

留学体験記

オーストラリア・グリフィス大学で過ごした 10 か月

JSAF 2025 年春派遣 最終留学レポートより

「授業のやりがいがとてもあり、大変でしたが充実感と達成感がとてもありました。」

派遣先大学	グリフィス大学(Griffith University／オーストラリア・ブリスベン)
在籍大学	青山学院大学 教育人間科学部 心理学科 2 年
留学形態	休学留学
派遣期間	2025 年春派遣(約 10 か月)

※本体験記は派遣生の最終留学レポートをもとに読みやすく再構成したものです。個人情報保護のため、氏名・学籍番号等は省略しています。

1. 留学の目的と、その達成

留学の目的： 英語力の上達、新しい分野の学び、そして留学を経験してみたいという想い。この 3 つが私の留学の目的でした。

目的は達成できた？： はい。達成できたと感じています。

2. 授業と学び

■ 付属語学学校での研修

学部の授業が始まる前は、大学付属の語学学校に通いました。クラスは 25 人ほどで、さまざまな国籍の学生がいましたが、オーストラリア人、台湾人、日本人が多い構成でした。みんな真面目で活発に発言する一方、焦らされるような雰囲気ではなく、自然体で過ごせました。挨拶ひとつでクラスの雰囲気が良くなるのも印象的でした。

スケジュールは大学よりもハードで、卒業がかかった大量の課題をクラスメイトと共に頑張り、助け合ったことで、とても濃い関係性を築くことができました。勉強時間は 1 日平均 5 時間、課題前は 7 時間以上。シティやウエストエンドあたりのカフェでよく勉強していました。

役立った勉強法： 各モジュールの先生が毎週出すスライドや動画で予習・復習をすること。ノートアプリでクラスごとにノートを作り、毎回の授業前と授業後にまとめておくと、課題のときにとっても助かります。

■ 学部で履修した科目

科目	単位	成績	内容と感想
Fundamentals of Hospitality(1003THS)	—	83.7 /100	ホスピタリティを private・commercial・social の 3 つの観点から学び、それを軸に文化や仕事の場面への応用、持続可能性、倫理的側面まで扱いました。授業形式はブレコード講義+ワークショップ。評価はレポート・スライド・ポッドキャスト制作の 3 課題で 100%。最後のポッドキャスト課題は、内容も構成もすべて 1 からペアで考える必要があり、先生から「面白くなければ減点」と何度も言われていたため、構成、音楽、結論づけ、英語の発音や演技の表現までとても苦労しました。それでも「サービスにおけるホスピタリティの真正性はどこにあるのか」というテーマでクラス最高点を取ることができ、大変でしたがとても楽しい課題でした。
Managing Projects in Service Industries (2209THS)	—	73.78/100	プロジェクトの概念と、アイデア提案から企画、予算や場所の考案、ステークホルダーの巻き込みと影響分析まで、最初から最後までに必要なことを実践しながら学びました。講義+ワークショップ形式、評価はレポートや発表資料などの 3 課題で 100%。とても難しいクラスで、1 から企画を立て、学校・政府・地域団体への影響、使用物、予算、イベント当日までの 1 日ごとのスケジュールまで細かく示す必要があり、時間がかかりました。最初の課題は時間をかけたのに先生の求めるものと全く異なり点数が低く苦しかったのですが、最後の課題では実際のイベントを題材に、授業で学んだことをすべて反映させたリフレクション・レポートを書き上げました。
Grand Challenges for Business(1009GBS)	—	83.25/100	企業を取り巻く地球規模の課題(グランド・チャレンジ)の概念、問題、向き合う理由、企業への影響を学び、外部・内部分析や問題の特定、解決策の考え方など数種類の分析方法を課題で実践しました。評価はレポートや発表などの 3 課題で 100%。2 回目の課題では、ありきたりではない深いレベルの外部分析と問題の明確化に苦労しましたが、先生のフィードバックをもとに取り組んだ解決策提案の発表課題では、習った分析方法をしっかりと理解・反映し、多角的な解決策を提示することができました。
Culinary Tourism (2213THS)	—	72.42/100	食観光(フードツーリズム)の授業です。観光における食やワインの部門、食文化観光の重要性を学び、セラードアについてはフィールドトリップで実際に体験して分析しました。ワインと食べ物のマッチング分析やマーケティング手法も学び、課題では実際に訪れたワイナリーの分析とターゲット層の提案レポート、紹介動画の作成、4 人グループでの新しいワイナリーの立地分析・提案とマーケティング戦略の考察に取り組みました。最後は「先生が投資家役となり、提案したワイナリーについてオンラインで質問される」という課題で、瞬発的に答えるのが難しかったのですが、フィールドトリップもマーケティングを考えるのもとても楽しかったです。

※単位数はレポートに記載がなかったため省略しています。成績は各課題の合計点です。

■ 特にながった課題

科目: Grand Challenges for Business(1009GBS)

題材: Solution Development(プレゼンテーション)

選んだ企業と、その企業が直面するグランド・チャレンジを分析して解決策を提案し、既存のデータや学説を文献で示しながら「なぜ効果的なのか」を証明する課題です。授業で習った SMART criteria(目標を明確に設定し達成を目指すこと)に当てはめて、実現可能性・社会的責任・持続可能性の観点からも裏づけました。前の課題では内容がありきたりで表面的になってしまったことが反省点だったので、解決策のアイディア出しにはとても時間をかけ、現在のマーケティング事情やパッケージ戦略、新しいツアーの提案などを盛り込みました。文献もたくさん使って主張を支えることができ、結果的に良い発表ができました。

■ 日本の授業と違うと感じた点

- 予習・復習が必須であること。
- 先生の課題への向き合い方が強いこと(一人ひとりへのフィードバックなど)。
- 課題にかける必要のある時間が、日本とは大きく異なること。

3. 英語力の伸びと工夫

英語力は伸びたと感じています。もともとスピーキングの機会がなかったこともあり、友達との会話や授業内での発言を通して、入学当初と比べて変化を感じました。徐々に友達と会話ができるようになり、会話の「聞こえ具合」も最初とは全く違います。ただ、スピーキングはまだ足りないと感じていて、言いたいことを言うときに詰まってしまうこともあります。

■ スキル別・苦労した点と工夫した点

スキル	苦労した点	工夫した点
リスニング	今でも苦労しています。リスニングができなければ会話が成り立たないので、深く仲の良い友人を作るのに苦労します。	とにかく会話の機会を増やすこと。勉強としては留学前のシャドーイングが最も効果的だったと思います。留学中は課題に追われて勉強の時間が取りにくいので、現地ではたくさん会話することが一番効果的だと思います。
スピーキング	友人との間で言いたいことを言えないのが辛かったです。	会話の機会がたくさんある場所に足を運ぶ努力をすること。わからない単語や言い回しをその都度調べる。
リーディング	課題の文献読解で苦労しました。	課題で十分に文献を読む機会があったので、特別な工夫はしませんでした。
ライティング	課題のレポートで苦労しました。	英語日記は良いと感じます。わからない単語や言い回しを調べて使うようにしました。

■ 日々の工夫

語学力上達のために続けたのは、積極的に会話することと、シャドーイングです。

4. キャンパスライフ

■ キャンパスと街の様子

キャンパスは学生で溢れていて賑わっており、あちこちにイベントのお知らせが貼られています。自然が豊かで、コアラが出没することも多々あります。カフェが多くてのんびりしていて、広いのでゆったり過ごせます。治安はキャンパス内外ともにとても良いです。

大学の近くには綺麗な住宅街があり、バスで 10 分ほどのところに大きなショッピングモール(お薦めスポットです)、ダウンタウンまではバスで 35 分ほどです。シドニーやメルボルンに旅行した友達に聞いても「住むならブリスベンが一番」と言うほどで、余裕を感じる家族や賑やかな学生が多く、みんな柔らかな表情で歩いていて、雰囲気は最高に良いです。ぜひおすすめしたい街です。

■ ホストファミリーとの生活

10 か月間のホームステイで、とても良い関係を築くことができました。3 人の兄妹とも連絡先を交換して帰国後も関係が続いていますし、10 か月の間にお互いの心が開いていく変化を感じました。食事は手作りの夕食が毎日美味しく、姉妹が作ってくれるデザートも美味しかったです。

■ ある 1 週間のスケジュール

曜日	予定
授業のある日(週 3 日)	大学で授業。前後の時間は友達とカフェへ行ったり、一人で予習・復習をしたりしていました。
授業のない平日	カフェでの勉強、課題、ジム、ショッピング、街の散策など。
土日	時々まったり過ごしてリフレッシュしていました。

■ 交友関係と息抜き

私が履修したホスピタリティ分野はオーストラリアの学生が多く、最初の授業で隣になった人や話した人を中心に、課題やディスカッションを通して現地の学生と交流しました。みんな真面目で優しいので、緊張せずに仲良くなれました。他の国からの留学生とも、隣の席の人に話しかけたり課題を組んだりして交流しました。日本人と会う機会はあまりありませんでしたが、ジャパン・ソサエティで出会った同じ学部の子とはとても相性が良く、仲良くなれました。

クラスメイトはアルバイトなどで忙しく独立している印象で、周りを見ても「クラスメイト同士の濃い関係」はあまり見られませんでした。その分、課題を通じたつながりは大きかったですし、イベントで出会った子や、いきなり話しかけてくれた人との関係構築は割とあると感じました。日本の友達とは文通のように 10 か月間途切れずに連絡を取り合い、家族とは週 3~4 回連絡していました。

一番の息抜きは、カフェ、ホストファミリーとの時間、友達、そして睡眠です。

5. 課外活動と思い出

大学のイベントには時々参加し、学校のイベント情報は SNS をフォローして集めていました。スポーツはジムに通っていました。休みの日はカフェ、勉強、ショッピング、ジム、街の散策などをして過ごしました。

一番の思い出： 友達との時間、カフェ、課題に打ち込んだこと、ショッピング、そしてホストファミリーとの時間です。

6. 持ち物のヒント

渡航前の準備：「日本で準備しておけば良かった」と感じたことは特にありませんでした。パソコンは毎日の授業や課題に必須なので、必ず持って行くことをおすすめします。

持ってくれば良かった物： お財布用の GPS。

到着後すぐに購入したもの： シャンプー・リンス・ボディソープ。

日本食： 必須ではありませんが、あるとお腹の調子を整えるのに良いと感じました。

7. 留学を終えて

■ 成長を感じる点

- 英語力
- 行動力
- 好奇心を持つことの大切さを学んだこと

■ 出発前とイメージが変わった点

オーストラリアは思っていた通り、とても良い国でした。みんなとても優しく、助けを求めやすい環境です。大学は思っていたより広く、学生はみんな独立した気質。そして先生方のやる気とサポートがすごいと感じました。

留学全体を振り返ると、授業のやりがいがとてもあり、大変でしたが充実感と達成感がとてもありました。

■ これからの目標

海外の大学への編入か、日本の在籍大学に戻って学び続けるかを考えているところです。

8. JSAF のサポートについて

出発前オリエンテーションでは、出発前から出発後までの必要事項を丁寧に教えていただきました。保険なども、もし自分でやっていたら大変だったと思いますが、丁寧かつ迅速にサポートしてくださり、わからないところもすぐに教えていただけたので、とても助かり不安が少なかったです。また、メールでのサポートがあり、分からないところなどもすぐ教えてくださるのでとても助かりました。

本体験記は、JSAF 派遣生による 2025 年春派遣 最終留学レポートをもとに再構成したものです。