１．基本情報

体験談記入日（☆）	2022 年　1　月　27　日
大阪大学での所属学部/研究科（☆）	経済学部
留学時の学年（☆）	4 年
派遣ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ名（☆）	☑交換留学　　☐　研究留学助成金 ☐　その他　（　　）
渡航先国名・地域名（☆）	カナダ
滞在都市（☆）	バンクーバー
留学先大学等名（☆）	ブリティッシュコロンビア大学
留学先での所属学部/研究科（☆）	ソウダ―ビジネススクール
留学先で主に使用した言語	英語
渡航先への入国日（☆）	2021 年　9　月　7　日
渡航先からの出国日（☆）	2022 年　1　月　7　日
渡航先国での滞在期間（☆）	4 ヶ月
同伴者の有無・続柄・年齢等	無し
その他	

２．留学先の大学に関する情報

２．１授業に関する情報

履修科目名称	Brand management
履修期間	9 月～12 月
授業時間（〇分×△回）	80 分×2 回
授業形態（講義・セミナー）	講義
取得単位数	2 単位
履修科目名称	Negotiation
履修期間	9 月～12 月
授業時間（〇分×△回）	2 時間 50 分×1 回
授業形態（講義・セミナー）	講義・実践
取得単位数	2 単位
履修科目名称	Organization behavior
履修期間	9 月～12 月
授業時間（〇分×△回）	80 分×1 回・予習を兼ねたクイズ
授業形態（講義・セミナー）	講義
取得単位数	2 単位
履修科目名称	French
履修期間	9 月～12 月

授業時間（〇分×△回） 授業形態（講義・セミナー） 取得単位数	50 分×3 回 講義 2 単位
履修科目名称 履修期間 授業時間（〇分×△回） 授業形態（講義・セミナー） 取得単位数	
履修科目名称 履修期間 授業時間（〇分×△回） 授業形態（講義・セミナー） 取得単位数	
履修科目名称 履修期間 授業時間（〇分×△回） 授業形態（講義・セミナー） 取得単位数	
履修科目名称 履修期間 授業時間（〇分×△回） 授業形態（講義・セミナー） 取得単位数	
履修科目名称 履修期間 授業時間（〇分×△回） 授業形態（講義・セミナー） 取得単位数	
履修科目名称 履修期間 授業時間（〇分×△回） 授業形態（講義・セミナー） 取得単位数	
留学生（日本人）の割合	今年度は立命館大学からの留学生がいなかったため、非常に少なかった。各クラス（30～40 人）に自分ひとりもしくはもう一人いるかどうかぐらいの割合
成績評価の方法（試験・課題の	毎週授業で扱うテキストの項目を予習を兼ねてクイズにして

数や分量等）	いる教授が多かった。私の授業はそこまで課題は多くなかった。最終試験は筆記やプレゼン、レポートなど様々なのでシラバスを確認するといいと思う。
履修科目の制限等（あれば）	特になし
（英語圏以外の場合） 英語の使用頻度、英語での授業科目の充実度等について	
語学に関するｻﾎﾟｰﾄ(特別授業、ﾁｭｰﾀｰ、ｴｯｾｲﾗｲﾃｨﾝｸﾞに関するｻﾎﾟｰﾄ等)	チューター制度あり。
授業内での留学生に対するｻﾎﾟｰﾄ等	特にサポートは無く、正規の学生と同じ扱いであった。
その他	

２．２福利厚生に関する情報

大学内での福利厚生施設(生協・購買・食堂)について	日本の大学の生協のようなものはなかったように思う。食堂や購買は充実しているのでなんでも手に入る。ただ、食堂というよりレストランなので値段は高い。（1 食 1000 円前後）
図書館について	大きな図書館が 2 つある。その他小さな図書館もある。
保健ｾﾝﾀｰ等の有無	有
ｸﾗﾌﾞ・ｻｰｸﾙ等について	様々なクラブ・サークルがある。スポーツは熱心な部活がほとんどで、日本のようなスポーツ系のサークルは少なかった。
留学生へのｻﾎﾟｰﾄ	Go Global というオフィスがあり、こちらから働きかけたら様々なサポートをしてくれる。
オリエンテーション等学校主催の行事について	初日にオリエンテーションがある。その他様々な行事があるので、自分でチェックするとよい
現地の学生との交流について	部活やサークルに所属することで交流ができる。授業では特別仲良くならない限り、深い交流は無かった。
他の留学生との交流について	寮に住んでいたら交流できると思う。初日のオリエンテーションは留学生向けのものなので、そこで知り合える。
学外での活動について(地域コミュニティー活動等)	University Chapel とい教会に少し通っていた。（私自身キリスト教ではないが、現地に長年住んでる日本人の方がいてその人にお世話になった）礼拝には地域の人がたくさんいらっしゃるので交流できた。
長期休暇中の過ごし方	トロントなど東海岸に旅行した。また、年末にはオーロラを見に行った。
その他	

３．ビザ・入国・渡航直後の手続きに関する情報

ビザの種類（☆）	就学ビザ
ビザの取得手続について（申請方法、申請から取得までの所要期間等）（☆）	オンラインで申請。3 か月ほどはかかると思うので早めに申請するとよい
利用航空会社	エアカナダ
入国の際の現地空港名	バンクーバー国際空港
空港から滞在先への移動について（交通手段や所要時間）	タクシー・20～30 分
入国審査について（提示した書類、審査官からの質問等）	ビザ・ワクチン接種証明・PCR 陰性証明・acceptance letter など
渡航後の手続き（在留届の提出、外国人登録等）	
その他	

４．金銭に関する情報

奨学金の受給	有　（無）
奨学金名	
奨学金月額受給額（円）	
入国時に用意した金額	
ｸﾚｼﾞｯﾄｶｰﾄﾞについて（ｶｰﾄﾞ会社名・日常の利便性）	VISA・ごくまれに使えないことがあったが、日常生活では特に困らなかった。念のために 2 枚持っていくことをお勧めする
留学中に利用した銀行名	カナダトラスト
現地での銀行口座開設について（開設の有無・手続き等）	有・パスポートや学生証の提示のみで簡単に開設できた
ﾃﾞﾋﾞｯﾄｶｰﾄﾞの使用について	デビットカードで日本の口座から現金（カナダドル）を引き出そうとしたが、なぜか不可能だった。PIN が違うというエラーがでていたが、あっているはずだったので未だに理由は不明。
日本からの送金方法について	WISE という機関を利用して、現地で開設した口座に送金してもらった。1～2 日で届いた。
1 ヶ月の生活費（目安）	家賃（光熱費込み）6 万～9 万。その他 10 万～15 万（ほぼ外食せずに自炊だともう少し安くすむと思う）
その他	現地での現金の引き出し方法は必ず確かめた方がよい。デビットカードが使えない事例が少なくないそうなので、確実な方法をとることをおすすめする。

５．暮らしに関する情報

５．１住居に関する情報

住居の種類(学生寮（一人部屋・二人部屋）・ｱﾊﾟｰﾄ等)	シェアハウス（戸建ての 1 階）個室あり・キッチンとバスルームは他 2 人のルームメイトと共用
家賃	CAN＄625（約 56,250 円）
住居を探した方法・時期	家探し用のサイト・7 月～8 月(今年度は実際に留学に行けると判明したのが 7 月頭であった。本来であればもっと早くから準備できると思う)
荷物の運搬方法 （ハンドキャリー、国際宅配便（会社名、プランも）等	中くらいのキャリーバック 2 つ
その他	

５．２　食生活についての情報

普段の食事(自炊・食事つき学生寮等)	自炊・外食
1 ヶ月の食費	スーパー：5,000～10,000 円　その他外食
その他	スーパーの食品はそこまで高くないが、外食は基本高い。チップも払う必要があるため、日本の 1.5～2 倍ぐらいの価格

５．３　その他日常生活に関する情報

電話について	SIM カードを入れ替えて使用していた
ｲﾝﾀｰﾈｯﾄについて（Wi-Fi 環境等）	家・大学には Wi-Fi が備わっていた。ダウンタウンでもたまにフリーWi-Fi が使えた。
ｺﾝﾋﾟｭｰﾀｰについて	
郵便について	郵便局やポストはよくあるため困らなかった。
交通機関について	バス移動がほとんどで、たまに電車。UBC の生徒であれば乗り放題のパスを安く買える。
治安について	比較的よい。夜のダウンタウンやチャイナタウンはホームレスの人が多いため一人歩きは危ないかも。
保険について	海外留学保険に加入した
医療機関・薬について	日本からたくさんの薬を持っていた。
気候と服装について	9 月はさわやかな天気で薄い長そで 1 枚ぐらい。10 月以降雨が多く、水をはじく素材の上着を来ている人が多かった。冬はとても寒い。
普段の買い物について	近所のスーパーや薬局を利用していた
娯楽・行事について	友達と買い物に行ったり、天気がいい日にはハイキングにもよく出かけた。ハロウィンやクリスマスにはパーティーもあ

	った。
日本語の使用について	阪大から一緒に留学に来ている友達や、他大から来ている友達と遊ぶ時のみ。頻度は人による
日本から持参して特に役立ったもの/持参したら良かったもの	調味料やインスタントの味噌汁など。塩コショウ、醤油のみ持参したが、めんつゆやゴマ油など少量でもたくさんの種類を持参したら良かったと思った。現地でも調達できるが価格が日本の 2 倍ぐらいする。
留学前にしておいて良かったこと/しておけば良かったこと	渡航前にチューターの方と連絡がついていたので心強かった。受ける授業の内容に関する事前知識をもっと入れておけばよかったと思った。
その他	海外では Facebook や What’s up が主流なので、アカウントを作っておくと便利

６．就職活動に関する情報

留学前の就職活動について（セミナー参加、自己分析、業界研究、就活サイト登録等）	内定をもらい、就職活動を終了していた。
留学中の就職活動について（海外からの情報収集、企業へのｺﾝﾀｸﾄ、ｲﾝﾀｰﾝｼｯﾌﾟ等）	無し

７．語学の学習方法について

留学前に準備したこと、語学能力試験対策等	IELTS のスコア獲得のために勉強した。留学前も日常的に英語に触れるように心掛けた。
留学中の学習方法、工夫したこと等	友達が使っている表現などを覚え、積極的に使うようにした。
留学後にどれぐらい語学力が伸びたか（主観的な実感や具体的なスコア等）	具体的なスコアはないが、リスニング力はアップしたと感じている。

８．その他

留学して得られたこと	自分の考えをしっかり伝えることの大切さを学んだこと。日本に対していいイメージを持ってくれてる人がとても多いということ。自分の英語力がまだまだであると気づいたこと。
留学中に困ったこと	デビットカードで現金が引き出せなかったこと、初めのうちはルームメイトとあまり親しくなれなかったこと
留学前/留学中に参考になったウェブサイト等	

９．留学体験談・エッセイ（様式任意）

留学を決めた理由、現地で履修した授業およびその感想、楽しかったこと、大変だったこと、これから留学を考えている後輩へのメッセージ等を１～２ページ(様式任意)で記載してください。また、留学中に撮影した写真数枚（本人も映っているもの）も合わせて提出してください（国際交流室の HP や Newsletter に掲載させていただく可能性があります）。

2021 年 9 月から 4 ヶ月間、カナダのバンクーバーに位置するブリティッシュコロンビア大学（UBC）に留学していました。

高校生の時に学校のプログラムで 1 週間ほどアメリカのシアトルに行ったことがきっかけで、大学では長期で留学しようと考えていました。本来は昨年度に留学が決まっていたのですがコロナウイルスの影響で中止になったため、就職活動終了後 4 年の秋から卒業までの間という珍しい形になりました。留学先で就職活動のことを考えずにすむため、終了後に行けたことはよかったと思います。しかし、留学先で周りの学生に刺激を受けることはとても多く、新しい分野に興味を持つ場合もあるので 2 年や 3 年時に行く方がよいと思います。

最も印象的だった授業は Negotiation(交渉術)です。初めに教授がその日のポイントを説明し、そのポイントを意識しながら実際に他の学生と交渉を行うという非常にアクティブな授業でした。受講する前は交渉を難しくは考えていませんでしたが、実際は相手の人柄や設定の中の自分の立場、内容によって交渉方法や自分の態度を変えていく必要があり、頭では理解していてもいざ実践するととても難しいことを実感しました。さらに、そもそも自分の英語力がクラスメイトより劣っているため、何度も伝えたいことを伝えきれないという歯がゆい思いをしました。しかし、クラスメイトは寛容で私の話をしっかり聞いてくれ、また人によって話し方や進め方が違ったので毎回新しい学びがありました。このように、阪大には無い様々な授業を受けられることや、今までと異なる新しい分野を学べることも留学の意義のひとつだと思いました。

私は阪大でアルティメット部に所属しており、UBC でもアルティメット部の練習に参加していました。用語や作戦などを英語で理解することは難しかったですが、チームメイトはみんな優しく何度でも教えてくれました。そして一緒にプレーしているとどんどん距離を縮めることができました。シーズンは春～夏にかけてなので残念ながら試合に出場することはできませんでしたが、友達も作ることができとても楽しかったです。スポーツは世界共通だと改めて感じました。スポーツ、ダンス、楽器などができるとより友達を作りやすいですし、得意なことがなくても様々なクラブ（サークルと同じようなもの）があるので新しいことに挑戦してみるとよいと思います留学中に最もたいへんだったことは、ルームメイトとの関わり方です。私は 4 ヶ月（1 タームのみ）の留学だったため寮に入ることができず、キャンパス外でシェアハウスをしていました。しかし 2 人のルームメイトは社会人だったため、一緒に出掛けたりご飯を食べることはめったにありませんでした。さらに一人の方がとても掃除に厳しく（ほぼ潔癖）、なんども注意を受けました。まさか自分が

留学先で掃除に関して注意を受けることになるとは思ってもいませんでした。(笑) 彼女は掃除に厳しいだけで性格が悪いわけではないので私も徐々に慣れてうまく生活できるようになりましたが、それまでに長い時間がかかりました。日本のイメージだと「シェアハウス＝社交的な人の集まり」ですが家賃が高いバンクーバーでは一概にそうとは言えず、本当は一人暮らしがしたいが家賃が高いからシェアハウスをしている、という人が多くいました。日本の感覚を勝手に当てはめてはいけないということを学びました。

留学を楽しみにしている方も、不安に思っている方もいると思います。もちろん留学に行くとすべてが思い通りにはならないですし、たいへんなこともあると思います。しかし、留学生もたくさんいるので同じような不安を抱えている友達を簡単に見つけることができます。さらに様々な国出身の友達を作ることができますし、日本ではできない経験をすることもできます。（私はオーロラを見ることができました！）人生の中で海外に長期滞在できるのは大学生である時がほぼ最後だと思います。私の友達にはコロナで中止になり、そのまま諦めなければならない人もいました。誰でも行けるわけではないですし、実際に行かないとわからないことや自分に関して新たな発見もあるので、機会があるならぜひ挑戦してほしいと思います。