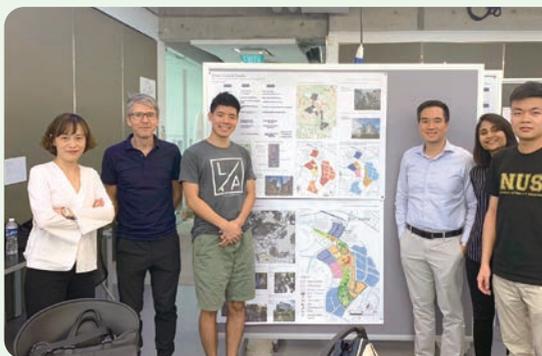


シンガポール

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！



ガルシア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。

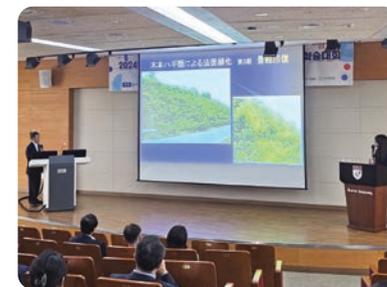
大忙しかった留学準備

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。

アイランド



翠の島アイ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を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 (アイランドの祈祷文より)



講義を受ける建物



ダブリンの夕暮れ

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。

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生活のために

インドネシアでの留生活は、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生活となることを祈っています。

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のですが、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、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霽雲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。