

研修先大学（研修国）	東西大学校コース（韓国）
研修期間	2026年1月29日～2月13日（16日間）
参加学生数	本学園から10名 コース全体30名 （主な国籍：日本）

報 告 者 ①	女子学生
研修内容の概要	
現地到着後、大学内ツアーや学生寮の案内、オリエンテーションが行われた。学生スタッフはとても親切で、学内見学後には大学周辺の施設や街の様子についても案内してくれた。翌日からは韓国語の授業が始まり、ハングルの読み方や正しい発音、基本的な文法を学習した。授業は分かりやすく進められ、課題や発表に取り組む中で理解を深めることができた。語学学習に加え、陶芸体験、韓国の伝統料理作り、K-POP ダンス、テコンドー体験など、韓国文化を実際に体験できる機会が多く、日々新しい学びがあった。また、慶州や釜山へのツアーでは、歴史的な遺跡や文化施設を訪れ、韓国の歴史や文化への理解を深めた。現地大学生との交流や、幼稚園見学を通して、日本との違いや教育の在り方について考える貴重な研修となった。	
研修先の大学における研修の方法とそれへの評価	
授業は1コマ50分で構成されており、授業と授業の合間には10分間の休憩があった。基本的には教科書を使って進められていたが、必要に応じてプリント資料も配られ、内容を補足しながら学習した。教員はこまめに学生の反応を見ながら説明し、理解度を確認しつつ授業を進めていた。学習内容は、ハングルの読み方、書き方、発音、単語、文法、会話と広がっていった。授業は、1日計8時間受講する日があった。課題は実践的なものが多く、AIを活用して架空の家族を設定し韓国語で紹介する課題などが印象的であった。試験は100点満点の問題で、修了書とともに点数の返却があった。8時間の受講日は体力的に厳しい部分もあったが、その日の放課後買い物をしたときに使えるフレーズもあり、楽しく復習できる部分もあった。	
滞在方法及びそれへの評価	
大学内に寮があり、指紋認証とカードキーで寮の入り口と自室に入ることができた。12時が門限となっていたが、いろいろな国籍の人が寮で生活をしていただけか施設は特になかった。洗濯機を回すには、建物を移動し一度外に出る必要があった。また、洗濯機は男女共用で、1時間洗濯脱水、1時間乾燥で、すぐに洗濯の物を入れ替えたり、取りに行かなければ危ない可能性があると感じた。 部屋は2人部屋で、シャワーと洗面台とトイレが一緒になっていた。偶数階に電子レンジがあり、18階と19階にはウォーターサーバーがあった。部屋に冷蔵庫が無かったので、買った物は窓側に置いて冷やした。暖房は、オンドルという床暖房があった。同じ温度設定でも、部屋により暖かさが違った。床の場所によって温度差はあるものの、空気が乾燥しないのが良い点だと思った。	
文化・教育・生活などの違いについて感じたこと	
韓国では、お店を出るときに「さようなら」を言う文化があり、コミュニケーションのラリーが一つ多いことがとても良いなと思った。日韓関係のとらえ方が人によって違うため、事前に歴史を軽くでも知っておくといいかもしれないと感じた。韓国は情が厚く、感情表現が豊かで社交的な人が多い。一方、日本は控えめで内向的、感情を表に出さない人が多い傾向があると感じた。また、韓国は日常生活の言動がすべて「パリパリ（早く早く）」文化でスピード重視だが、日本は丁寧で確実性を重んじている文化であると、違いを感じた。そのため、韓国人と話すときは、端的に伝えたいことをはっきりということがコツだと思った。韓国には兵役制度があるため、男性は日本年齢で26~27歳あたりで大学卒業をするため、同級生でも年齢が異なることが普通であった。また、食文化は、韓国では金属製の箸とスプーンを主に使用し、食事中はお皿を持ち上げずに置いたまま食べ、みんなでシェアして食べるものや二人前から頼めるお店が多かったように感じる。	
現地で生活費について	
◆ <u>現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：</u> 5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い	

食料品	3	外食費	2	消耗品	3	洋服類	2	交通費	1	遊興費	3
-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---

◆ 現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：

食費（外食を含む）	3 万	消耗品	0.5 万	交通費	2 万	洋服類	3 万
遊興費	3 万	お土産	2 万	その他：			万
合計							15.5 万

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

○	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
	反省すべき部分があった。	
理由：今回の研修のためにお金をためていたこと、10 万円の給付金をもらっていたことで実りある研修になったとも感じているため、後悔はない。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

合計 A4 二枚の書類と写真数枚の提出で 10 万円の給付金がもらえるのであれば、早めに渡韓を決断して受け取りをしたほうが良いと思いました。

研修成果（研修を通して得たこと）

◆ 研修参加の動機：

韓国の文化や曲や人や言語に興味があったから。自分の知見や視野を広げたかったから。

◆ 参加前の目標：

実際に異文化の実情に触れ、自分の価値観を身に付ける。言語の授業を生かして少しでもコミュニケーションを円滑にする。

◆ 設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

渡韓前は 1 年間「韓国語 I II」の履修をし、インターネットを活用して文化の違いを調べた。現地では聞き取れたり話せたりする韓国語は積極的に実践で活用し、ジェスチャーや翻訳機なども使用しながら現地の人とのコミュニケーションを通して実態把握を行った。

研修成果：

今回の研修を通して、実際に現地の韓国人とコミュニケーションをとることができた。また、実際の韓国人が日本や日本人をどのようにとらえているか、日韓の違いは何か、当たり前だと思っていた常識や考え方の感覚的なずれ、またそれぞれの良さを知り、体験することができた。似ているところは多くあったが、やっぱり国が違うということの違いは大きいのだと感じた。

◆ 自己啓発： 研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

今回の研修で得た経験や知識は、言語習得や今後の旅行、困っている人を助けること、また将来の職業に生かしていきたいと思う。言語は、一年間を通して学んできた韓国語 I II の範囲を現地での授業では半分くらいで越してしまった。後半はスピードが速く復習が必要だと感じた。そのため、今まではきっかけだと考え、帰国後、一日 10 分は韓国語に触れること、できるときは現地人と会話をしている。わからないことはたくさんあるが、文章を作るときの接続語や語尾の使い方、単語の知識量を増やして会話に繋げていきたいと思った。また、異文化理解の面白さを知り、多言語への興味も大事にしたいと思った。また、自分は教職を目指していることもあり、子どもたちにリアリティーのある話を伝えたり、違いを前提とする考え方の教育が行えること、実用的には外国人児童生徒等問題にこの経験を生かしていきたいと思った。

後輩へのアドバイス（研修全体）

もし授業時間が遅くまであってもできることはたくさんあるので、できること探してぜひいろんなところに行ってみてください！

次年度以降さらに充実した研修にするための提案

自主学習の設定時間が長くて授業の進め方も早く感じたので、できれば旧正月まで余裕のある日程が良いかなと感じました。

報 告 者 ②	男子学生										
研修内容の概要 研修は、オリエンテーションから始まり、その後は韓国語の授業を中心に進められた。授業では会話や聞き取りを実践的に学び、日常で使える表現を身につけることを意識した。 また、授業以外の時間にはさまざまな課外活動に参加した。陶芸体験では実際に作品を作りながら韓国文化に触れ、伝統料理作り体験では現地の食文化を学んだ。さらに、慶州ツアーでは歴史的な建造物を見学し、韓国の歴史や背景について理解を深めた。釜山ツアーでは甘川文化村に行った。 そのほかにも、K-pop ダンス体験やテコンドー体験に参加し、体を動かしながら韓国ならではの文化を体感した。こうした活動を通して、文化や価値観も体験することができ、充実した時間になった。											
研修先の大学における研修の方法とそれへの評価 授業はハングル文字を読むところから始まって、会話や聞き取りを中心に進められ、先生が一方的に説明するのではなく、学生同士で話す時間が多く設けられていた。発言しやすく、親しみやすく授業をしてくださった。宿題の内容はリズムゲームのように楽しく単語を覚えるものや、習った表現を使って文章を作るものなどが中心だった。遊び感覚で取り組むことができ、無理なく復習できたと感じた。私は、大学で韓国語を履修していて、授業以外でも韓国語を勉強していたので、現地の授業がものすごく簡単で、終始物足りなさも感じた。しかし、分からないことがあれば自分から質問するようにし、これまでずっと分からなかった文法も理解できるようになり、大きな成長を実感することができた。簡単な内容でも実際に使うことで定着し、自分の苦手な部分や理解が曖昧だったところにも気づき、今後の課題を明確にすることができた。											
滞在方法及びそれへの評価 寮での生活は、安心して過ごせるようにしっかりとルールが設けられていた。特に、夜 12 時までに帰宅するという決まりがあり、生活リズムを整える上でも良い制度だと感じた。また、部屋への出入りはカードキーで管理されており、さらにロビーのような共用スペースでは指紋認証が導入されていたため、防犯面でもとても安心感があつた。館内のさまざまな場所にウォーターサーバーが設置されており、いつでも気軽に水を利用できた点も便利で良かった。実際に生活してみて、寮は古く、トイレとバスが一体でシャワーに仕切りがなく、水が広がってしまう点は不便に感じた。また、冷蔵庫もなく不便に感じる場面もあったが、安全面がしっかりしており、安心して生活できる環境だと感じた。											
文化・教育・生活などの違いについて感じたこと 韓国での生活を通して、日本との文化や生活面の違いをいくつか感じた。まず、衛生面に関しては、日本と比べるとやや気になる点があり、街中や公共の場での清潔さに違いを感じた。一方で、交通費はとても安く、バスや地下鉄を気軽に利用できる点は魅力的だと感じた。また、物価も日本より全体的に安く、外食や買い物がしやすく生活しやすい環境だと感じた。さらに、多くの店が夜遅くまで営業しており、時間を気にせず行動できる点も印象的だった。しかし、車やバスの運転が荒く感じる場面もあり、移動中に少し不安を感じることもあった。教育面では授業中に積極的に発言することが求められる場面が多かった。韓国では上下関係がしっかりしていて、先輩・年上の方に敬語はもちろん、家族にも敬語で接すると知って驚いた。日本との違いを強く感じ、文化の奥深さを実感した。今後も理解を深めていきたいと感じた。このような違いを実際に体験できたことは、とても良い経験になったと感じた。今回の経験は自分にとって貴重な学びとなった。											
現地で生活費について											
◆ 現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：											
5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い											
食料品	2	外食費	2	消耗品	2	洋服類	2	交通費	1	遊興費	2
◆ 現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：											
食費（外食を含む）	5 万	消耗品	0.3 万	交通費	0,5 万	洋服類	3 万				

遊興費	5 万	お土産	1 万	その他：	万
合計					14,8 万

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

○	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
	反省すべき部分があった。	
理由： 遊びも食事も適切に使うことができた。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

クレジットカードがとにかく役に立った。現金は5万円程度でいいと思う。

研修成果（研修を通して得たこと）

◆ 研修参加の動機：

韓国語を現地で学びたいという思いと、実際に文化に触れながら理解を深めたいと考えたためである。また、韓国語の能力をさらに向上させたいという目的もあった。

◆ 参加前の目標：

韓国語で相手の話を聞き取れるようになり、自分の考えを話せるようになるとともに、現地で積極的に韓国語を使って会話したいと考えていた。

◆ 設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

渡航前から毎日少しでも韓国語に触れるようにし、学校の韓国語の授業にも集中して取り組んだ。分からない表現はそのままにせず、自分で調べたり先生に質問したりすることで理解を深めた。

◆ 研修成果：研修参加を通して何が変わったかを具体的に教えてください。

例えば、語学力、価値観、将来の目標、日本や家族に対する思いの変化、自分への再認識、等々。

研修に参加したことで、まず韓国語を実際に使う機会が増え、授業や日常生活の中で積極的に韓国語を使うことで、自分の言葉で伝える力が少しずつ身についたと感じた。また、これまで曖昧だった文法も理解できるようになり、語学力が伸びたと実感することができた。さらに、日本と韓国の文化の違いや価値観を知ることができ、物事を幅広く考える大切さを学んだ。こうした経験を通して、韓国語の能力をさらに伸ばしたいと感じるようになった。

◆ 自己啓発：研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

今回の研修で得た経験や知識は、今後の学習や生活の中で幅広く物事を考える姿勢として活かしていきたいと考えている。実際に韓国で生活する中で、日本とは異なる文化や価値観に触れたことで、一つの視点だけで判断するのではなく、多面的に物事を見ることの大切さを実感した。また、事前に持っていたイメージと実際の現地での経験が異なる場面もあり、偏った情報だけをうのみにせず、自分自身で確かめることの重要性にも気づいた。今後はこの経験を活かし、物事を広い視野で捉えながら、自分なりの考えを持って行動していきたいと考えている。

後輩へのアドバイス（研修全体）

失敗を恐れずに積極的に行動してほしい。授業だけでなく、日常生活や課外活動の中にも多くの学びの機会があるため、自分から話しかけたり挑戦したりしてほしい。

次年度以降さらに充実した研修にするための提案

参加者の語学力に応じてクラス分けを行ってほしいと感じた。

報 告 者 ③		女子学生									
研修内容の概要											
月曜日から土曜日は、授業や文化体験が行われた。 授業は福原学園のメンバーのみであった。私自身、独学で学んだことがあるだけで、韓国語を履修していなかったため、少し不安があったが、基礎から教えていただき、十分理解できる内容だった。 文化体験は同じ期間を韓国で過ごす他県の日本人留学生とランダムグループで実施されたため、韓国の方だけでなく、日本人との交流も深めることができた。内容としてはビビンバ作りや、K-POPダンス、テコンドー体験などがあった。 どちらも現地の先生や大学生が丁寧にサポートしてくれるため、特に問題なく過ごすことができた。 日曜日は自由時間として設定されており、観光をしたり、韓国の友達と会ったりして過ごした。福原学園 10 人でテーマパークに遊びに行った日もあり、仲が深められた。											
研修先の大学における研修の方法とそれへの評価											
基本の発音や構造から始まり、日常会話や応用的な内容に発展していった。教材は初学者向けの内容だった。先生は日本語にも堪能で、分からない点を日本語で質問できるため、安心して取り組むことができた。ペアでの発音練習や発表の場面が多く、ネイティブスピーカーから直接発音指導を受けられる、非常に貴重な機会であった。 宿題は、その日に習った文法を使ったクイズ作りや、発音練習などがあり、最終日のテストに向けての復習にピッタリだと感じた。デジタル形式の提出で、始めは少し慣れないところがあったが、隙間時間に取り組むことができ、特に 1 日授業が実施される日は便利だと感じた。しかし、最終日の課題は留学を振り返ってのスライド作りで、画像や動画の編集が必要だったため、そこだけ少し難しく感じた。											
滞在方法及びそれへの評価											
寮の門限は 24 時に設定されていたが、初回のオリエンテーションにおいて、現地の学生から「安全確保のために設けられているものであり、行動は基本的に自己責任でよい」との説明を受けた。実際には点呼等は行われておらず、授業が 18 時までである日には、その後に課題や夕食を済ませると、洗濯や朝食の買い出しのために 24 時を過ぎることも少なくなかった。日本のような厳格な時間管理を想定していたため、こうした柔軟さは行動のしやすさにつながった。寮は指紋認証を使って建物に入る形式だった。スムーズに入れる人もいれば、私はうまく読み込めなかったため少し不便さを感じた。また、登録係の女性と韓国語を使って話さなければならず、日常会話で聞く単語ではなかったため難しかった。											
文化・教育・生活などの違いについて感じたこと											
韓国での生活で「パリパリ」文化を感じた。韓国語で「パリパリ」とは「早く早く」という意味の言葉。日本ではお店や乗り物でカスタマーに対して丁寧な対応が重視されるが、韓国ではとにかく早さを重視しているように思えた。バスやタクシーに乗った際には、どこかに掴まっていないと危険な程スピードを出しているように感じた。また、コンビニや飲食店は、韓国ウォンでの支払いに手こずっていると指で机をタップされたり、注文を迷っていると店員さんが様子を見に来たりなど急かされているように感じた。順番を待つ人も気だるそうにしている様子もあった。乗り物に乗る時は素早く乗車し、IC カードは事前に準備しておく、買い物をするときや、お店に入るときには SNS で情報をチェックしたり、メニューを決めてから入るようにしたりして、対策をした。店員さんも親切な人と、そうでない人の差が激しいため、冷淡な対応をされても、なにかしてしまったのではないかと、あまり気にしなくてもいいことがわかった。											
現地での生活費について											
◆ <u>現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：</u>											
5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い											
食料品	2	外食費	2	消耗品	3	洋服類	1	交通費	1	遊興費	3

◆ 現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：

食費（外食を含む）	3 万	消耗品	1.5 万	交通費	0.3 万	洋服類	4 万
遊興費	1.5 万	お土産	0.4 万	その他：（過積費）			0.6 万
合計							12 万

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

○	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
	反省すべき部分があった。	
理由：家計簿アプリを利用しながら、日々使った金額を可視化して過ごすことで無駄遣いを防ぐことができた。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

限定品など、韓国でしか買えないものもあるためお金を多めに持っていくか、カードを持っておくと安心。また、記録することで、残りいくら使えるかや、少し贅沢しても問題ないなど今後の買い物の見通しを立てることができたのでオススメ。

研修成果（研修を通して得たこと）

◆ 研修参加の動機：

現地の生きた韓国語を学びたいと考えたから。

◆ 参加前の目標：

半月間で吸収できることを全て吸収して帰る。

◆ 設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

渡航前には本を使って韓国語を勉強した。また現地では、なるべく翻訳アプリに頼らず、授業で習った文法を使って積極的に韓国の方と話をした。

◆ 研修成果：研修参加を通して何が変わったかを具体的に教えてください。

例えば、語学力、価値観、将来の目標、日本や家族に対する思いの変化、自分への再認識、等々。

- ・ ネイティブな方たちから学んだことで、発音や読むスピードなど韓国語力が高まった。
- ・ 韓国の方との交流だけでなく、同年代の日本人学生とも交流することができ、今までにない新たな考え方やものの見方に出会うことができた。
- ・ 将来について悩んでいる私にとって、選択肢の広がる貴重な機会だった。
- ・ 韓国では日本以上に家族や上下関係を大切にしており、私もこれまで以上に大切にしなければならなかったと感じた。

◆ 自己啓発：研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

私は性格として、物事を考えすぎてしまうところがある。興味をもっても、先のことを考えているうちに挑戦できなかったり、ネガティブになったり。特に後期に入ってからそのことで苦しむ場面が多くあった。

その中参加した海外研修で、他県の同級生に出会った。意気投合したものの、物事の考え方は少し異なるように感じる場面があったため、私の悩みを相談した。すると、今までにはなかった物の見方、考え方を知ることができた。研修中も人間関係などなやんでしまっていることがあったが、そこからは気持ちが楽になったように感じた。

海外研修に参加したからといって、将来目指す姿が明確になったわけではない。しかし、彼女に習った生き方を取り入れ、将来目指す何かのために少しでも自分をレベルアップさせ、より良く生きられたらと思う。

後輩へのアドバイス（研修全体）

語学力についても、物の見方や考え方もどちらも研修前と比べて高められたように感じる。学生の間にしかできない貴重な経験なため、是非参加してほしいと思う。

次年度以降さらに充実した研修にするための提案

研修で多くの時間を占める授業の時間は福原学園のメンバーのみであったため、もう少し他大学の学生と交流できたり一緒に授業を受ける機会があったらと感じた。

報 告 者 ④	女子学生
研修内容の概要	
現地に到着した初日は、大学内の案内やオリエンテーションがあり、これからの生活について必要なことを理解できた。翌日からは韓国語の授業が始まり、ハングルの読み方や発音、基本的な文法などを学んだ。授業は分かりやすく進められ、課題や発表にも取り組んだ。また、授業だけでなく、陶芸体験や韓国伝統料理作り、K-POP ダンス、テコンドー体験など、韓国文化に直接触れる機会が多く、とても充実していた。慶州や釜山へのツアーでは、歴史的な場所や文化施設を実際に訪れ、理解を深めることができた。現地の大学生との交流では、韓国語や英語を使って会話をし、異文化理解を深める貴重な経験となった。幼稚園実習では、現在の韓国の教育システムや現状について学んだ後、実際の現場を見学した。子どもたちと直接触れ合う機会はなかったが、教育の進め方や環境づくりなどを観察することで、日本との違いを知ることができた。全体を通して、内容は非常に充実しており、多くの学びと経験を得ることができた研修であった。	
研修先の大学における研修の方法とそれへの評価	
授業の進め方は、50 分授業で 10 分の休憩があった。教科書を中心にしながら、補足のプリントを使って授業を進めていた。学生が理解をできたかどうかを確認しながら、授業を進めてくれていた。最初は、ハングルの読み方から始まり、発音の仕方や文法を学んだ。1 日 8 時間授業がある日と午前や午後に体験学習があつて 4 時間授業がある日もあった。授業がある日は課題があり、韓国語での動画撮影や AI を使って仮想家族を作り家族について紹介するといった課題もあった。最終課題では韓国で何をしたかをスライドで作成して今までに習った韓国語の単語や文章で発表した。また、単位認定の試験があつたが、学習した内容を復習すれば大丈夫だった。研修先への滞在期間が短くなったことで一日 8 時間の授業の日が多く、少し厳しかった。しかし、授業内容はとても充実していて、とても満足した。	
滞在方法及びそれへの評価	
大学内に寮があり、寮に入るための鍵が 2 つあった。一つは、指紋認証だった。寮の建物に入るためのもので、現地についてすぐに登録を行ったが、登録を行っても認証がうまくいかない人もいたため、何度か登録をやり直した人もいた。もう一つは、部屋に入るためのカードキーだった。部屋によっては、ホテルのようにカードを 2 枚専用のところに置かないと電気がつかないところもあった。部屋は 2 人部屋で、シャワーと洗面台とトイレが一緒になっていた。シャワーとトイレが一緒になっていたのも、少し不便だと思った。部屋は髪の毛がよく落ちていて、床もべたつきがあった。偶数階に電子レンジとウォーターサーバーがある部屋があった。部屋に冷蔵庫が無かったので、買った物は窓側に置いて冷やしていた。オンドルという床暖房があり、1 日目は寒かったが 2 日目以降は暑いぐらいの温度まで上がった。調節が難しかった。	
文化・教育・生活などの違いについて感じたこと	
大学が坂の上にあり、外食をしたり遊びに行ったりしたら、急な坂を上らなければならず、体力的にとっても大変だと感じた。また、洗濯をするとき乾燥機のごみを次の人が捨てるので、自分が乾燥機を回す前にごみを捨てるという説明を受け、自分が使った所を綺麗にして帰るという文化は日本の文化だと改めて感じた。大学や観光地のトイレはトイレトペーパーが流せて比較的きれいで使いやすかったが、お店のトイレなどはトイレトペーパーが流せず、横のごみ箱に捨てなければならないこともあり、日本との違いを感じた。カフェなどのコーヒー屋さんがコンビニの件数と変わらないぐらいの街に多く、町の至る所にあつたことが印象的だった。コーヒーが日本よりも価格が安く大容量だったため利用しやすく、冬でもアイス頼む人が多く見られた。街を歩けばコーヒーを持っている人がたくさん見られた。お店の中にはもって入れないので店の前にコーヒーを置く場所があった。買い物や食堂などでご飯を食べるとき、店員さんの対応が日本よりも冷たく感じたが、出会った人に「日本人です。」と伝えると知っている日本語を話してくれたり、日本について褒めてくれたりして嬉しかった。このように、日本と似ている文化も多かったが、韓国ならではの文化を感じることもできた。	
現地での生活費について	

◆ 現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：

5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い

食料品	3	外食費	2	消耗品	3	洋服類	2	交通費	2	遊興費	3
-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---

◆ 現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：

食費（外食を含む）	3 万	消耗品	0. 万 5	交通費	1 万	洋服類	0.2 万
遊興費	2 万	お土産	3 万	その他：			万
合計							9.7 万

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

○	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
	反省すべき部分があった。	
理由：日本で買えそうなものは買わないようにした。持ってきた日本食も活用しながら、食費を抑えるようにした。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

カードを作っておくことをおすすめする。現金を少し換金しておくで現地についてすぐ使えるので安心だ。

研修成果（研修を通して得たこと）

◆ 研修参加の動機：

韓国の文化を体験したかった。大学の授業で習った韓国語を生かしたかった。

◆ 参加前の目標：

現地の人と韓国語で話す。

◆ 設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

携帯の翻訳アプリをすぐに使わず習った韓国語で聞いたり、話してみたりしてみる。

研修成果：

今回の研修を通して、韓国語の基礎的な会話力がついて、実際に現地の人と簡単なコミュニケーションをとることができた。また、授業や交流を通して、自分から積極的に話しかけることの大切さを実感した。さらに、韓国の文化や生活をしていく中で、日本との違いや共通点に気づき、日本の生活環境や文化の良さを改めて実感した。

◆ 自己啓発： 研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

今回の研修で得た経験や知識は、今後の学習や生活に積極的に活かしていきたい。まず、韓国語については今回学んだ内容を復習し、さらに語彙や表現を増やして、より自然な会話ができるように継続して学習していきたいと思う。また、現地で実践したように、失敗を恐れずに自分から話す姿勢を大切にしたい。さらに、異文化を理解する姿勢や広い視野を持つことの重要性を学んだため、今後も他国の文化や考え方に関心を持ち、自分の価値観を広げていきたい。この経験を通して得た行動力やコミュニケーション力を、将来の進路や人との関わりの中で活かしていきたい。さらに、今回の研修では異文化に直接触れることで、自分の価値観や考え方が広がったと感じている。そのため、今後は韓国に限らず、さまざまな国や文化について興味を持ち、自分から情報を集めたり学んだりする姿勢を大切にしたい。そして、日本と他国の違いを理解するだけでなく、それぞれの良さを比較しながら考えることで、より柔軟な考え方を身につけていきたいと考えている。また、現地の大学生との交流やさまざまな体験を通して、自分から行動することの大切さを実感した。これまでは自分から積極的に話しかけることに苦手意識があったが、勇気を出して行動することで新しい経験や学びにつながることを知ることができた。今後はこの経験を活かし、学校生活や日常生活においても自分から積極的に行動し、多くの人と関わることでコミュニケーション力を高めていきたい。

このように、今回の研修で得たことを今後の学びや将来にしっかりと活かしていきたいと考えている。

後輩へのアドバイス（研修全体）
いろんなことに挑戦して、たくさん楽しんでください。
次年度以降さらに充実した研修にするための提案
もう少し自由に現地の人々に関わる時間があればいいなと思った。 チマチョゴリを着て自由に散策する時間が欲しかった。

報 告 者 ⑤	女子学生
研修内容の概要	
韓国留学中は、ハングルの読み方や書き方といった基礎から授業が始まり、自己紹介、単語の意味、文法など、韓国語が初めての人でも無理なく理解できる内容で進められていた。そのため、基礎から着実に学ぶことができ、安心して授業に取り組むことができた。 また、授業の前にはK-POPのダンスをみんなで踊る時間があり、リラックスした雰囲気の中で楽しく授業に入ることができた。このような工夫によって、毎日の授業を前向きに受けることができた。 課外活動では、陶芸づくりやビビンバ作り、K-POPダンス体験、テコンドー体験、慶州ツアーや釜山ツアーなど、普段なかなか経験できないさまざまな文化体験に参加する機会があった。これらの活動はどれも非常に楽しく、仲間とともに充実した時間を過ごすことができた。 加えて、幼稚園実習では実際に言葉だけでなく文化や教育の違いを肌で感じることができ、日本との違いを深く理解する貴重な経験となった。 これらの経験を通して、教室での学習と実際の体験の両方を楽しみ行うことができ、韓国語の習得だけでなく、韓国の文化や生活への理解もより一層深めることができた。	
研修先の大学における研修の方法とそれへの評価	
韓国留学中の授業では、ハングルの読み方や書き方といった基礎から授業が始まり、自己紹介、単語の意味、文法などをした。授業で教えてくれる先生方はとても丁寧で、優しく楽しく指導してくださり、発音の誤りを一つ一つ直しながら正しい発音を教えてくれた。また、質問がある際には理解できるまでしっかりと説明してくれたため、初めての韓国語に対して不安を感じていたが、安心して授業を受けることができた。さらに、授業の前にはK-POPのダンスを踊る時間があり、リラックスした雰囲気の中で楽しく授業に入ることができたほか、宿題や授業開始前、休み時間などにも楽しめるような工夫がされており、ただ韓国語をするだけでなく、楽しんで学習することでいつもより頭にはいつてきやすく、苦手意識もなく進められた。 おかげで、留学中は終始楽しく充実した時間を過ごすことができた。	
滞在方法及びそれへの評価	
寮は学校のすぐ近くにあり、通学にとっても便利な環境であった。部屋は2人1部屋であった。寮はルールがあり、夜の0時までに帰寮することや、洗濯機・乾燥機の台数に制限があること、電子レンジやウォーターサーバーを利用する際には設置されている階へ移動する必要があることなどが決められていた。16日間生活してみて、常に同じ部屋に人がいることに最初は不安を感じることもあったが、同室であることで勉強を教え合ったり、自然と仲を深めるきっかけにもなり、良い経験となった。また、寮のルールも特に厳しすぎるものではなく、無理なく守ることができたため、不自由に感じることはほとんどなかった。 しかし、指紋認証がうまく反応せず、入室できないことがあり、その点についてはやや不便に感じる場面もあった。潔癖の人はスリッパや掃除などをして対策すれば、安心して快適に過ごすことができる環境であった。	
文化・教育・生活などの違いについて感じたこと	
韓国留学を通して、実際にその国の文化や生活に触れることで、日本との違いや共通点の両方を感じることができた。特に交通面では、バス・電車・タクシーすべての交通費が比較的安く、T-moneyカードを利用すると、一定時間内であれば電車やバスの乗り換えが無料になる仕組みがあり、とても便	

利であると感じた。

また、文化面では、慶州ツアーで見た建物が日本の奈良と似ていると感じる場面があり、歴史的なつながりを実感することができた。一方で、日常生活においては、授業中にコーヒーを飲むことが認められているほか、昼休みにカフェへコーヒーを買いに行くことができるなど、日本とは異なる自由な雰囲気があると感じた。

さらに、食文化においても違いがあり、食事には必ずキムチが出てくことや、定員さんに注文時に「辛いよ」と言われていても実際には辛く感じたりしたことがあったことから日本との味覚の違いも実感した。このように、現地での生活を通して、実際に体験することでしか分からない発見が多くあり、非常に貴重な経験となった。

現地での生活費について

◆ 現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：

5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い

食料品	2	外食費	2	消耗品	3	洋服類	2	交通費	2	遊興費	2
-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---

◆ 現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：

食費（外食を含む）	2 万	消耗品	1 万	交通費	2 万	洋服類	3 万
遊興費	2 万	お土産	6 万	その他：			万
合計							16 万

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

○	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
	反省すべき部分があった。	
理由：自分の欲しいものやお土産などに仕えたので、満足しているし、適切な金額だと思う。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

洋服やお土産をたくさん買いたいのなら費用がかかるが、ないなら基本的に韓国は安いので生活費用だけで安くすむと思う。

研修成果（研修を通して得たこと）

研修参加の動機：

内気な性格を改善するため、新しいことに挑戦したいと考えた。また、留学を通して異なる文化や考え方に触れることで、自分の視野を広げたいという思いから、この留学に参加した。

◆ 参加前の目標：

自分の知らない世界に触れることで、そこから学べることや吸収できることを一つでも多く得たい。

設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

韓国語が何もわからないところからのスタートだったので、ほかの人よりも多くの時間を復習・予習につかうこと、覚えたものをつかってみることをした。

◆ 研修成果：研修参加を通して何が変わったかを具体的に教えてください。

◆ 例えば、語学力、価値観、将来の目標、日本や家族に対する思いの変化、自分への再認識、等々。

韓国語は何も話せず、読むこともできない状態からのスタートであったが、留学を通して簡単な単語や日常会話を理解できるようになり、単語も読めるようになった。

また、留学前は将来日本で働くことを考えていたが、韓国での生活を経験したことで、国の文化・生活の違いが知りたい、他の国にも行ってみたいという思いが生まれた。そして、自分に合った国を見つけ、将来はその国で働いてみたいと考えるようになった。

自己啓発：研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

今回の留学を通して、それぞれの国には文化や生活、作法、歴史など多くの違いがあることを、実際の留学という環境の中で学ぶことができた。これまでは、決められたことはそのまま受け入れればよいと考えることが多かったが、今回の経験を通して物事には一つの考え方だけでなく、さまざまな見方や選択肢があることに気づくことができ、「より良くするためにはどうすればよいか」「他にどの

ような方法があるのか」と考えるようになった。
 これからの人生においても、将来の夢を叶えるための道は一つではなく、いくつもあると感じている。
 その中で、自分に合った進み方を選びながら、人との関わりを大切にして過ごしていきたいと考えるようになった。

後輩へのアドバイス（研修全体）

留学をすることで、これまで関わってきた日本人とは異なる感性や考え方に触れることができ、自分自身の考え方の幅を広げることができる。そのため、自分の視野を広げたい人や、何かに挑戦したいと考えている人には、ぜひ留学を経験してほしいと思う。

また、最初は不安に感じることもあるが、実際に行ってみると多くのことを楽しみながら学ぶことができる。だからこそ、一歩踏み出す勇気が大事。

次年度以降さらに充実した研修にするための提案

ビビンバ作りの時にアレルギーがあることが伝わってなかったのも、少し困った。

2週間は短いと感じるのももう少し長くてもいいと思う。

報 告 者 ⑥	女子学生
研修内容の概要	
今回の海外研修では、韓国の釜山にある東西大学を訪問し、語学学習と文化交流に加えて、食文化への理解を深めることを目的として活動を行いました。	
午前中は韓国語や英語を用いた授業に参加し、日常会話や発音練習を通して実践的な語学力の向上を目指しました。午後は現地学生との交流やグループワークを行い、文化や生活習慣について意見交換を行いました。放課後には一緒に参加した仲間たちと釜山の観光地を訪れ、現地の雰囲気を直接感じることができました。また、現地の食事を楽しむ機会も多く、韓国ならではの食文化を実際に体験することができました。	
これらの活動を通して、語学力だけでなく異文化理解や食への関心を深めることができました。	
研修先の大学における研修の方法とそれへの評価	
研修では講義形式に加えて、グループワークやディスカッションが多く取り入れられており、学生一人ひとりが主体的に参加することが求められていました。日本の授業と比較すると発言の機会が多く、自分の考えを積極的に伝える力の重要性を強く感じました。また、言語の正確さよりもコミュニケーションを重視する雰囲気があり、間違いを恐れずに発言できる環境が整っていました。そのため、実際に言葉を使う力が向上したと感じています。さらに、現地学生との交流では食文化や食習慣についても話し合う機会があり、栄養学の視点から考察することができました。教員も学生との対話を重視しており、質問しやすい環境であったことから、学習意欲を高めることができました。全体として非常に実践的で有意義な研修であったと評価できます。	
滞在方法及びそれへの評価	
今回の研修では東西大学の寮に滞在し、現地の学生と同じ環境で生活する貴重な経験を行うことができました。寮生活では日常的に現地の生活スタイルに触れることができ、授業以外の時間でも語学を使う機会が多かった点が印象的です。特に放課後には仲間たちと一緒に釜山の観光地を訪れたり、外食を楽しんだりする中で、現地の食文化や生活習慣をより深く理解することができました。韓国の食事はキムチやスープなどの発酵食品が多く、栄養学科で学んでいる立場からも興味深く感じました。一方で、味付けや生活リズムの違いに戸惑う場面もありましたが、徐々に慣れ、最終的には充実した生活を送ることができました。寮での生活は語学力の向上だけでなく、異文化理解を深めるうえでも非常に有意義であったと感じています。	
文化・教育・生活などの違いについて感じたこと	
今回の研修を通して、日本と韓国の文化や教育、生活の違いを多く感じました。特に印象的だったのは食文化であり、放課後に仲間たちと外食をする機会が多かったことで、韓国の食事スタイルを実際に体験することができました。韓国では複数人で料理を共有する文化があり、一つの料理を囲みな	

から会話を楽しむ様子が印象的で、食事がコミュニケーションの場として重要視されていると感じました。また、キムチやナムルなどの発酵食品や野菜中心の料理が多く取り入れられており、栄養バランスにも配慮されていると感じました。栄養学を学んでいる立場として、こうした食習慣は健康維持にもつながっているのではないかと考えるようになりました。

教育面では、学生が積極的に発言し、自分の意見を明確に伝える姿勢が印象的でした。授業中にも発言する機会が多く、学生同士で意見を交換しながら理解を深めていく様子が見られ、日本の授業との違いを強く感じました。このような環境は、主体的に学ぶ力を育てるうえで重要であると感じました。

生活面では、夜遅くまで営業している飲食店が多く、外食文化が発達している点にも驚きました。実際に放課後に外食をする中で、現地の人々の生活スタイルや価値観に触れることができ、日常生活の中にも多くの学びがあることを実感しました。こうした違いを実際に体験することで視野が広がり、日本の文化や生活の良さについても改めて実感することができました。

現地での生活費について

◆ 現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：

5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い

食料品	2	外食費	2	消耗品	2	洋服類	2	交通費	1	遊興費	3
-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---

◆ 現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：

食費（外食を含む）	5 万	消耗品	万	交通費	1 万	洋服類	1 万
遊興費	2 万	お土産	4 万	その他：			万
合計							13 万

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

○	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
	反省すべき部分があった。	
理由：あまり無駄な使い方はしないで、日本ではできない経験のために使うことができた。もっと減らそうとすればできると思う。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

費用は10万円持っていけば足りると思います。15万円持っていけばあまりお金のことを気にしないで過ごせると思います。

研修成果（研修を通して得たこと）

今回の海外研修を通して、語学力の向上だけでなく、自分自身の価値観や考え方にも大きな変化がありました。まず語学面では、授業だけでなく放課後の観光や食事の中で現地の言葉を実際に使う機会が増え、実践的なコミュニケーション能力を身につけることができました。最初は言語の違いに不安を感じていましたが、自分から積極的に話しかけることで、徐々に自信を持てるようになりました。また、現地の学生や人々との交流を通して、自分の考えや価値観を見直すきっかけとなりました。韓国では自分の意見をはっきりと伝える文化があり、その姿勢に触れることで、自分もより主体的に行動することの大切さを学びました。さらに、異なる文化や生活習慣に触れることで、物事を多角的に考える力が身についたと感じています。

加えて、日本での生活や家族の存在について改めて考える機会にもなりました。海外で生活する中で、日本の安全性や便利さ、そして家族の支えの大きさを実感しました。これまで当たり前だと思っていた環境が、実はとても恵まれているものであることに気づき、感謝の気持ちがより一層強まりました。今回の研修で得た語学力の向上だけでなく、価値観の変化や家族への感謝の気持ちは、今後の自分の成長にとって大きな財産になると考えています。これらの経験を活かし、今後も積極的に新しいことに挑戦し続けていきたいです。

◆ 研修参加の動機：

友人に誘われたから。

◆ 参加前の目標：

日本では経験できないことや食べ物に触れる。

◆ 設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

苦手な食べ物や物事を避けないで取り組む。

◆ 研修成果：修参加を通して何が変わったかを具体的に教えてください。

例えば、語学力、価値観、将来の目標、日本や家族に対する思いの変化、自分への再認識、等々。

今回の海外研修を通して、語学力の向上だけでなく、自分自身の価値観や考え方にも大きな変化がありました。まず語学面では、授業だけでなく放課後の観光や食事の中で現地の言葉を実際に使う機会が増え、実践的なコミュニケーション能力を身につけることができました。最初は言語の違いに不安を感じていましたが、自分から積極的に話しかけることで、徐々に自信を持てるようになりました。また、現地の学生や人々との交流を通して、自分の考えや価値観を見直すきっかけとなりました。韓国では自分の意見をはっきりと伝える文化があり、その姿勢に触れることで、自分もより主体的に行動することの大切さを学びました。さらに、異なる文化や生活習慣に触れることで、物事を多角的に考える力が身についたと感じています。

加えて、日本での生活や家族の存在について改めて考える機会にもなりました。海外で生活する中で、日本の安全性や便利さ、そして家族の支えの大きさを実感しました。これまで当たり前だと思っていた環境が、実はとても恵まれているものであることに気づき、感謝の気持ちがより一層強まりました。

今回の研修で得た語学力の向上だけでなく、価値観の変化や家族への感謝の気持ちは、今後の自分の成長にとって大きな財産になると考えています。これらの経験を活かし、今後も積極的に新しいことに挑戦し続けていきたいです。

◆ 自己啓発：研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

今回の海外研修を通して得た経験を、今後の自己成長につなげていきたいと考えています。まず、語学力の面では、実際に現地でコミュニケーションを取る中で、自分から積極的に話しかけることの大切さを学びました。今後はこの経験を活かし、日常的に語学学習に取り組むとともに、間違いを恐れずに発言する姿勢を継続していきたいと考えています。

また、今回の研修では異文化に触れることで、自分の価値観を見直すきっかけとなりました。これまで当たり前だと思っていた日本の生活や考え方を客観的に捉えることができ、物事を多角的に考える力の重要性を実感しました。今後は一つの視点にとらわれず、さまざまな立場や考え方を理解しようとする姿勢を大切にしていきたいです。

さらに、栄養学科で学んでいる立場として、韓国の食文化や食習慣から多くの刺激を受けました。発酵食品や野菜を多く取り入れた食事など、健康に配慮された食文化に触れたことで、食と健康の関係についてより深く学びたいという意欲が高まりました。今後は日本と海外の食文化の違いにも関心をもち、専門的な知識をさらに深めていきたいと考えています。

今回の研修で得た経験や気づきを一時的なものにするのではなく、今後の学習や生活の中で継続的に活かしていくことが重要であると感じています。これからも積極的に新しいことに挑戦し、自分自身を成長させていきたいです。

後輩へのアドバイス（研修全体）

海外研修では、積極的に行動することが大切だと感じました。語学に自信がなくても、実際に使うことで少しずつ慣れていきます。間違いを恐れずに話しかけることを意識してほしいです。また、授業だけでなく、観光や食事の時間も多くの学びにつながります。自分の専門分野と結びつけて考えることで、より充実した研修になると思います。

次年度以降さらに充実した研修にするための提案

研修内容の概要

今回の研修は、韓国到着後のオリエンテーションから始まり、授業を通してハングルの基礎を中心に段階的に学んでいく流れになっている。授業では、「ハングルの書き方や読み方」から学んでいき、「自己紹介」「これは何ですか」「どこにありますか」などの日常会話に必要な表現を実践的に学び、クイズやミニゲームを通して楽しく学ぶ機会も多く設けられている。また、Vlog 作成やプレゼン資料の作成などに取り組み、韓国語を通して自分の考えを伝える力も養うことができる。さらに、大学主催の課外活動として、慶州や釜山での文化体験ツアー、陶芸や伝統料理作り、K-POP ダンス体験、現地学生との交流会などが用意されており、韓国の歴史や文化を体感的に学べる。最終的には、学んだ内容を自分の言葉で発表する機会もある。

研修先の大学における研修の方法とそれへの評価

研修先の大学における授業は、午前と午後4時間ずつ設けられていて、基礎から応用へと時間をかけて学べる構成になっていた。特に、ハングルの学習では発音練習や会話中心の活動が多く取り入れられており、覚えるだけでなく実際に使う力を身に付けることができた。また、教員の指導は丁寧で、わからない点はすぐに質問できる雰囲気があり、安心して授業に取り組むことができた。また、教科書にある会話を各自のペアで練習して発表する際に、会話を自分なりにアレンジして発表する機会が多かったのも印象的だった。課題も適度に設定されており、授業外でも復習ができた。これらの方法により、語学力だけでなく主体性や協働する力も高めることができた。座って聞くだけでなく、全体的に実践的で学びの多い研修だった。

滞在方法及びそれへの評価

今回の滞在は主に寮での生活となり、同じ研修に参加している仲間と共同で過ごすことで、日常的にコミュニケーションを取る機会が多かった。寮での基本的なルールは、門限や洗濯機の稼働時間くらいで、あまり厳しい印象はなかった。2人部屋なので、部屋の整理整頓や共有スペースの使い方にも配慮が必要であり、互いに気持ちよく生活することが大切だった。他県からも留学にきている学校があり、食事や自由時間も含めて一緒に過ごす時間が多く、簡単な韓国語で会話する機会を増えた点もよかったと感じた。一方で、自分の時間をうまく確保することや、生活リズムを維持することの難しさも感じた。決められたルールの中で安心して生活できる充実した滞在中で、学びの多い経験だった。

文化・教育・生活などの違いについて感じたこと

今回の研修を通して韓国と日本の文化・教育・生活の違いを大きく感じる事ができた。まず、文化面では、韓国は上下関係を重んじる傾向が強いことが印象的だった。一方で、初対面でもフレンドリーに接してくれる人が多く、距離が縮まるのが早い印象を受けた。また、食文化では辛い料理が多く、日本とは味付けが大きく違っていた。セルフサービスでキムチや漬物が無料で食べられるのも日本と異なる点だと感じた。教育面では、授業がとても実践的で、周囲の人とコミュニケーションを取ったり発表したりする機会が多いことが特徴的だった。日本の授業と比べて、雰囲気が柔らかく発表や質問がしやすいと感じた。また、先生との距離も比較的近い印象だった。生活面では、コンビニが多く軽食や朝ごはんを買うのに便利だった。交通機関も、日本とは違い地下鉄で移動することが多く、値段も乗車する際にお金が払われるのでどこまでいっても同じ値段なので、日本と比べてとても安いと感じた。これらの違いを実際に体験することで、今までの自分の当たり前が当たり前でないことに気づき、視野を広げることができた。今回の研修で培った経験を今後の学びや生活に生かしていきたいと思った。

現地での生活費について

◆ 現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：

5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い

食料品	2	外食費	3	消耗品	2	洋服類	2	交通費	1	遊興費	3
-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---

◆ 現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：

食費（外食を含む）	5 万	消耗品	1 万	交通費	0.5 万	洋服類	5 万
-----------	-----	-----	-----	-----	-------	-----	-----

遊興費	3 万	お土産	3 万	その他： スーツケース重量超過	0.5 万
合計					18 万

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
○	反省すべき部分があった。	
理由： 一人前の量が多くて人数分頼んで食べきれないケースが多くあったから。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

食費は複数人で行ってシェアすると安くすませることができる場合が多い。お土産は最後の方にまとめて買った方がいい。

研修成果（研修を通して得たこと）

◆ 研修参加の動機：

私は以前から韓国の文化や言語に興味があり、特に韓国の食文化に関心を持ったことをきっかけに、実際に現地で言葉を使ってみたいと考えようになった。しかし、独学では限界を感じており、実際の環境で学ぶことで自分の語学力を伸ばしたいと思い、この研修に参加した。また、海外での生活を経験することで、自分の視野を広げたいという思いも強かった。さらに、現地の学生との交流を通して異文化理解を深め、自分の価値観を見直す良い機会になると考えたことも大きな理由である。

◆ 参加前の目標：

参加前の目標は、基本的な韓国語での会話ができるようになること、積極的に現地の人と交流すること、韓国の文化や生活を実際に体験して理解を深めることの3つを設定していた。

◆ 設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

渡航前はハングルの読み書きや基本的な挨拶、簡単なフレーズを繰り返し練習した。現地では授業に積極的に参加し、わからないことはそのままにせず質問することを意識した。また、習った単語を覚えるために日常的使うことも意識した。さらに、課題や発表にも真剣に取り組み、自分の表現力を高める努力をした。

◆ 研修成果：研修参加を通して何が変わったかを具体的に教えてください。

例えば、語学力、価値観、将来の目標、日本や家族に対する思いの変化、自分への再認識、等々。

この研修を通して、韓国語に対する理解が深まり、簡単な日常会話であれば自信をもって話せるようになった。また、最初は発言することに不安があったが、積極的に話すことで、相手に伝わる喜びを感じ、自分に自信がついた。さらに、異なる文化や価値観に触れることで、自分の考え方が柔軟になり、日本の良さにも改めて気づくことができた。将来は韓国語をさらに学び、今回の経験を活かして国際的に活躍できる人材になりたいと考えようになった。

◆ 自己啓発：研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

今回の研修で得た経験や学びを今後の生活にも活かしていきたい。まずは韓国語の学習を継続し、より高いレベルで会話ができるように努力したい。また、今回身に着けた積極性を大切に、学校生活や将来の進路選択にも活かしていきたいと考えている。さらに、異文化理解を深め、多様な価値観を受け入れられる人間に成長していきたい。

後輩へのアドバイス（研修全体）

食べ物は辛いものが多く味付けも日本と違うので、口に合わなかったときのためにカップ麺をもっていた方がいい。また、割り勘や交通系カードのチャージで使うので、現金は5万円程度持って行った方がいい。

次年度以降さらに充実した研修にするための提案

現地の学生と交流する機会が非常に少なく人数も少なく感じたので、もっと交流の機会を増やしつつ人数も多くした方がいいと思った。

研修内容の概要

1月29日の朝、福岡空港に集合して手続きが完了次第、学生のみで釜山の金浦国際空港に向けて出発した。現地に到着すると、空港に現地の大学の方がお迎えに来てくれて、車で大学に移動した。まず最初に入寮手続きを行い、その後オリエンテーションに参加した。2日目から本格的な語学学習が始まり、最も授業が多い日では1日に8コマあった。ハングルの基礎から日常会話のための文法までを実践を通して学ぶことができた。課外活動では陶芸体験やk-popダンス体験、ビビンバ作り、伝統的建物の見学、釜山ツアーやテコンドー体験などがあった。途中から日本から来た他大学の学生も合流し、活動を共にしたり、研修最終日には夕食を一緒に食べた。留学期間中の食事は基本各自であり、授業のある日は昼食をコンビニで買ったり、大学内のカフェを利用したりした。夕食や休日の食事は、友人と街に出て、外食することが多かった。休日の過ごし方はそれぞれで計画を立てて、買い物に行ったり、ソウルまで行く人もいたり、全員でロッテワールドに遊びに行ったりした。

研修先の大学における研修の方法とそれへの評価

座学では現地の大学内にて、その大学で日本語を教えている韓国人の先生による講義を受けた。まずはハングルの基礎的知識から学ぶ。ある程度ハングルを読み書き出来るようになると、自己紹介のための文法を学ぶ。宿題は毎日課され、その日の授業で習ったことを使ってこなさなければならない。自己紹介動画やクイズ、仮装家族の紹介文作成などがあった。最終日には難易度は高くないが一応テストがあるため、習ったことはきちんと理解しておかなければならない。

課外活動では、ツアー先で班活動をしたり、同じく留学に来ている他大学の人との食事や合同体験があるため、韓国の文化や観光地を知るだけでなく、多くの人との出会いや交流を楽しむことができる。

1日中授業があつて大変な日もあったが、短期間に集中的に語学学習に取り組めたことで、帰国後のハングルの聞き取りの実力が上がった。四六時中韓国語に触れるため、習得するスピードが速くて、留学の意義を感じた。

滞在方法及びそれへの評価

留学期間中は大学内にある寮で宿泊・生活する。部屋は2人ずつでそれぞれにベッド・机が準備されていて、私が利用した部屋は比較的綺麗な状態で入寮することができた。部屋によっては洗面台の排水溝にゴミが溜まっていたり、ベッドシートに髪の毛が付着している状態であった。各部屋にトイレ・シャワーは付いているため、時間を気にしたり、移動の苦勞がないため、利用しやすく快適であった。トイレトペーパーやスリッパ、洗剤などの生活用品は各自持参や近くのDAISOで購入し、ルームメイトと割り勘したりした。洗濯・乾燥機は寮の1階に設置されており、共同で利用する。洗濯・乾燥機の利用時間や寮の門限などは規定はあるが実際はそんなに厳しく取り締まっていないため、実質自由であった。

寮は全体的に自由度が高く、大学内にあるのもあって利便性がよく、留学を楽しむために十分な施設であったと思う。

文化・教育・生活などの違いについて感じたこと

私が留学期間中において最も苦勞したのは食生活である。とにかくキムチが飲食店には必ず置いてあって、食べ物基本的には日本に比べて辛い。コンビニのイートインスペースが充実しており、購入したものをその場で食べる人も多い。商品を購入する際には、「1+1」という韓国特有の文化があり、1つ買ったならもう1つ無料で付いてくるのでお得である。韓国は世界的にコーヒーの消費量が多いので有名だが、その名の通りカフェやコーヒーのお店が日本と比べ物にならないくらい多い。カフェラテ好きの私にとってはたまらない文化であった。日本では授業中にコーヒーを片手になんて人はそう多くはないが、韓国ではほとんどの人が朝や休み時間にコーヒーを準備してきて、摂取している。今回の留学先である東西大学校は釜山にあり、町中に坂が多いため大学も坂の頂上付近に位置する。そのため、1度坂を下ると帰るのが大変であり、不便であった。タクシー料金がそんなに高くないので、大人数にいるときは最寄駅からはタクシーを使って帰ることが多かった。あとは日本だと当たり前を感じるトイレのウォシュレットは基本的にないため、その点に苦勞している友人もいた。以前にソウルに旅行に行ったことがある私は、韓国は比較的日本語をしゃべれたり、聞き取れる人が多い

と思っていた。しかし、釜山であり観光地でもない場所であったために日本語を話せる人はほとんどいなかった。公共の場では私たちが日本人であることが分かったと、日本語を理解してくれようとしたり、話そうとしてくれる人もいれば、あからさまに面倒くさそうな態度を取られることもあった。

現地での生活費について

◆ 現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：

5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い

食料品	2	外食費	2	消耗品	3	洋服類	2	交通費	2	遊興費	3
-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---

◆ 現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：

食費（外食を含む）	7 万	消耗品	1 万	交通費	1 万	洋服類	2 万
遊興費	3 万	お土産	1 万	その他：			1 万
合計							15 万

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

○	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
	反省すべき部分があった。	
理由：留学と一緒にいった友人たちもほとんど変わらないくらいの金額だったので、基準的で適切な出費であると考えられるため。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

現金を 10 万円くらいは持って行ったほうがいいと思う。しかし、現金決済を嫌がる店舗もあるためクレジットカードを持参しておくことが必須である。

研修成果（研修を通して得たこと）

◆ 研修参加の動機：

韓国ドラマや K-POP が好きのため、実際に現地に行って語学を学び、字幕や吹き替えなしで推し活や作品鑑賞を出来るようになりたいと思ったから。

◆ 参加前の目標：

日本人の友達ばかりと交流するのではなく、積極的に現地の人と韓国語で話そうと努力すること。

◆ 設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

留学に行くこと決めていたため、大学の授業でも韓国語を 1 年間学んだ。自分でも韓国語の参考書を買って、日々コツコツ単語を覚えたり、韓国語の曲を翻訳したりして勉強した。

◆ 研修成果：研修参加を通して何が変わったかを具体的に教えてください。

例えば、語学力、価値観、将来の目標、日本や家族に対する思いの変化、自分への再認識、等々。

今回の研修に参加したことで、帰国後の韓国語の聞き取り能力が格段と上がった。韓国語のドラマや曲、アーティストのコメントなどを聞いていると以前より何を言っているのか分かったり、発音の違いに気づくようになった。もっともっと知りたいと感じているため、さらに勉強したり、もう 1 度旅行で韓国に行きたいと思っている。

この経験から得たものは語学力だけでない。これまでの人生で最も長い期間、両親と離れて過ごしたのが今回の留学である。毎日美味しいご飯が食べられること、洗濯物が既に洗われていること、送り迎えがついていること・・・、全てが当たり前ではなく、ただただ自分が恵まれているのだと実感した。留学という贅沢な経験をしたからには、そこで得た社交性、人間関係、忍耐力、勇気、生活力をこれからの人生に生かさなければならぬという思いが芽生えた。さらに、「日本」という国の素晴らしさも知ることが出来た。食べ物は何を食べても美味しく、街は綺麗で、お店の接客態度もいい。

治安や公共機関の整備など、住んでいたら当たり前すぎて体感しないことに外国に行ったことで気づくことが出来たのである。

◆ **自己啓発**：研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

今回の留学で身につけた語学力をさらに向上させるため、引き続き韓国語の学習は頑張っていきたいと思う。そして、様々な人との出会い・交流・協力の楽しさや大変さを知った経験を生かして、ボランティア活動に参加したり、サークル活動に挑戦してみようと思う。

後輩へのアドバイス（研修全体）

留学は笑いあり、涙ありな体験である。自分の人生において損なことは絶対にないため、行くか・行かないかの2択ならば行ったほうがいい。

寮での Consent 用延長コード持参おすすめ。

次年度以降さらに充実した研修にするための提案

飛行機の預け入れ荷物の重量規定をもう少し増量するべき

報 告 者 ⑨	女子学生
研修内容の概要	
2025 年冬季の韓国文化体験プログラムに参加し、約 2 週間にわたり韓国語学習と多様な文化体験に取り組んだ。授業ではハングルや会話表現を基礎から学び、発音や語彙の理解を深めることができた。さらに、現地の韓国人学生と交流する機会もあり、食事に一緒に行ったり、おすすめの場所に連れて行ってもらったりするなかで関係を深めることができた。その際、授業で学んだ表現を実際に使うことで、韓国語の理解がより実践的なものとなった。また、テコンドー体験や慶州ツアーでは韓国の歴史や文化について学び、自分一人ではなかなか触れることのない内容に触れられた点が特に印象的だった。加えて、他大学の参加者とも交流し、多くの友人を得ることができた。語学力の向上だけでなく、人とのつながりや異文化理解を深める貴重な経験となった。	
研修先の大学における研修の方法とそれへの評価	
韓国語の授業では、一人ひとりのレベルに合わせた丁寧な指導が行われており、とても充実した学習環境だった。担当の先生は日本語が非常に堪能で、韓国語が全く分からない学生にもハングルの書き方や基礎から分かりやすく教えていた。一方で、ある程度理解している学生にはより多くの発表の機会を設けるなど、段階に応じて少しレベルの高い内容にも挑戦させてくれた点が印象的だった。授業では「書くこと」以上に「話すこと」を重視しており、日常生活の中で実際に使える表現を中心に学ぶことができた。そのため、学んだ内容をすぐに実践に活かすことができ、理解の定着にもつながったと感じている。また、課題はほぼ毎回出ていたが、難易度は適切で無理なく取り組める内容だったため、楽しみながら継続して学習することができた。全体を通して、実用性と楽しさを兼ね備えた非常に有意義な授業だった。	
滞在方法及びそれへの評価	
寮での生活は 2 人部屋で、ルームメイトと協力しながら快適に過ごすことができた。部屋にはシャワーとトイレが一体となった設備があり、最初は少し不便に感じる部分もあったが、すぐに慣れることができた。暖房は設置されていなかったが、床暖房が完備されており、室内は寒さを感じることはなく、むしろ暖かいほどだった。一方で冷蔵庫がなかった点はやや不便だったが、外気が冷たいため窓際に食品を置くことで簡易的に保存することができた。タオルなどの備品は用意されていないため、事前に持参する必要がある。洗濯は 2 週間で 4 回ほど行い、洗濯から乾燥までに約 2 時間かかるため、早めの時間帯に利用することが重要であると感じた。寮までの道のりは坂が非常に急で大変でしたが、タクシーが安価で利用しやすく、頻繁に活用していた。また、男女でエレベーターが分かれていることや、寮の出入りが指紋認証で管理されている点から、防犯面でも安心して生活することができ	

た。

文化・教育・生活などの違いについて感じたこと

韓国での生活を通して、文化や教育、生活面で日本との違いを多く感じた。まず教育面では、学校近くのコーヒESHOPで購入した飲み物を授業中に飲みながら受けることが一般的で、学生だけでなく先生も同様であった点が印象的だった。コーヒは大容量で価格も安く、日本にはあまり見られない自由な雰囲気が魅力的だった。また、先生はとてもフレンドリーで、授業中に趣味の話や日常の話題を共有するなど、距離が近く親しみやすい関係を築くことができた。生活面では、支払いが現金も使えるが、カード決済が主流であると感じた。さらに、交通費が全体的に安く、特にタクシーは短距離であれば4人で利用すると一人120円ほどで済むこともあり、日常的に利用していた。特に地下鉄は安価で、乗り換えが最大3回まで無料となる制度があったり、1時間以上乗っていても、片道500円ほどで済むこともあったりしてとても便利だった。加えて、食事の文化ではメイン料理を注文すると無料で多くの小皿料理が提供され、価格以上の満足感を得ることができた。日本のことが好きな韓国人も多く、飲食店で隣になった韓国人に声を掛けられて仲良くなったこともあった。

現地での生活費について

◆ 現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：

5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い

食料品	3	外食費	2	消耗品	3	洋服類	2	交通費	1	遊興費	2
-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---

◆ 現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：

食費（外食を含む）	4万	消耗品	0.5万	交通費	1万	洋服類	0.5万
遊興費	5万	お土産	2万	その他：			1万
合計							14万

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

○	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
	反省すべき部分があった。	
理由： 韓国に行って食べたいものはほぼ達成したことや食事には惜しみなくお金を使いたかったという思いだったから。後半からはお金を気にしながら生活していたから。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

気持ち多めで持っていくといいと思う。最初の方はあまり考えずにたくさん買ってしまいがちになっていたのので後半のことまで考えて計画的に使うべきである。

研修成果（研修を通して得たこと）

◆ 研修参加の動機：

もともと韓国に関心をもっており、現地で韓国語や文化に触れ、韓国語力を伸ばしたいと思っていたから。

◆ 参加前の目標：

積極的に韓国語でコミュニケーションを取る。

◆ 設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

現地の韓国人（お店の人や韓国人学生）と積極的に韓国語で話す。翻訳アプリに頼りすぎない。

◆ 研修成果：研修参加を通して何が変わったかを具体的に教えてください。

例えば、語学力、価値観、将来の目標、日本や家族に対する思いの変化、自分への再認識、等々。

今回の研修では「積極的に韓国語でコミュニケーションを取る」という目標を掲げ、現地の韓国人学生と自ら進んで会話を行い、翻訳アプリに頼りすぎないということを意識して取り組んだ。その結果、語学力の面では大きな成長を実感している。もともと韓国ドラマをよく見ていたこともあり、リスニング力はほぼ問題ないレベルまで向上し、スピーキングについても実際に会話を重ねたことで、自分の言葉で伝える力が身についた。また、価値観の面でも変化があった。言葉が完全でなくても積極的

に伝えようとする姿勢の大切さや、人との関わりの中で学ぶことの多さを実感し、失敗を恐れず挑戦することの重要性を強く感じた。さらに、自分自身に対する認識も変わった。日本では自分は消極的な性格だと思っていたが、海外という環境に身を置くことで、自ら周囲を引っ張る場面もあり、新たな一面に気づくことができた。今回の経験を通して、語学力だけでなく内面的にも大きく成長することができたと感じている。

◆ **自己啓発**：研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

今回の研修で得た経験は、今後の学習や日常生活において積極的に活かしていきたいと考えている。まず語学面では、実際に会話を重ねることの大切さを実感したため、今後も韓国語を継続して学習し、聞く力だけでなく話す力もさらに伸ばしていきたい。ドラマや音楽などを活用しながらインプットを続けると同時に、学んだ表現を実際に使う機会を自ら作っていきたくと考えている。また、今回の経験を通して得た「失敗を恐れずに挑戦する姿勢」も大切にしていきたい。海外という環境で積極的に行動できた経験を自信に変え、日本でも様々なことに主体的に取り組んでいきたいと思う。さらに、自分には周囲を引っ張る力があるという新たな気づきを得ることができたため、今後はその強みを活かし、グループ活動や新しい環境の中でも積極的に行動していきたい。この研修で得た学びを一時的なものにせず、将来にわたって活かしていきたいと考えている。

後輩へのアドバイス（研修全体）

韓国語が全くできなくても大きな問題はないが、少しはできるようにしておくと、現地の方とより楽しく会話ができるし、なにより喜んでもらえるので言語の勉強は大事だなと感じた。また、家族ではない友人と約1か月過ごすことになるし、さらに大人数で動くことも多いので、自分勝手な行動や迷惑をかける行動はしないようにしないといけないと思う。自分の行動に責任を持つことを大切しておくべきだと思う。

次年度以降さらに充実した研修にするための提案

日本人以外の学生と関わる機会が少なかったのもっと交流があると語学力の向上だけでなく、経験としてもいい思い出になると思った。

報 告 者 ⑩	女子学生
研修内容の概要	
本研修では、平日は朝から夕方まで韓国語の授業が行われ、その後は自由時間が設けられていた。自由時間には、現地の商業施設での買い物や外食などを通して、韓国の日常生活や文化に触れる機会を得ることができた。	
また、ツアーや文化体験活動も充実しており、教室内だけでなく実際に現地へ足を運び、その場所の雰囲気を感じながら学ぶことができた点が非常に印象的であった。こうした体験を通じて、韓国の伝統や生活様式について理解を深めることができた。	
さらに、研修先の大学の学生がサポートとして同行してくださり、活動の中で丁寧な指導やアドバイスを受けることができた。交流を重ねる中で自然と親しくなることができ、非常に貴重な国際交流の機会となった。日本語にも対応してくださる場面が多く、韓国語に不安がある場合でも通訳を交えながら会話ができたため、言語面での不安や心配を感じることなく、安心して研修に取り組むことができた。	
研修先の大学における研修の方法とそれへの評価	
授業は、韓国語の知識や経験の有無に関わらず、すべての受講者が理解できるよう工夫されており、非常に分かりやすい内容であった。特に、単に文法や語彙を学ぶだけでなく、実際に声に出して発音したり、会話形式で実践したりする活動が多く取り入れられており、韓国語を実用的に身につけることができた。	
また、授業後にはその日に学習した内容を活用する宿題が出されることが多く、復習の機会がしっかりと確保されていた。これにより、授業で得た知識を定着させることができ、理解をより深めることにつながったと感じる。	
さらに、ゲームやアクティビティを取り入れた学習も多く、楽しみながら韓国語を使うことができ	

た点も印象的であった。学習に対するモチベーションを維持しやすく、積極的に授業に参加することができた。

加えて、理解が追いついていない受講者がいる場合には、授業を一度止めて丁寧に説明して下さるなど、全員が同じペースで学習できるよう配慮されていた。

滞在方法及びそれへの評価

滞在は大学敷地内にある学生寮で行い、2人1部屋で生活した。部屋にはそれぞれ机、ベッド、クローゼットが備え付けられており、生活に必要な設備は十分に整っていた。トイレとシャワーは同一スペースに設置されており、シャワー使用時には床全体が濡れてしまう構造であったが、換気扇を使用することにより、短時間で乾燥させることができ、大きな不便は感じなかった。

また、シャワーの水圧や温度調整も容易であり、快適に利用することができた。

さらに、床暖房が設置されており、部屋全体が暖まるほど性能が高かった点は非常に良かった。一方で、温度調整がオンとオフのみであったため、必要に応じて窓を開けたり、入浴前に電源を切ったりするなど、自分たちで工夫しながら調整を行った。

文化・教育・生活などの違いについて感じたこと

今回の短期留学を通して、文化・教育・生活のさまざまな違いを実際に体感することができた。まず、日本人に対して好印象を持っている方が多く、日本語で話しかけてくれる場面も多かったことが印象的であった。そのため、異国でありながらも安心してコミュニケーションを取ることができた。また、交通面ではタクシーやバス、地下鉄の運賃が比較的安く、移動がしやすい環境であった。特にタクシー運転手は気さくに話しかけてくれる方が多く、人の温かさを感じる機会が多かった。さらに、コーヒー文化が非常に発達しており、街中にはコーヒーショップが多く存在し、日常的にコーヒーを楽しむ習慣が根付いていると感じた。

生活面では、働いている最中でもスマートフォンを使用している様子が見られ、日本との働き方の違いを感じた。また、外食文化が一般的であり、外食をする人が多く、価格も比較的手ごろであった。一方で、一品あたりの量が多いため、食べ物を残す人が多いという印象も受けた。大学周辺の飲食店は閉店時間が早い店が多く、その点は日本との違いとして興味深かった。加えて、スーパーマーケットの数は日本と比べて少ないように感じられたが、日用品については店舗に行けばほとんどのものが揃うなど、不便さはあまり感じなかった。ただし、日本のようにすべてが100円で購入できるわけではない点は違いとして挙げられる。さらに、気候については全体的に乾燥しており、日本との環境の違いを実感した。

現地での生活費について

◆ 現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：

5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い

食料品	3	外食費	2	消耗品	3	洋服類	2	交通費	1	遊興費	3
-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---

◆ 現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：

食費（外食を含む）	3万	消耗品	1万	交通費	0,5万	洋服類	1,5万
遊興費	2,3万	お土産	2万	その他：	キャリア超過料金	0,7万	
合計							11万

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

○	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
	反省すべき部分があった。	
理由：日本円を多く持って行かなかった為、ある分で生活しようと言う使い方ができたから。 友人と共有して使えるものなどは分けて購入できたから。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

キャリア超過料金が大きいので日本から持っていく服や下着類は多くなくて大丈夫だった。

洗濯も思っていたより手軽で簡単にできるので、最小限あれば十分だった。

研修成果（研修を通して得たこと）

◆ 研修参加の動機：

元々韓国の雰囲気やドラマが好きで言語学習しており、もっと言語を現地で学びたい、使いたいと思ったから。

◆ 参加前の目標：

現地の方のネイティブな発音に少しでも近づく。たくさん韓国語を使う。

現地の方と仲良くなる。

◆ 設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

授業では率先して発言した。問題や課題が出たら自分の力で解いた。

お店では授業で習ったことを活用しながら会話することを心がけた。

◆ 研修成果：研修参加を通して何が変わったかを具体的に教えてください。

例えば、語学力、価値観、将来の目標、日本や家族に対する思いの変化、自分への再認識、等々。

1人でできないことでも、皆で協力すればできたことがたくさんあり、仲間の大切さや人の温かさを身をもって体感することができた。

◆ 自己啓発：研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

今回の研修を通して得た韓国語力や異文化理解を、今後も継続して高めていきたいと考えている。特に、現地で実際に韓国語を使う中で、自分の語彙力や発音、表現力にまだ課題があると感じたため、日常的に韓国語に触れる時間を増やし、積極的に会話の機会を作ること実践的な力を伸ばしていきたい。また、授業や現地での交流を通して学んだ「自分から発言することの大切さ」や「周囲と協力しながら物事に取り組む姿勢」は、今後の学校生活やグループ活動においても大いに活かしていきたい。

さらに、今回の経験によって視野が広がり、異なる文化や価値観を尊重することの重要性を実感した。この学びを一時的なものにせず、将来にわたって活かしていくためにも、引き続き国際的な視点を持ち、自ら学び続ける姿勢を大切にしていきたい。そして、この研修で得た経験や気づきを自分自身の成長につなげるとともに、今後の進路選択や目標設定にも積極的に反映させていきたいと考えている。

後輩へのアドバイス（研修全体）

声に出したり、実際に使うことが一番早く身につくと思う。

次年度以降さらに充実した研修にするための提案

より多くの現地の方と会話する。

現地での学習・活動・生活の様子

キャンパス・学校施設



↑説明：教室



↑説明：大学の食堂



↑説明：寮の部屋



↑説明：寮のお風呂とトイレ

食事



↑説明：コンビニでの夕食

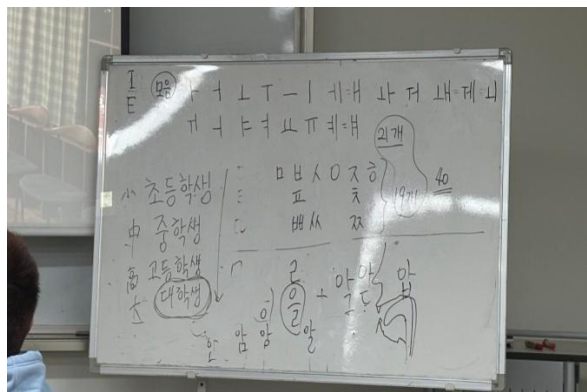


↑説明：外食（サムギョブサル）



↑説明：学校の近くのキンパ屋さん。ひとつ
300円でとても安くておいしい

授業・課外活動



↑説明：韓国語の授業



↑説明：伝統文化体験（韓服:チマチョゴリ）



↑説明：テコンドー体験



↑説明：付属幼稚園の見学



↑説明：プサンツアー



↑説明：焼き物体験



↑説明：韓国伝統料理体験（ビビンバ作り）



↑説明：甘川文化村



↑説明：慶州ツアー

町の様子



↑説明：市場



↑説明：雑貨屋さん



↑説明：ソミョンの商店街



↑説明：海雲台の海