



PEACE 派遣留学報告書

記入日		2018 年1月 22日	
氏 名	あきさか りくお 秋坂 陸生		
所属学部・研究科	理学研究科博士前期課程	2	年次 (留学開始時点)
学 生 番 号	M164689		
留 学 先 大 学	ハノイ 大学 (国名:ベトナム)		
所属学部・学科等名	化学科		
在 籍 身 分	短期留学生 (特に確認などはしていないため、間違っているかもしれません)		
留 学 期 間	2017 年 10 月 2 日～		2017 年 12 月 22 日

1. 留学するまで

留学しようと思ったきっかけ・理由	神のみこころのままに
留学準備を始めた時期 (応募する何か月前ですか?)	応募後一週間後から
事前準備について (どのような準備をしたか、しておけばよかったか)	特になし

2. 渡航について

ビザについて	ビザの種類: Internship
	ビザ申請先: 在福岡ベトナム社会主義共和国総領事館
	提出書類: visa フォームとパスポート、現金
	手続きに要した日数: 3日くらい
その他必要な事前手続き	ハノイ大学へ、留学受け入れの書類を提出
出国年月日	2017年 10 月 2 日
経路 (往路)	広島空港→羽田空港→ベトナム・ノイバイ空港
現地での出迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 有 (大学関係者 ・ その他) <input type="checkbox"/> 無
到着後オリエンテーションの実施状況・期間・内容	なし
帰国年月日	2017年 12月 22日

経路（復路）	ベトナム・ノイバイ空港→羽田空港→広島空港
--------	-----------------------

3. 留学費用について

支出額	総額	164,125	円	
	内訳	渡航費（航空券）	0	円（広島大学負担）
		保険料	22160	円
		教科書代（学費）	0	円
		宿舍費	40000	円（含光熱費）
		光熱費	0	円
		食費	55000	円
		交通費（宿舍→大学間）	0	円
		交際費	13000	円（お土産代）
		その他（予防接種費）	21465	円
（入国ビザ費）	12500	円		
（ ）費		円		

4. 授業について

授業の概要について （カリキュラム、プログラム、履修した科目、時間数、履修形態等）	授業は受けてないため省略
単位互換希望の有無	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
授業・勉強についてアドバイス （留学前の履修、留学中、単位取得等）	

5. 生活等について

(1) 留学先の住居について			
住居の種類	<input type="checkbox"/> 大学の寮 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> その他（ ）		
住居の広さ	約 わかりません m ²	同居人の有無	<input type="checkbox"/> 有（1人） <input type="checkbox"/> 無
住居に附属する設備	<input type="checkbox"/> 電気 <input type="checkbox"/> ガス <input type="checkbox"/> 水道 <input type="checkbox"/> 給湯 <input type="checkbox"/> シャワー <input type="checkbox"/> 風呂 <input type="checkbox"/> 水洗便所 <input type="checkbox"/> 暖房 <input type="checkbox"/> 冷房 <input type="checkbox"/> 台所 <input type="checkbox"/> 食堂 <input type="checkbox"/> 固定電話 <input type="checkbox"/> インターネット <input type="checkbox"/> その他（ ）		
住居費	1ヶ月当たり	4000000VND(現地通貨)	約 2万 円
留学先での住居全般に関するアドバイス	おそらく、新たにアパート借りるよりも hostel or ホームステイとかの方が良い。英語での日常会話が必然となるため。		
(2) 医療について			
留学先でかかった病気、けが	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無		

有の場合、具体的な症状等（情報共有しても差し支えなければ）	
留学前後での予防接種の必要の有無	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
有の場合、その種類、回数、費用、受けた医療機関名	3種類 4回（A型肝炎×2、日本脳炎、破傷風） 計：21465 円
日常的な健康について不安が	<input type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった あった場合その理由：
留学先国の医療事情（日本と比較して）	受けてないためわからない
留学先での健康管理、衛生面について特に注意すべきこと	
(3) 食生活についてのアドバイス	
1ヶ月以上の長期の場合、現地の店に積極的に挑戦したほうが良い。意外と英語が話せる人が多いので、なんとかなる。	
(4) 服装についてのアドバイス	
事前に例年の気温が日本ではどのくらいの時期になるのか確認すれば、なんとかなる。向かう際の直近一週間分の服装があれば、向こうで買うこともできる。	
(5) 学内外の施設・設備環境について（インターネット環境含む）	
非常に悪い	
(6) 現地学生や地域との交流について（どのような、機会・きっかけがありましたか？）	
ラボの学生とが主。 また、日本に出張したことがある同じアパートの住人と、	
(7) 習慣やマナーの違いによる対人関係等、注意すべきこと	
マナー違反をして注意を受けたことは特段なかったため、わからない。 ただ、交通ルールはほとんどないため、到着後2-3日は、現地の人と一緒に過ごすようにして、歩き方を学ぶ必要あり。	
(8) 日本から持っていくべきもの、持っていくべきでないもの	

ハノイについては、首都であるためかなんでもあるため、なくて困ったものは特にない。ただ、到着直後になにか必要になるかわからなく、いつどこへ買いに行くことができるかもわからないため、どんなものでも一週間分持っていく必要はあると思う。

(9) その他生活等に関して参考となる情報・アドバイス

金銭感覚が狂う可能性があるため、向こうでお金を下ろせるように事前に準備することが賢明です。

6. 帰国後の進路について

卒業予定年月	2018 年 3 月 (当初の卒業予定年月 年 月)
卒業が遅れる見込みの場合、その理由	<input type="checkbox"/> 4年次に留学したため <input type="checkbox"/> 単位不足のため <input type="checkbox"/> 新卒で卒業するため <input type="checkbox"/> その他(具体的に)
現在の状況および今後の予定・進路等	博士課程への進学
就職活動や留学前の単位取得、教育実習等についての工夫	

7. 留学準備、留学中に役立った書籍、ウェブサイト等

書籍、サイト名	詳細(出版社、URL等)	コメント
なし		

8. 留学を振り返って

留学を終えての感想：

科学、特に化学を行う環境としては、あまりにも脆弱。フィールドワークを主とする分野の人は、日本とは別の環境となるため良いかもしれないが、物理・数学・化学の分野の人が行く環境としては勧められない。

生活面については、十分生活することはできる環境ではあったが、日本の過ごしやすさを改めて感じる機会となった。

後輩へのメッセージ：

海外での経験が必ずしもいい経験になるとは私は思いません。ただ、海外へ行くことは日本や自分の置かれている立場をあらためて見直す良い機会になります。周りから走りすぎてや、休めと言われる方は無理矢理休む機会を与えられる場としてこのプログラムを使ってみても良いかもしれません。

9. 自由記述 (1200字以上)

- ・「学習に関すること」や「生活に関すること」について自由に書いてください。
- ・写真を2~3枚貼り付けてください。(各写真の容量を100KB程度まで小さくすること)

3ヶ月間のベトナム生活を通して「困ったこと」を紹介します。

一つ目は雨です。私が行った時期が10月初旬からということで、ちょうど雨季の時期に重なり、苦労しました。こちらのこの時期の雨は日本の梅雨のイメージとは違い、いつでも夕立(スコール)がやってくるというものです。傘が欠かせないのですが、運悪く傘を持っていないときにスコールが来て、その場で使い捨て(?)のカップを買って対応することになりました。それ以後必ず傘を持つようにしています。

二つ目はやはり言語です。ハノイは首都なので、英語でどうにかなるだろうと予想したのですが、かなり難しいです。若い人や現地の中で少しためのお店だと英語が使える人もいますが、現地の大衆食堂のような店とただただベトナム語で語られるだけでした。現状の解決策は指を指したり、手で数を伝えたりするなどです。



三つ目は研究環境です。日本と同じ環境で研究を行うことはできないと覚悟はしてベトナムに行きましたが、予想以上の環境でした。同じ研究室の学生が来るのは週に1,2回ほど、スタッフの先生が来るのも同じほどの頻度で、研究に対する意欲を保つのに苦労しました。また、日本では自ら操作することができた装置について、派遣で受け入れしてもらっているため、依頼則定にしなければならず、歯がゆさを感じる日々でした。さらに、日々行う実験についても、予想通りに行かず不満の貯まる日々を過ごしました。

4つ目は金銭感覚です。ベトナムでは、ペットボトルの水が50円しないなど、物価が非常に安いです。しかし、到着直後は自分の持ってきた金額をはっきりと自覚していなかったため、いらないものまで購入してしまい、その後の生活で金欠となるという失態を犯しました。今後、海外生活をする機会があれば、事前に物価を調べていき、イメージを膨らませていく必要性を感じました。

そんな気落ちのする日々でしたが、よかったこともいくつかあります。一点目は美味しい料理です。海外の料理が自分の下に合うか不安を感じながら、ベトナムに向かいましたが、着いた日の夕食でその心配は薄れました。ベトナム料理として有名なフォーに始まり、オバマ大統領の来たお店など数多くのベトナム料理(お店)を現地の学生から紹介してもらいました。中でも、個人的に一番気に入った料理はベトナム南部の料理のバインセオです。これは、日本ではベトナム風お好み焼きと呼ばれるもので、米でできた生地を薄く伸ばし、エビやもやし・薬味などを生地ではさみ食べるというものでした。美味しいものの多いベトナム料理ではあるのですが、噛みごたえのあるものが少ない印象を受けていたため、異彩を放つ料理でした。

今回のベトナム留学を通し、様々な困難を経験し、日本での生活が以下に巡らされているものかを実感しました。もし、今後また海外へ行く機会を持つことができれば、今回の経験を通し感じたことを柔軟に使いながら生活や観光を楽しみたいと思います。