海外短期研修報告書

記入日：2026 年　　月　　日

東京電機大学での情報	
研修名称	春季海外短期研修　クイーンズランド工科大学
研修種類	☒語学/PBL/文化体験　　□STEM/インターンシップ
研修期間	2026 年　 2 月　14 日　～2026 年　 3 月　 7 日

研修先情報	
研修先大学（機関）	クイーンズランド工科大学
国名	オーストラリア
使用言語	英語

研修準備	
事前語学学習方法	「はじめてのホームステイ英会話」という本と、「絵で見てパッと言う英会話トレーニング 海外旅行編 新装版」を一度流し読みした後、音声を聞きながら自分で口に出した。
準備で苦労したこと	お土産選び。ホームステイ先は何度も日本人を受け入れた経験があることが想定されたため、喜んでもらえて邪魔にならないものを選ぶのに苦労した。最終的に、私は歌舞伎揚げと、お寿司デザインのテープ糊、それらを包む風呂敷と、風呂敷の様々な使い方を英語で紹介する本をお土産とした。
他に必要な準備等	ホームシックにならないようにすることは大事なことだったと思う。私は小分けになっている味付け海苔を持っていき、毎晩たべることにしていた。

研修に参加したきっかけ
将来海外で働きたいと考えていたため、最初の一歩として海外語学研修に参加したいと思った。夏休みに北千住キャンパスで開催された International Workshop に参加したときに海外の方とお話をする楽しさにも気づけたのも、きっかけの一つとなった。
参加前の目標
参加前の目標は、とにかく無事に帰ってくることだった。なぜならこの海外短期研修は自分にとって初めての海外でもあったからだ。

設定した目標のために現地で努力したこととその結果
毎日の授業はお昼には終わり、その後は観光などに充てられる時間になるのだが、あまり夜遅くまで遊ぶことは避け、現地の人に合わせた早寝早起きの習慣を心がけた。 また、初日に現地の空調にやられておなかを壊してしまった苦い経験があったので、その後は毎日カイロをおなかに貼るようにした。

現地到着後	
現地での出迎え	☒有　　□無 有→☒大学関係者　☒ホストファミリー　□その他（　） 無→空港から滞在先までどのように移動しましたか？ □電車・地下鉄　　□バス・トラム　　□タクシー □その他（　）
オリエンテーションの有無／内容	☒有　　□無 内容：オリエンテーションはあったのだが、その日の登校中におなかを壊してホストファミリーに迎えに来てもらい、その後は家で休んでいたため内容は不明。
渡航後必要な手続き	オーストラリア ETA をスマホ上で登録する必要があった。登録作業中の、パスポートの写真撮影がうまくいかないことが多いようで、実際に自分も 10 分以上チャレンジし続けての完了となったので注意が必要である。また、オーストラリアの検疫は厳しいため、お土産には注意が必要である。
研修先の雰囲気	自然に囲まれた千住キャンパスとは対照的な環境だったのでリラックスして参加することができた。また、キャンパス内でも困ったときはその辺の人に聞けば優しく教えてくれた。

研修について	
先生や学生に関して ※インターンシップの場合は、指導担当者および現地スタッフ・学生についてご記入ください	先生はとても明るくて、寝不足だったり英語疲れしていたりしても楽しく授業を受けることができた。 学生たちも優しかった。
授業の難易度や充実度 ※インターンシップの場合は、業務の難易度や充実度についてご記入ください	適度に難しくて、退屈には感じず、とても有意義なものであったと感じている。

クラス分けや日本の他大学からの学生との関係など ※インターンシップの場合は、研修先/業務の割り振りや他大学の学生との関係についてご記入ください	私のクラスは聞いたところによると最上級だったようだった。14 人クラスで、3 週目から 3 人が追加参加していた。電大生は私だけで、そのほかには東大 8 名・新潟大 2 名・台湾,韓国,サウジアラビアの方一人ずつ、立命館 3 名(追加参加)だった。他大の方とも仲良くなることができ、一緒にご飯を食べることや、プールに行くこともあった。また、最後の夜には一緒にご飯を食べに出かけた。
大学の施設や周囲の環境などに関して ※インターンシップの場合は、研修先企業の環境についてもご記入ください	大学内にカフェや給水スポットがあることは便利であった。また、ブリスベン市内へのアクセスも、大学直結のバスステーションに高頻度で来るバスで便利であった。

生活について	
住居の種類	□寮（寮名）： □アパート　☒ホームステイ　□その他（　）
住居の場所	□キャンパス内　　☒キャンパス外 キャンパス（研修先）までの距離： □徒歩　☒バス　□電車・地下鉄　□その他（　）で**約 60 分**
部屋の種類／同居人	☒１人部屋　□２人部屋　□その他（　） 同居人：☒有（　１人）　□無 ホームステイの場合：自分以外の同居学生　☒有　　□無 家族構成：☒Host mother　□Host father 子供　□男の子（　人）　□女の子（　人） ペット　□有　□無　　有→□犬　☒猫　□その他（鶏・金魚）
共有部分	□バス　□トイレ　☒キッチン　□その他（　）
食事	□自炊　□寮食　□大学内学食　□外食　☒ホストの料理 □その他（　）
学生寮・ホームステイ先の印象	引退した英語教師の方だったので、なまりのない英語をゆっくりと喋ってくれる、優しい印象の方だった。
住居について注意	東京生まれの私からすると、アリやゴキブリを目にする頻度がとても多く感じた
生活費等支払い手段	□現金　□クレジットカード　☒デビットカード □海外専用プリペイドカード（キャッシュパスポート等） □その他（　） アドバイス：特になし
携帯電話	□購入した　□購入しなかった　☒SIM カードを購入 □その他（　）
現地での友人等との連絡手段	☒LINE　□Facebook　□WhatsApp　□E-mail □iMessage　☒Instagram　　□その他（　）
病気や怪我等での通院	□有　　☒無 有→□大学内のクリニック　□最寄りの医療機関 □その他（　）
医療関係の注意事項	

費用について（研修費用以外）			
項目	詳細	費用	支払方法
食費		44723	□現金　☒クレジットカード
日用品		29386	□現金　☒クレジットカード
観光費用		17561	□現金　☒クレジットカード
お土産代		52742	□現金　☒クレジットカード
交通費		1184	□現金　☒クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
総額（概算）**※日本円で記入**		15 万円	

現地での生活面等について
物価が全面的に高く感じた。特に日本との差を顕著に感じたのが飲料の値段の差で、水において 500mL が 250 円ほどしたり、私が日常的に頻繁に口にする缶コーヒーが一本 500 円ほどしたりするのがしんどかった。

研修を通して得たもの
今回の語学短期留学を通して学んだことは、主に以下の 4 点である。 ・体調管理の徹底 慣れない環境下で充実した学びを得るためには、日々の自己管理と体調維持が不可欠であることを学んだ。 ・自ら積極的に行動する姿勢 受け身にならず、自らぐいぐいと他者に働きかけ、主体的にコミュニケーションをとる姿勢が身についた。 ・日常会話における即時のレスポンス 常に英語に触れる環境に身を置いたことで、日常会話において間を置かずに即座に返答できるようになった。 ・文法を活用した詳細な表現力 簡単な英語で妥協せず、授業で学んだ英文法を日常会話でも多用することで、自身の意図をより詳細かつ正確に表現できるようになった。

今後の学習計画について
今後は、春休み中に留学中に学んだり、メモを取ったりした知識を定着させるための復習を行いたい。

研修参加を検討している学生へメッセージ
研修参加を検討しているなら、迷わず思い切って参加してみることを勧める。 そして、参加を決めた後は、現地での自分の時間を大切にしてほしい。慣れない環境ではつい電大生同士で固まって行動しがちだが、それではせっかくの機会がもったいない。現地の人と積極的に関わったり、一人で新しいことに挑戦したりと、自分だけの経験を積むことが大きな成長に繋がるはずだ。

海外短期研修報告書

記入日：2026 年　 3 月　9 日

東京電機大学での情報	
研修名称	春季海外短期研修　クイーンズランド工科大学
研修種類	☒語学/PBL/文化体験　　□STEM/インターンシップ
研修期間	2026 年 02 月 14 日　～ 2026 年 03 月 07 日

研修先情報	
研修先大学（機関）	クイーンズランド工科大学
国名	オーストラリア
使用言語	英語

研修準備	
事前語学学習方法	・TOEIC の学習 ・大学での英語科目 ・英語での映画鑑賞
準備で苦労したこと	飛行機の預け入れ荷物の制限を考慮した荷造り
他に必要な準備等	・e-SIM ・パスポート/ETA ・ホストへのお土産

研修に参加したきっかけ
ネイティブな英語に触れ、実践的に英語を活用できるようにし、海外での論文発表や学会で役立出たいと考えたから。
参加前の目標
・ネイティブスピーカと会話ができるようになる。

設定した目標のために現地で努力したこととその結果
ホストファミリーや現地の人と積極的に会話をするように心がけた。最初は何度か聞き返すことも多かったが、徐々にネイティブスピーカの会話を聞き取ることができるようになり、自分の伝えたいことも伝えられるようになった。

現地到着後	
現地での出迎え	☒有　　□無 有→☒大学関係者　☒ホストファミリー　□その他（　） 無→空港から滞在先までどのように移動しましたか？ □電車・地下鉄　　☒バス・トラム　　□タクシー □その他（　）
オリエンテーションの有無／内容	□有　　☒無 内容：
渡航後必要な手続き	特になし
研修先の雰囲気	温かい人が多く、困っているとき助けてくれることが多かった。

研修について	
先生や学生に関して ※インターンシップの場合は、指導担当者および現地スタッフ・学生についてご記入ください	いつでも質問できる環境となっており、学生も話しかけると答えてくれた。学生同士で会話することが多かった。
授業の難易度や充実度 ※インターンシップの場合は、業務の難易度や充実度についてご記入ください	初めにクラス分けテストがあるため、自分のレベルにあったクラスで学習ができる。週に一度同じくらいのレベルのクラスと合同で授業を行い、より多くの生徒と交流し英語力を上達させる機会があった
クラス分けや日本の他大学からの学生との関係など ※インターンシップの場合は、研修先/業務の割り振りや他大学の学生との関係についてご記入ください	ほとんどが日本人で台湾人とベネズエラ人がいた。日本人は東京だけでなく関西や北陸からきている人がいた。皆オープンマインドだったため話しやすかった。
大学の施設や周囲の環境などに関して ※インターンシップの場合は、研修先企業の環境についてもご記入ください	講義棟のほかに大きな図書館や様々なカフェがあり大学内でも充実した時間を過ごすことができる。トイレもきれいかつ想像よりたくさんあり、安心して過ごすことができた。

生活について	
住居の種類	□寮（寮名）： □アパート　☒ホームステイ　□その他（　）
住居の場所	□キャンパス内　　□キャンパス外 キャンパス（研修先）までの距離： □徒歩　☒バス　☒電車・地下鉄　□その他（　）で**約 50 分**
部屋の種類／同居人	☒１人部屋　□２人部屋　□その他（　） 同居人：□有（　人）　□無 ホームステイの場合：自分以外の同居学生　☒有　　□無 家族構成：☒Host mother　□Host father 子供　□男の子（　人）　□女の子（　人） ペット　☒有　□無　　有→□犬　☒猫　□その他（　）
共有部分	☒バス　☒トイレ　☒キッチン　□その他（　）
食事	□自炊　□寮食　□大学内学食　□外食　☒ホストの料理 □その他（　）
学生寮・ホームステイ先の印象	トイレや水回りもきれいで使いやすかった。部屋は一人部屋が与えられていたため、個人の時間も確保することができた。
住居について注意	水不足問題を抱える国であるため、シャワーは 8 分程度で済ませる必要がある。
生活費等支払い手段	☒現金　☒クレジットカード　□デビットカード □海外専用プリペイドカード（キャッシュパスポート等） □その他（　） アドバイス：特になし
携帯電話	□購入した　☒購入しなかった　□SIM カードを購入 ☒その他（e-SIM を購入）
現地での友人等との連絡手段	☒LINE　□Facebook　□WhatsApp　□E-mail □iMessage　☒Instagram　　□その他（　）
病気や怪我等での通院	□有　　☒無 有→□大学内のクリニック　□最寄りの医療機関 □その他（　）
医療関係の注意事項	

費用について（研修費用以外）			
項目	詳細	費用	支払方法
食費	外食代、café 代	2 万円	☒現金　☒クレジットカード
日用品	ドライヤー、日焼け止め	3,000 円	□現金　☒クレジットカード
観光費用	遊園地、動物園	3 万円	□現金　☒クレジットカード
お土産代	お菓子、名産品	3 万円	☒現金　☒クレジットカード
交通費	Go カード(現地貸与)	2,000 円	□現金　☒クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
総額（概算）**※日本円で記入**		8.5 万円	

現地での生活面等について
交通費はどこまで行っても 50 セントで乗れるのでほとんどかからなかった。観光もフリー入場のところが多くお金がなくてもいろいろなところを見て回ることができた。

研修を通して得たもの
英語のリスニング力とスピーキング力の向上のほか、初対面の人と話すコミュニケーション能力や、いろんな価値観を受け入れる多様性の考え方を得た。

今後の学習計画について
Hello Talk などのアプリや英会話カフェなどに行き英語を話す習慣をつける。 TOEIC の学習を行う

研修参加を検討している学生へメッセージ
気候や環境は日本と大きく変わらないため、初めて海外や留学に行く人には良いプログラムだと思います。積極的に街に出て現地の方と会話したり、大学内にいる学生に

話しかけて友達を作ったり、英語を話す習慣を作るとより良い経験になると思います。

海外短期研修報告書

記入日：2026 年　 3 月　 17 日

東京電機大学での情報	
研修名称	春季海外短期研修　　東京電機大学
研修種類	☒語学/PBL/文化体験　　□STEM/インターンシップ
研修期間	2026 年　 2 月 14 日　～　 2026 年　 3 月　 7 日

研修先情報	
研修先大学（機関）	クイーンズランド工科大学
国名	オーストラリア
使用言語	英語

研修準備	
事前語学学習方法	これといって勉強はせずに行った。
準備で苦労したこと	初めての海外だったので、何をもっていけばよいかわからず苦労した。
他に必要な準備等	その国の歴史を調べること

研修に参加したきっかけ
留学してみたかったから参加を決めました。
参加前の目標
日本との違いを肌で感じること。
設定した目標のために現地で努力したこととその結果
色んな所に行き、現地の人と話したり、日本にはないものを食べたりしました。結果的に海外の良さと日本の良さを同時に感じることができました。

現地到着後	
現地での出迎え	☒有　　□無 有→☒大学関係者　□ホストファミリー　□その他（　） 無→空港から滞在先までどのように移動しましたか？ □電車・地下鉄　　□バス・トラム　　□タクシー □その他（　）
オリエンテーションの有無／内容	□有　　☒無 内容：
渡航後必要な手続き	
研修先の雰囲気	日本人が大半なので親しみやすく、ストレスが少ない

研修について	
先生や学生に関して ※インターンシップの場合は、指導担当者および現地スタッフ・学生についてご記入ください	先生はとてもやさしく、日本語が話せる先生もいるので発音があまり得意ではなくても聞き取ってくれるので思い切って話しやすい。生徒は日本人が多く、英語を学びやすい環境にあった。
授業の難易度や充実度 ※インターンシップの場合は、業務の難易度や充実度についてご記入ください	クイーンズランド工科大学は人によって難易度を変えてくれるので英語が苦手な人でも学習しやすい。
クラス分けや日本の他大学からの学生との関係など ※インターンシップの場合は、研修先/業務の割り振りや他大学の学生との関係についてご記入ください	英会話が中心なので会話する機会が多く、親しみやすい
大学の施設や周囲の環境などに関して ※インターンシップの場合は、研修先企業の環境についてもご記入ください	バスで 10 分のところにクイーンズストリートというところがあるなど、大学の環境はとてもいい。

生活について	
住居の種類	□寮（寮名）： □アパート　☒ホームステイ　□その他（　）
住居の場所	□キャンパス内　　☒キャンパス外 キャンパス（研修先）までの距離： □徒歩　☒バス　□電車・地下鉄　□その他（　）で**約 40 分**
部屋の種類／同居人	☒１人部屋　☒２人部屋　□その他（　） 同居人：☒有（　２人）　□無 ホームステイの場合：自分以外の同居学生　☒有　　□無 家族構成：☒Host mother　□Host father 子供　□男の子（　人）　□女の子（　人） ペット　□有　□無　　有→□犬　□猫　□その他（　）
共有部分	☒バス　☒トイレ　☒キッチン　□その他（　）
食事	□自炊　□寮食　□大学内学食　□外食　☒ホストの料理 □その他（　）
学生寮・ホームステイ先の印象	実際と同じような生活ができる。
住居について注意	ホームステイ先のルールがあり、厳しい人だとストレスがたまったりする可能性があること
生活費等支払い手段	□現金　☒クレジットカード　☒デビットカード □海外専用プリペイドカード（キャッシュパスポート等） □その他（　） アドバイス：特になし
携帯電話	□購入した　☒購入しなかった　☒SIM カードを購入 □その他（　）
現地での友人等との連絡手段	☒LINE　□Facebook　□WhatsApp　□E-mail □iMessage　□Instagram　　□その他（　）
病気や怪我等での通院	□有　　☒無 有→□大学内のクリニック　□最寄りの医療機関 □その他（　）
医療関係の注意事項	

費用について（研修費用以外）			
項目	詳細	費用	支払方法
食費	昼ご飯など	60,000	□現金　☒クレジットカード
日用品			□現金　☒クレジットカード
観光費用	動物園など	50,000	□現金　☒クレジットカード
お土産代	コーヒー豆など	30,000	□現金　☒クレジットカード
交通費	バスなど	3,000	□現金　☒クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
総額（概算）**※日本円で記入**		14,3000	

現地での生活面等について
日本人が多い関係で、日本の店舗が多く、とても親しみやすかった。治安はとてもよく、夜遅くまでいても問題なかった。

研修を通して得たもの
・英語に対するコミュニケーション能力

今後の学習計画について
会話において、聞き取れなかったことが多かったので、リスニングを主に頑張っていきたいです。

研修参加を検討している学生へメッセージ
お金もかかるし、不安なこともおると思いますが、それ以上にいい経験になると思うのでぜひ留学に参加してみてください！

海外短期研修報告書

記入日：2026 年　3 月　16 日

東京電機大学での情報	
研修名称	春季海外短期研修　　東京電機大学
研修種類	□□□□□□☑語学/PBL/文化体験　　□STEM/インターンシップ
研修期間	2026 年　2 月　14 日　～　2026 年　3 月　7 日

研修先情報	
研修先大学（機関）	クイーンズランド工科大学
国名	オーストラリア
使用言語	英語

研修準備	
事前語学学習方法	AI を使った英会話の練習 日常会話程度のフォーマットの学習 文法、単語の学習

準備で苦労したこと	必要な書類、確認事項、オンラインでの研修
他に必要な準備等	発音、アクセントの練習

研修に参加したきっかけ
留学を経験してみたかった。大学 3 年生というおそらく最後の機会にできて良かった。英語を使って生活がしてみたかった。
参加前の目標
ホストファミリーなど先生などと会話できるようになる。英語を使ったコミュニケーションをする。
設定した目標のために現地で努力したこととその結果
積極的にコミュニティやイベントに参加した。

現地到着後	
現地での出迎え	□□□□□□☑有　　□無 有→□□□□□☑学関係者　□□□□□☑ホストファミリー　□その他（　） 無→空港から滞在先までどのように移動しましたか？ □電車・地下鉄　　□バス・トラム　　□タクシー □その他（　）
オリエンテーションの有無／内容	□□□□□□□有　　□□□□□☑無 内容：研修前に zoom でのオリエンテーション
渡航後必要な手続き	
研修先の雰囲気	とても良い雰囲気だった。分からないことも聞けば快く答えてくれた。

研修について	
先生や学生に関して ※インターンシップの場合は、指導担当者および現地スタッフ・学生についてご記入ください	先生も分からないことがあったら快く答えてくれた。 生徒も積極的に英語を使ったコミュニケーションをしてくれた。

授業の難易度や充実度 ※インターンシップの場合は、業務の難易度や充実度についてご記入ください	授業は日本の中学でやった内容（現在完了形、過去形など）をやった。教科書で分からないところもあったけど、先生が丁寧に教えてくれた。
クラス分けや日本の他大学からの学生との関係など ※インターンシップの場合は、研修先/業務の割り振りや他大学の学生との関係についてご記入ください	特に問題なく、仲良く楽しく授業を受けられた。
大学の施設や周囲の環境などに関して ※インターンシップの場合は、研修先企業の環境についてもご記入ください	自然が多く気持ちの良いキャンパスだった。

生活について	
住居の種類	□寮（寮名）： □アパート　□□□□□☑ホームステイ　□その他（　）
住居の場所	□キャンパス内　　□□□□□☑キャンパス外 キャンパス（研修先）までの距離：13km □徒歩　□□□□□☑バス　□□□□□☑電車・地下鉄 □その他（　）で**約 50 分**
部屋の種類／同居人	□□□□□□☑1 人部屋　□2 人部屋　□その他（　） 同居人：□□□□□□有（　人）　□無 ホームステイの場合：自分以外の同居学生 □□□□□□☑有　　□無 家族構成：□□□□□☑Host mother □□□□□□☑Host father 子供　□□□□□☑男の子（1 人）　□□□□□☑女の子（1 人） ペット　□有　□□□□□☑無　　有→□犬　□猫　□その他（　）
共有部分	□□□□□□☑バス　　□□□□□☑トイレ □□□□□□☑キッチン　□その他（　）

食事	□自炊　□寮食　□大学内学食　□外食　□□□□□☑ホストの料理 □その他（　）
学生寮・ホームステイ先の印象	ホームステイ先はとても仲の良い家庭で、私達にもその輪に入れてくれた。
住居について注意	
生活費等支払い手段	□□□□□□☑現 金　□ クレジットカード □□□□□□☑デビットカード □海外専用プリペイドカード（キャッシュパスポート等） □その他（　） アドバイス：特になし
携帯電話	□購入した　☒購入しなかった　□SIM カードを購入 □□□□□□☑その他（ eSIM　）
現地での友人等との連絡手段	□□□□□□☑LINE　□Facebook □□□□□□☑WhatsApp　□E-mail □iMessage　□□□□□☑Instagram　□その他（　）
病気や怪我等での通院	□有　□□□□□☑無

	有→□大学内のクリニック　□最寄りの医療機関 □その他（　）
医療関係の注意事項	

費用について（研修費用以外）			
項目	詳細	費用	支払方法
食費	観光で食べるもの	2 万円	□現金　□クレジットカード
日用品	スポーツ用品	1 万円	□現金　□クレジットカード
観光費用	アクティビティなど	2 万円	□現金　□クレジットカード
お土産代	お菓子など	2 万円	□現金　□クレジットカード
交通費	バス、電車、船	3000 円	□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
総額（概算）**※日本円で記入**		7 万 3000 円	

現地での生活面等について
私の家では基本的に朝昼夜食事がでていたのであまりお金を使わなかった。土日もホストファミリーが車を出してくれて一緒に過ごした。

研修を通して得たもの
今回の留学研修を通して得たものは、異なる文化の中で生活する経験と、自分から行動することの大切さである。現地では言語や生活習慣の違いに戸惑う場面もあったが、ホストファミリーや現地の人々と交流する中で、相手に伝えようとする姿勢が大切であると感じた。また、授業や日常生活を通して、日本とは異なる価値観や文化に触れることができ、物事を多様な視点から見る重要性を学んだ。この経験を通して、積極的に行動する力や異文化を理解しようとする姿勢が身についたと感じている。

今後の学習計画について
今回の留学研修で自分の英語力や異文化理解の大切さを実感した。今後は英語に触れる機会を増やし、日常的に学習を続けていきたい。また、海外の文化や価値観についても関心を持ち、広い視点で物事を考えられるよう努力していきたい。

研修参加を検討している学生へメッセージ
この研修では、語学だけでなく異文化や現地の生活を実際に体験することができ、とても貴重な経験になると思います。最初は不安もあるかもしれませんが、積極的に行動することで多くの学びや出会いを得ることができるので、ぜひ挑戦してみて

ほしいです。

海外短期研修報告書

記入日：2026 年　3 月　16 日

東京電機大学での情報	
研修名称	春季海外短期研修　　東京電機大学
研修種類	□□□□□□☑語学/PBL/文化体験　　□STEM/インターンシップ
研修期間	2026 年　2 月　14 日　～　2026 年　3 月　7 日

研修先情報	
研修先大学（機関）	クイーンズランド工科大学
国名	オーストラリア
使用言語	英語

研修準備	
事前語学学習方法	AI を使った英会話の練習 日常会話程度のフォーマットの学習 文法、単語の学習

準備で苦労したこと	必要な書類、確認事項、オンラインでの研修
他に必要な準備等	発音、アクセントの練習

研修に参加したきっかけ
留学を経験してみたかった。大学 3 年生というおそらく最後の機会にできて良かった。英語を使って生活がしてみたかった。
参加前の目標
ホストファミリーなど先生などと会話できるようになる。英語を使ったコミュニケーションをする。

設定した目標のために現地で努力したこととその結果
積極的にコミュニティやイベントに参加した。

現地到着後	
現地での出迎え	□□□□□□☑有　　□無 有→□□□□□☑学関係者　□□□□□☑ホストファミリー　□その他（　） 無→空港から滞在先までどのように移動しましたか？ □電車・地下鉄　　□バス・トラム　　□タクシー □その他（　）
オリエンテーションの有無／内容	□□□□□□□有　　□□□□□☑無 内容：研修前に zoom でのオリエンテーション
渡航後必要な手続き	
研修先の雰囲気	とても良い雰囲気だった。分からないことも聞けば快く答えてくれた。

研修について	
先生や学生に関して	先生も分からないことがあったら快く答えてくれた。

※インターンシップの場合は、指導担当者および現地スタッフ・学生についてご記入ください	生徒も積極的に英語を使ったコミュニケーションをしてくれた。
授業の難易度や充実度 ※インターンシップの場合は、業務の難易度や充実度についてご記入ください	授業は日本の中学でやった内容（現在完了形、過去形など）をやった。教科書で分からないところもあったけど、先生が丁寧に教えてくれた。
クラス分けや日本の他大学からの学生との関係など ※インターンシップの場合は、研修先/業務の割り振りや他大学の学生との関係についてご記入ください	特に問題なく、仲良く楽しく授業を受けられた。
大学の施設や周囲の環境などに関して ※インターンシップの場合は、研修先企業の環境についてもご記入ください	自然が多く気持ちの良いキャンパスだった。

生活について	
住居の種類	□寮（寮名）： □アパート　□□□□□□☑ホームステイ　□その他（　）
住居の場所	□キャンパス内　　□□□□□□☑キャンパス外 キャンパス（研修先）までの距離：13km □徒歩　□□□□□□☑バス　□□□□□□☑電車・地下鉄 □その他（　）で**約 50 分**
部屋の種類／同居人	□□□□□□☑1 人部屋　□2 人部屋　□その他（　） 同居人：□□□□□□有（　人）　□無 ホームステイの場合：自分以外の同居学生 □□□□□□☑有　　□無 家族構成　：□□□□□☑Host mother □□□□□□☑Host father 子供　□□□□□☑男の子（1 人）　□□□□□☑女の子（1 人） ペット　□有　□□□□□☑無　　有→□犬　□猫　□その他（　）
共有部分	□□□□□□☑バス　　□□□□□☑トイレ □□□□□□☑キッチン　□その他（　）

食事	□自炊　□寮食　□大学内学食　□外食　□□□□□☑ ホストの料理 □その他（　）
学生寮・ホームステイ先の印象	ホームステイ先はとても仲の良い家庭で、私達にもその輪に入れてくれた。
住居について注意	
生活費等支払い手段	□□□□□□☑現 金　□ クレジットカード □□□□□□☑デビットカード □海外専用プリペイドカード（キャッシュパスポート等） □その他（　） アドバイス：特になし
携帯電話	□購入した　☒購入しなかった　□SIM カードを購入 □□□□□□☑その他（ eSIM　）
現地での友人等との連絡手段	□□□□□□☑LINE　□Facebook □□□□□□☑WhatsApp　□E-mail □iMessage　□□□□□☑Instagram　□その他（　）
病気や怪我等での通院	□有　□□□□□☑無 有→□大学内のクリニック　□最寄りの医療機関 □その他（　）
医療関係の注意事項	

費用について（研修費用以外）			
項目	詳細	費用	支払方法
食費	観光で食べるもの	2 万円	□現金　□クレジットカード
日用品	スポーツ用品	1 万円	□現金　□クレジットカード
観光費用	アクティビティなど	2 万円	□現金　□クレジットカード
お土産代	お菓子など	2 万円	□現金　□クレジットカード
交通費	バス、電車、船	3000 円	□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
総額（概算）**※日本円で記入**		7 万 3000 円	

現地での生活面等について
私の家では基本的に朝昼夜食事がでていたのであまりお金を使わなかった。土日もホストファミリーが車を出してくれて一緒に過ごした。

研修を通して得たもの
今回の留学研修を通して得たものは、異なる文化の中で生活する経験と、自分から行動することの大切さである。現地では言語や生活習慣の違いに戸惑う場面もあったが、ホストファミリーや現地の人々と交流する中で、相手に伝えようとする姿勢が大切であると感じた。また、授業や日常生活を通して、日本とは異なる価値観や文化に触れることができ、物事を多様な視点から見る重要性を学んだ。この経験を通して、積極的に行動する力や異文化を理解しようとする姿勢が身についたと感じている。

今後の学習計画について
今回の留学研修で自分の英語力や異文化理解の大切さを実感した。今後は英語に触れる機会を増やし、日常的に学習を続けていきたい。また、海外の文化や価値観についても関心を持ち、広い視点で物事を考えられるよう努力していきたい。

研修参加を検討している学生へメッセージ
この研修では、語学だけでなく異文化や現地の生活を実際に体験することができ、とても貴重な経験になると思います。最初は不安もあるかもしれませんが、積極的に行動することで多くの学びや出会いを得ることができるので、ぜひ挑戦してみて

ほしいです。

海外短期研修報告書

記入日：2026 年 3 月　20 日

東京電機大学での情報	
研修名称	春季海外短期研修　　大学
研修種類	■語学/PBL/文化体験　　□STEM/インターンシップ
研修期間	2026 年　2 月　14 日　～ 2026 年 3 月　7 日

研修先情報	
研修先大学（機関）	クイーンズランド工科大学
国名	オーストラリア
使用言語	英語

研修準備	
事前語学学習方法	ネットで言語を学ぶ。
準備で苦労したこと	一つ目はお土産選び、二つ目は日常英会話の学習です。
他に必要な準備等	クレジットカードは大事です。それから、もし夏だったら虫除けも重要です。三つ目は日焼け止めと充電器の変換プラグです。それと、電源タップも忘れずに。

研修に参加したきっかけ
一つ目は、私がオーストラリアをとても好きだということ。二つ目は、英語の会話力を鍛えて、TOEIC と IELTS のスコアをより高めたいということです。
参加前の目標
外国人と簡単な日常会話ができるようになり、英語で学術発表を行う能力を向上させたいです。

設定した目標のために現地で努力したこととその結果
毎日、ホストファミリーや現地の友人と積極的に会話をし、間違いを恐れずに話すよう心がけました。また、大学の図書館で自主的に英語の論文を読み、学術的な表現をノートにまとめて暗記しました。さらに、現地の語学学校が主催するスピーチコンテストに参加し、発表練習を重ねました。 その結果、最初は簡単な日常会話しかできなかったのですが、研修の後半には自信を持って意見を伝えられるようになりました。TOEIC のスコアは 150 点上がり、IELTS も目標としていた 6.5 を達成することができました。学術発表についても、最終報告会では質疑応答を含めてすべて英語で行い、講師から高い評価をいただきました。

現地到着後	
現地での出迎え	□有　　□無 有→□大学関係者　□ホストファミリー　□その他（　） 無→空港から滞在先までどのように移動しましたか？ □電車・地下鉄　　□バス・トラム　　□タクシー □その他（　）
オリエンテーションの有無／内容	□有　　□無 内容：
渡航後必要な手続き	なし
研修先の雰囲気	研修先の雰囲気は本当に良かったです。先生方は親切だし、授業も活気があってすごく楽しかったです。それに、ホストファミリーのご両親はとても優しくて、三人の子どもたちともすごく仲良くさせてもらいました。

研修について	
先生や学生に関して ※インターンシップの場合は、指導担当者および現地スタッフ・学生についてご記入ください	先生は本当に素晴らしい方で、それまで私は英語の勉強がとても嫌いだったのですが、この先生に教わってから、英語を学ぶことが好きになりました。先生はコミュニケーション能力をとても重視していて、私たちとも友達のように接してくれました。 学生たちも非常に親切で、皆さんとても明るく社交的だったので、すぐに仲良くなることができました。
授業の難易度や充実度 ※インターンシップの場合は、業務の難易度や充実度についてご記入ください	授業の難易度は自分のレベルにぴったり合っていて、毎日の授業内容もすべて自分にちょうど良いものでした。
クラス分けや日本の他大学からの学生との関係など ※インターンシップの場合は、研修先/業務の割り振りや他大学の学生との関係についてご記入ください	他の日本の大学の学生たちとも非常に仲が良く、一緒に学園祭にも参加しました。

大学の施設や周囲の環境などに関して ※インターンシップの場合は、研修先企業の環境についてもご記入ください	学校のキャンパスはブリスベンの中心部からとても近く、専用のスクールバスが 2 つのキャンパス間を無料で運行しています。もう一方のキャンパスからは、ブリスベンのショッピングセンターであるクイーンストリートまで徒歩で行くことができます。

生活について	
住居の種類	□寮（寮名）： □アパート　■ホームステイ　□その他（　）
住居の場所	□キャンパス内　　■キャンパス外 キャンパス（研修先）までの距離： □徒歩　■バス　□電車・地下鉄　□その他（　）で**約　40 分**
部屋の種類／同居人	□１人部屋　□２人部屋　□その他（　） 同居人：□有（　人）　□無 ホームステイの場合：自分以外の同居学生　■有　　□無 家族構成：■Host mother　□Host father 子供　■男の子（　１人）　■女の子（　２人） ペット　■有　□無　　有→■犬　□猫　□その他（　）
共有部分	□バス　■トイレ　■キッチン　□その他（　）
食事	□自炊　□寮食　□大学内学食　■外食　■ホストの料理 □その他（　）
学生寮・ホームステイ先の印象	ホストファミリーの印象：子供たちはとても騒がしいですが、とても面白いです。ホストマザーはとても健康で運動好きな方です。家族全体の雰囲気はとても温かいです。
住居について注意	決まった時間に就寝すること、帰宅して食事をするかどうかは事前に伝えること。主に、自分が安全かどうかを家族に知らせるための連絡が必要です。
生活費等支払い手段	■現金　■クレジットカード　□デビットカード □海外専用プリペイドカード（キャッシュパスポート等） □その他（　） アドバイス：特になし
携帯電話	□購入した　☒購入しなかった　■SIM カードを購入 □その他（　）
現地での友人等との連絡手段	■LINE　□Facebook　□WhatsApp　□E-mail □iMessage　■Instagram　□その他（　）
病気や怪我等での通院	□有　　■無 有→□大学内のクリニック　□最寄りの医療機関 □その他（　）
医療関係の注意事項	

費用について（研修費用以外）			
項目	詳細	費用	支払方法
食費		100000	☐現金　☐クレジットカード
日用品	なし	0	☐現金　☐クレジットカード
観光費用	シドニー旅行	100000	☐現金　☐クレジットカード
お土産代	色々な服とか、カンガルー製品とか	150000	☐現金　☐クレジットカード
交通費	バス、タクシー	30000	☐現金　☐クレジットカード
			☐現金　☐クレジットカード
			☐現金　☐クレジットカード
			☐現金　☐クレジットカード
総額（概算）**※日本円で記入**			

現地での生活面等について
現地での生活はとても快適でした。ホストファミリーは温かく、生活面でのルールも守りやすかったです。学校の立地も良く、通学や買い物も便利で、全体的に安心して過ごすことができました。

研修を通して得たもの
一つ目は、英語力の向上です。特に、日常会話のリスニング力とスピーキング力が飛躍的に伸びました。以前は外国人と話すことに抵抗がありましたが、今では簡単な日常会話を自信を持って行えるようになりました。 二つ目は、異文化に対する理解と適応力です。ホストファミリーと一緒に生活し、現地の習慣や価値観に触れることで、多様な文化を受け入れる柔軟な姿勢が身につきました。 三つ目は、自分自身の成長です。初めての海外生活で戸惑うこともありましたが、自分で考えて行動する力や、積極的にコミュニケーションを取る大切さを学びました。 これらの経験は、今後の学びやキャリアにおいても必ず活かしていけると確信しています。

今後の学習計画について
今後の学習計画としては、まず TOEIC と IELTS のスコアアップを継続して目指します。毎日のリスニングや音読を習慣化し、基礎力を定着させます。また、専門分野に関する英語の論文を読むことで、学術的な英語力も強化していきます。さらに、オンライン英会話などを通してアウトプットの機会を積極的に作り、実践的なコミュニケーション能力を高めていきたいと考えています。

研修参加を検討している学生へメッセージ
迷っているなら、ぜひ参加してみてください。最初は不安もあるかもしれませんが、現地の先生や学生、ホストファミリーはみんな温かく迎えてくれます。私はこの研修で、英語を話す楽しさを知り、自信を持つことができました。この経験はきっと、皆さんの未来に大きな力になるはずです。

海外短期研修報告書

記入日：2026 年　　3 月　　12 日

東京電機大学での情報	
研修名称	春季海外短期研修　クイーンズランド工科大学
研修種類	☒語学/PBL/文化体験　　□STEM/インターンシップ
研修期間	2026 年　　2 月　　14 日　～ 2026 年　　3 月　　7 日

研修先情報	
研修先大学（機関）	クイーンズランド工科大学
国名	オーストラリア
使用言語	英語

研修準備	
事前語学学習方法	単語確認 アプリ学習 簡単な英会話レッスン
準備で苦労したこと	荷物を 20 ㎏に抑えること
他に必要な準備等	パスポート、ETA、SIM カード、クレカ

研修に参加したきっかけ
中学生のころに行く予定だった海外研修がコロナでなくなったため、大学生になったら行こうと決めていた。
参加前の目標
海外の友達を作る。 コミュニケーションを積極的にとる。
設定した目標のために現地で努力したこととその結果
クラスや大学内で行われたパーティー、野外活動で色々な人に話しかけ、SNS を交換した。その結果、友達を何人か作ることが出来た。

現地到着後	
現地での出迎え	☒有　　□無 有→□大学関係者　☒ホストファミリー　□その他（　） 無→空港から滞在先までどのように移動しましたか？ □電車・地下鉄　　□バス・トラム　　□タクシー □その他（　）
オリエンテーションの有無／内容	☒有　　□無 内容：ZOOM 内でプレースメントテスト、授業内容の説明
渡航後必要な手続き	SIM の設定
研修先の雰囲気	日本人が多い フレンドリーな人が多い

研修について	
先生や学生に関して ※インターンシップの場合は、指導担当者および現地スタッフ・学生についてご記入ください	にぎやかでみんなフレンドリー
授業の難易度や充実度 ※インターンシップの場合は、業務の難易度や充実度についてご記入ください	少し簡単め 日常で使える知識も多かった
クラス分けや日本の他大学からの学生との関係など ※インターンシップの場合は、研修先/業務の割り振りや他大学の学生との関係についてご記入ください	日本の生徒多め、各大学 2，3 人程度
大学の施設や周囲の環境などに関して ※インターンシップの場合は、研修先企業の環境についてもご記入ください	自然が多めでキャンパスが広い。シャトルバスでシティにすぐ行ける。

生活について	
住居の種類	□寮（寮名）: □アパート　☒ホームステイ　□その他（　）
住居の場所	□キャンパス内　　☒キャンパス外 キャンパス（研修先）までの距離： □徒歩　☒バス　□電車・地下鉄　□その他（　）で**約 30 分**
部屋の種類／同居人	☒１人部屋　□２人部屋　□その他（　） 同居人：□有（　人）　☒無 ホームステイの場合：自分以外の同居学生　☒有　　□無 家族構成：☒Host mother　□Host father 子供　□男の子（　人）　□女の子（　人） ペット　□有　☒無　　有→□犬　□猫　□その他（　）
共有部分	☒バス　☒トイレ　□キッチン　□その他（　）
食事	□自炊　□寮食　□大学内学食　☒外食　☒ホストの料理 □その他（　）
学生寮・ホームステイ先の印象	開放的な空間
住居について注意	蟻がすぐ出る
生活費等支払い手段	☒現金　☒クレジットカード　□デビットカード □海外専用プリペイドカード（キャッシュパスポート等） □その他（　） アドバイス：特になし
携帯電話	□購入した　☒購入しなかった　□SIM カードを購入 □その他（　）
現地での友人等との連絡手段	□LINE　□Facebook　□WhatsApp　□E-mail □iMessage　☒Instagram　　□その他（　）
病気や怪我等での通院	□有　　☒無 有→□大学内のクリニック　□最寄りの医療機関 □その他（　）
医療関係の注意事項	

費用について（研修費用以外）			
項目	詳細	費用	支払方法
食費	外食	2 万	□現金　☒クレジットカード
日用品			□現金　☒クレジットカード
観光費用	動物園、遊園地	3 万	□現金　☒クレジットカード
お土産代		1 万	☒現金　□クレジットカード
交通費			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
総額（概算）**※日本円で記入**		6 万	

現地での生活面等について
基本バス移動。基本的に時間通りには来ない。

研修を通して得たもの
現地では、知らない人とコミュニケーションをすることに対して何も抵抗がなく、話しかけても快く対応してくれる人がほとんどだった。ホストマザーとたくさん会話をしたので、リスニング能力が上がった。

今後の学習計画について
TOEIC に向けた勉強、英会話

研修参加を検討している学生へメッセージ
迷っている時点で行くべきだと思う。英語力が無くて心配でも、行ってみたら何とかなるし、英語を上達させたいという思いがあれば問題ない。間違いなく自分の人生の中で貴重な経験になったし、これからの選択肢の幅も広がると思う。

海外短期研修報告書

記入日：2026 年　　3 月　　18 日

東京電機大学での情報	
研修名称	春季海外短期研修　　クイーンズランド工科大学
研修種類	☒語学/PBL/文化体験　　□STEM/インターンシップ
研修期間	2026 年　　2 月　　14 日　～　　2026 年　　3 月　　7 日

研修先情報	
研修先大学（機関）	クイーンズランド工科大学
国名	オーストラリア
使用言語	英語

研修準備	
事前語学学習方法	スターディサプリ 参考書 サバイバル英語
準備で苦労したこと	書類準備 荷物のパッキング
他に必要な準備等	特になし

研修に参加したきっかけ
海外の現地の人と交流する機会を作り多文化について理解を深めたかったから
参加前の目標
英語力をあげる 現地の人と交流する

設定した目標のために現地で努力したこととその結果
事前に英語の勉強をした。 オーストラリアはどんな国でどのような生活をするのかを勉強した

現地到着後	
現地での出迎え	☒有　　□無 有→□大学関係者　☒ホストファミリー　□その他（　） 無→空港から滞在先までどのように移動しましたか？ □電車・地下鉄　　□バス・トラム　　□タクシー □その他（　）
オリエンテーションの有無／内容	☒有　　□無 内容：
渡航後必要な手続き	入国カードの記入
研修先の雰囲気	日本に比べて自然が多いだけでなく観光地もかなり 多く留学先や旅行先には適した環境でした。

研修について	
先生や学生に関して ※インターンシップの場合は、指導担当者および現地スタッフ・学生についてご記入ください	フレンドリーですごく話しやすく英語で分からないことがあったらどんな時もわかりやすく優しく教えてくれます。
授業の難易度や充実度 ※インターンシップの場合は、業務の難易度や充実度についてご記入ください	丁度いいくらいの難易度でした。
クラス分けや日本の他大学からの学生との関係など ※インターンシップの場合は、研修先/業務の割り振りや他大学の学生との関係についてご記入ください	現地の人たちや他の大学の人たちと交流する機会が たくさんあったので色々な人と仲良くなれました。
大学の施設や周囲の	コーヒーショップやコンビニなど生活にかかせないものが

環境などに関して ※インターンシップの場合は、研修先企業の環境についてもご記入ください	しっかりとあり凄く過ごしやすい環境でした。

生活について	
住居の種類	□寮（寮名）： □アパート　☒ホームステイ　□その他（　）
住居の場所	□キャンパス内　　□キャンパス外 キャンパス（研修先）までの距離： □徒歩　☒バス　□電車・地下鉄　□その他（　）で**約　分**
部屋の種類／同居人	□１人部屋　□２人部屋　□その他（　４人部屋） 同居人：□有（　人）　☒無 ホームステイの場合：自分以外の同居学生　☒有　　□無 家族構成：☒Host mother　□Host father 子供　□男の子（　人）　□女の子（　人） ペット　□有　☒無　　有→□犬　□猫　□その他（　）
共有部分	☒バス　☒トイレ　☒キッチン　□その他（　）
食事	□自炊　□寮食　□大学内学食　☒外食　☒ホストの料理 □その他（　）
学生寮・ホームステイ先の印象	すごく優しく料理もおいしく学校帰りにどのような事をしてきたのかをしっかりと聞いてくれる優しい印象でした。
住居について注意	
生活費等支払い手段	☒現金　☒クレジットカード　□デビットカード □海外専用プリペイドカード（キャッシュパスポート等） □その他（　） アドバイス：特になし
携帯電話	□購入した　☒購入しなかった　☒SIM カードを購入 □その他（　）
現地での友人等との連絡手段	☒LINE　□Facebook　□WhatsApp　□E-mail □iMessage　☒Instagram　　□その他（　）
病気や怪我等での通院	□有　　☒無 有→□大学内のクリニック　□最寄りの医療機関 □その他（　）
医療関係の注意事項	

費用について（研修費用以外）			
項目	詳細	費用	支払方法
食費	食事	3 万	☒現金　☒クレジットカード
日用品	歯磨き粉	1 万	□現金　☒クレジットカード
観光費用	動物園、水族館	5~6 万	☒現金　☒クレジットカード
お土産代	チョコ、キーホルダー	3 万	□現金　☒クレジットカード
交通費	バス	1~2 万	□現金　☒クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
			□現金　□クレジットカード
総額（概算）**※日本円で記入**		15 万	

現地での生活面等について
日本に比べてカフェなどのお店は比較的早めにしまる

研修を通して得たもの
英語力 異文化理解の機会 友人

今後の学習計画について
この研修で学んだ事を今後、社会に出たときに応用できるようにしていきたいです

研修参加を検討している学生へメッセージ
海外は日本とは違うので最初は慣れない部分は多いと思いますが、過ごしていくうちに慣れていきますし、日本よりもフレンドリーで関わりやすいので積極的に友人や仲のいい人を作ることを勧めます。私生活は少し大変でしたがすごく唯意義のある物となりました。