下における短期間の職務経験。Work Experience ということもある。通常は専攻分野に関連した仕事をし、単位として認められることもある。

**L****Liberal Arts**

一般教養学。人文科学、社会科学、自然科学などを含む。

**Liberal Arts College**

一般教養課程を重要視している大学。郊外の小規模な大学が多いため、教授数に対して学生数が少ない。きめ細やかな指導が受けられる利点がある。

**M****M.A. (Master of Arts)**

文学修士号

**M.S. (Master of Science)**

理学修士号、科学修士号

**Major**

大学で専攻している分野

**Master's Degree**

修士号

**Medical Insurance**

医療保険。留学生に加入を義務付けている国も多い。

**N****Non-Degree Student**

学位取得が目的でない学生

**O****OPT (Optional Practical Training)**

学外での就労許可。仕事は大学での専攻分野に直接関連したものに限られている。雇用主は自分で見つける必要がある。

**Office Hours**

教授が学生の質問や相談を受けるために設けた授業時間以外の時間帯。この時間帯はいつでも教授の研究室を訪れてよい。

**On-Campus**

学校の敷地内。学校外は Off-Campus という。

**Open Admission**

入学希望者全員が入学できるシステム。成績や語学試験の結果などにかかわらず、空席がある限り入学できる。

**Orientation**

オリエンテーション。新入生対象の入学説明会など。

## P

**Ph.D. (Doctor of Philosophy)**

博士号

**Placement Test**

クラス分けなどに使われるテスト。語学学校入学時に行われることが多い。

**Plagiarism**

エッセイや論文などで、引用元を表記せずに他人の考えや著作などを自分の考えのように使用すること。欧米では重罪となる。

**Postgraduate**

イギリスやオーストラリアで大学院を指す。アメリカやカナダでは、Graduate という。

**Proofreading**

エッセイや論文の文法および内容を第3者に校正してもらうこと。ネイティブスピーカーでも正式な論文の際は依頼する。

**Prospectus**

イギリスの大学などが発行する学校案内パンフレット。開講コース、プログラムや指導教授の詳細などが掲載されている。アメリカでは Catalog という。

## Q

**Quiz**

授業中に行われる小テスト。抜き打ちテストは Pop Quiz という。

## R

**RA (Research Assistant)**

教授の研究を手伝う助手。大学院生が行うことが多い。

**Recommendation/Reference**

推薦状。大学教授などに書いてもらう場合が多い。

**Registration**

履修科目登録

**Required Course**

必須履修科目

**Research Course**

イギリスの大学院の学位取得のコースの一つ。講義は履修せず、研究主体。講義を受けて論文を執筆する Taught Course もある。

**Residence Hall**

学生寮。Dormitory ともいう。

**Rolling Admission**

出願書類が提出された順に審査が行われ、順次合否が決まっていく入学審査方式。

## S

**Scholarship**

奨学金

**Self-Catering**

自炊

**Seminar**

日本の大学のゼミに近い小規模形式の授業。

**Social Security Number**

アメリカの社会保障番号のこと。留学生にも発行され、身分証明書としても使われる。

**Student House**

大学が管轄するシェアハウス。学生寮とは違い、一軒家やアパートなど。

**Student Union**

学生自治会。会費がかかる場合もあるが、物件の紹介を行っていたり、学生のような相談にのってもらえる。Student Government ともいう。

**Syllabus**

シラバス。その年に開講される授業の詳細が掲載されている。履修する授業を選ぶ際の参考にすることが多い。

## T

**TA (Teaching Assistant)**

授業の手伝いや試験の採点など教授の仕事を手伝う助手。主に大学院生が行う。奨学金受給の条件になっていることもある。

**TAFE**

Technical and Further Education の略。オーストラリアの公立専門学校。

**Taught Course**

イギリスの大学院の学位取得のコースの一つ。講義を履修し、論文を提出することで学位を取得する。リサーチが中心の Research Course もある。

**Terms and Conditions**

契約条件。物件を契約するときなどよく読む必要がある。

**Thesis**

論文

**Transcript**

成績証明書

**Transfer**

大学在籍中に、他の大学へ転入、編入すること。

**Tuition**

授業料。授業。Tuition Fee という場合もある。

## U

**UCAS (Universities and Colleges Admissions Service)**

イギリスの大学へ出願する際の共通オンライン出願サービス。イギリスの学部課程（一部ファウンデーションコースも）への出願はすべてここから行う。

**Undergraduate**

大学学部課程

**Unit**

単位。Credit ともいう。

## V

**Visiting Student**

交換留学生。Exchange Student ともいう。

**Vocational School**

職業訓練学校。専門学校。留学生を受け入れているところもある。

## W

**Work Permit**

就労許可書

**Work Placement**

授業の一環として行われる職業体験。インターンシップとは異なる。

## その他

**語学堂**

韓国の大学附属の語学学校

# わたしがつくる海外留学

(非売品)

---

2006年3月初版第1刷発行  
2025年3月第18版第1刷発行

---

独立行政法人日本学生支援機構  
留学生事業部 留学情報課  
〒135-8630 東京都江東区青海 2-2-1  
TEL.03-5520-6111  
FAX.03-5520-6121  
<https://ryugaku.jasso.go.jp/>

禁無断転載