

留学体験記

イギリス・イーストアングリア大学で過ごした 9 か月

JSAF FLAP 留学レポートより

「たくさん新しいことに挑戦することができ、新しいことに挑戦することへのハードルが下がりました。これは私の人生において大きな変化だと感じています。」

留学先	イーストアングリア大学(University of East Anglia／イギリス・ノリッジ)語学プログラム
在籍大学	東京経済大学 コミュニケーション学部 メディア社会学科 2 年
留学期間	2024 年 4 月～12 月(9 ヶ月)

※本体験記は派遣生の FLAP 留学レポートをもとに再構成したものです。

1. 留学の目的

今回の留学の目的は、自立すること、そして海外の学生と会話できる語学力を身につけることでした。この目的は達成することができました。留学開始当初はほとんど英語力がなく、基本的な会話もできず聞き取りもできませんでした。今では現地学生や留学生と普通に会話できる程度まで英語力がつきました。

2. 語学学校と授業

■ 学校とクラスの概要

項目	内容
学校	イーストアングリア大学(UEA)付属語学学校 INTO
受講コース	アカデミックイングリッシュ
学校の学生数	約 700 名(うち日本人約 10 名・1.4%)
クラスの平均人数	約 10 名(うち日本人:4 月約 3 名、6 月約 0 名、10 月約 12 名)
クラスメイトの国籍	韓国、台湾、中国、タイ、インドネシア、サウジアラビア、UAE、ロシア、イタリア、フランス、ドイツ、スペイン、ハンガリー、チェコ、トルコ、メキシコ、ブラジル、アルゼンチン、コロンビア、日本など
クラスレベル	開始時:レベル 3 → 最終:レベル 4T
教材	リーディング用とリスニング用の教科書 2 冊。環境問題や社会問題に関する文章と、それに関する問題という内容

大学のキャンパスには全ての施設が揃っているように感じました。多くの 1 年生が大学内の寮に住んでいるため、コインランドリー、スーパー、カフェ、図書館、ジム、バー、ナイトクラブまでありました。比較的新しい

建物が多く、とても綺麗で快適でした。また、自然が多く、新鮮な空気を感じながら勉強することができました。

学校のスタッフはとても優しく、不明点があれば丁寧に教えてくれ、いつも学生を気遣ってくださっていました。先生はタームによって変わりましたが、全ての先生が学生の語学力向上について真剣に考えていました。いろいろなタイプの先生がいるため、たまに合わないと感じる学生もいましたが、必ず他の先生や教師の代表の方が相談に乗ってくださり、学生が勉強に集中できるようにしてくださっていました。先生と学生の距離が近い学校だと思うので、先生にしっかりと勉強を見てもらいたい方におすすめです。

■ 授業の内容

面白かった授業(Integrated skills): 先生が学生のことを考え、学生が楽しめるような授業を行ってくれました。すごろくで、その日に習った範囲の文法を使いながらゲームをするといった内容です。

現地での授業を総括すると、先生方のルールや時間に対する感覚は基本的に日本と似ているように感じ、語学学校なので日本の高校のクラスとも似ていると感じました。しかし日本と異なる点として、日本より学生が発言することを重要視しているという点が挙げられます。

■ がんばったこと

頑張った授業(Reading & writing): エッセイを毎ターム提出しなければならなかったため、頑張りました。環境問題や社会問題に関するエッセイを、クラスレベル別に 500 字～1200 字で書くというものでした。

苦労した授業(Speaking & Listening): グループでのプレゼンテーションがあり、学生同士で力を合わせてプレゼンを作り上げるのに苦労しました。先生の選んだ教材の中から自分たちでテーマを選び、そのテーマに関する解説と発表を行い、発表を聞いていた他の学生に対してテーマに関する問いを 2 つ出すという内容でした。

3. 語学力の伸びと工夫

スキル	苦労した点	工夫した点
リスニング	ブリティッシュイングリッシュのリスニングが難しかった。	街で人の会話を聞いてみる。
スピーキング	同じワードばかり使って会話してしまう。	現地学生や留学生の友人と会話して、使っている言い回しを真似する。
リーディング	知らない単語が多く、苦労した。	知らない単語を見つけた時にメモして調べる。
ライティング	同じ言い回しばかりしてしまう。	新しい言い回しを使ってみよう意識する。

勉強に役立った方法は、BBC ニュースを見ることです。留学開始当初と比べると、現地学生や留学生と普通に会話できる程度まで英語力がついたと感じています。

4. 滞在先と生活

■ 滞在先と食事

滞在先は大学寮の1人部屋で、通学時間は徒歩2分、通学費はかかりませんでした。部屋には、トイレ、洗面台、シャワー、鏡、ベッド(シーツ・布団・枕)、勉強机、椅子、テーブルライト、クローゼット、ゴミ箱、棚、お皿2枚、おわん1皿、フォーク、ナイフ、スプーン、冷蔵庫に自分の食材を入れるための部屋番号の書かれたボックスが備え付けてありました。部屋の中を移動する用のスリッパとシャワールーム用のスリッパの2足は現地で買い、備え付けの布団だけでは寒かったので毛布も買いました。

毎ターム、様々な国籍の学生がフロアメイトとなりました。「23時以降はうるさくしない」「キッチン綺麗に使う」などのルールがありました。食事は、夕方に友人のキッチンに集まってとることが多く、私はラーメンを作ることが多かったです。あとは魚や肉を焼いたりして食べていました。

■ 1週間の過ごし方

- 月：午前中授業を受け、午後は友人と少し遠いスーパーへ。夜ご飯は友人とキッチンに集まり一緒に食べる。
- 火：午前中授業を受け、午後は洗濯。夜ご飯は友人と一緒に食べる。
- 水：午前中授業を受け、午後は課題。夜ご飯は友人と一緒に食べる。
- 木：午前中授業を受け、午後はコンバセーションクラブに参加。夜ご飯は友人と一緒に食べる。
- 金：午前中授業を受け、午後は友人とバーへ。夜ご飯は友人と一緒に食べる。
- 土：友人とシティーセンターに行き買い物。夜ご飯は友人と一緒に食べる。
- 日：友人とキッチンに集まり料理する。

■ 街と治安

ハリッジのシティーセンターへはバスで15分程度で行くことができ、なんでも揃っているのが快適でした。大きなショッピングモールが2つあり、大体のものを揃えられます。日本料理が食べたくなった時は、韓国スーパーや中華系スーパーがいくつかあるので、そこで日本食の材料を買うことができます。

おすすめスポットはシティーセンターです。洋服は日本にあるブランドからないブランドまで売っていますし、食材はM&SやTescoなどのスーパーから、アジアのものが手に入る韓国・中華スーパーまであります。休日は友人とカフェや教会、雑貨屋さんに行ったりと、何回行っても暇を持て余すことはありません。

治安はとても良いです。キャンパス内は主に寮に住んでいる学生が朝も夜もいつでも出歩いているので、周りに誰かしらいて安心できます。キャンパス外でも危ない人を見かけることは少なく、スリなどの軽犯罪が起きた話も聞きませんでした。

■ 交友関係

主にINTO(語学学校)で毎週開催されるコミュニケーションクラブに参加していました。友人を作りたいと考えているINTOの様々なコースの生徒が集まるため、簡単に友達を作ることができます。現地学生とは、そこでできた友人の友人を紹介してもらい、その縁からたくさんの友人ができました。

友達を作る上では、とにかく機会を逃さないようにしました。どれだけ疲れていても、とりあえずイベントや誘われた遊びに参加することで、友人を作る機会を逃さず、後で後悔しないようにしました。友人が一定数できて安定しても満足せず、とにかくすべての人と友達になりたいという気持ちで遊びに参加していました。そこでできた縁は、一緒に夜ご飯をつくったり休日に遊びに行ったりして、さらに深まりました。

留学生活で最も良い思い出は、毎日夜ご飯をみんなで集まって食べたことです。これが一番の息抜きの方法でもありました。大変だった思い出は、部屋に日本では見たことのない虫が出たことで、虫が苦手な私には大変でした。

5. 課外活動

ジャパニーズソサイエティと Korean ソサイエティに参加しました。ジャパニーズソサイエティは日本のことを好きな人が集まり、日本に関するクイズをしたり折り紙を折ったりして、日本人そして現地学生とも交流しました。Korean ソサイエティは kpop ダンスが好きな学生が集まっており、幹事の学生に kpop ダンスを教えてもらって踊るというものでした。どちらもアジアの学生が集まりがちになりそうなイメージがありましたが、そんなことはなく、アジア以外の学生もたくさんいました。



イーストアングリア大学(UEA)キャンパス内で撮ったお気に入りの写真



キャンパスの建物と、ノリッジの教会にて

6. 費用と持ち物

項目	内容
生活費(月のお小遣い)	10 万円以内に収まるよう心がけていました。思ったより円安は大変でした。
通学費	なし(寮から徒歩 2 分)
持ってくれば良かった物	風邪薬(多めに持ってくればよかった)
持ってこなくても良かった物	歯磨き粉
持っていって便利だった物	お箸、醤油、カップ麺、AirTag、ウエストポーチ
渡航前に準備しておけば良かった点	イギリスに関しての情報収集をもっとしておけばよかった

日本の家族や友達とは、毎日 LINE で連絡をとっていました。

7. 留学を終えて

留学を通して、勇気を出すタイミングが本当に多かったので、勇気を出す方法を身につけ、簡単に物事に挑戦できるようになりました。留学先のイギリスについては、もっときっちりしっかりしているイメージでしたが、実際はそんなにきっちりしていませんでした。これからは、留学中にできた友人達と連絡を取り続け、仲を深めていきたいです。

日本から出なければわからなかったことがたくさんありました。ネットの情報だけでなく実際に見てみるとガラッと印象が変わり、多くのことを学びました。また、たくさん新しいことに挑戦することができ、新しいことに挑戦することへのハードルが下がりました。これは私の人生において大きな変化だと感じています。留学初期の自分と今の自分を比べると、確実に成長したと感じる点がたくさんあり、留学して本当に良かったと思っています。

JSAF に紹介していただいた留学先は本当に私にぴったりでした。おすすめしていただいた大学に決めて本当に良かったと思っています。

8. 後輩へのメッセージ

「とりあえずいろんなイベントに参加することをおすすめします！そこで友人ができてできなくても、無駄にはなりません！」

本体験記は、JSAF 派遣生による FLAP 留学レポートをもとに再構成したものです。