



立正大学国際交流センター主催
2026年度

夏期研修（海外） 募集要項

問い合わせ先 品川国際交流課 ☎ 03-3492-0377 ✉ oinet@ris.ac.jp
熊谷国際交流課 ☎ 048-536-6011 ✉ kint@ris.ac.jp

夏期研修 参加決定までの流れ

3月

①研修を選ぶ

各研修紹介ページを参考に、参加する研修を選びます。

4月

②申し込み

ポータルサイトより申込書をダウンロードし、
入力の上提出してください。

提出先：<https://forms.office.com/r/TzupH9I3KS>

申込期間：4月23日（木）～

4月28日（火）14：00厳守

※個人企画型への応募に必要な推薦書は、
4月28日（火）14：00までに、所属キャンパスの
国際交流センターへ提出（窓口またはメール）いた
だくよう先生に依頼してください。

5月

③学内面接

現地派遣型のプログラムにつきましては、学内面接を
行います。申込時に面接可能な日時を回答してくだ
さい。

申込内容を確認後、**4月30日（木）**にポータルサイト
のお知らせ「学生生活」にて面接日時をご連絡します。

◆面接について

日程：5月8日（金）、5月11日（月）、
5月12日（火）、5月13日（水）

（詳細な日時は申込フォームにてご確認ください）

実施方法：オンライン（Teamsにて実施予定）

④選考

提出された書類と面接結果をもとに選考を行います。
選考結果は、ポータルサイトで通知します。

⑤参加決定

参加決定後は、大学の行うオリエンテーションへの参
加や期日までに書類を提出すること、指定された研修
報告書の作成などが義務となります。

プログラム一覧

実施形態	研修名		期間
現 地 派 遣	語学研修	①カンタベリークライストチャーチ大学（イギリス）	3週間
	語学研修	②カルガリー大学（カナダ）	4週間
	文化研修	③東国大学校（韓国）	2週間
	海外ボランティア	④海外ボランティア（フィリピン・マレーシア）	8～10日間
	海外インターンシップ	⑤海外インターンシップ（フィリピン・セブ島）	12日間
	個人企画型	⑥個人企画型	2～6週間

※1 渡航費は、参加費に含まれません。

※2 参加費はレートによって変動する可能性があります。

※3 奨学金は給付型です。返還の必要はありません。

※4 大学の指定する日時に出国・帰国をします。滞在期間の延長は一切認めません。

※5 学部1年生の応募は可能ですが、合格した場合、夏期研修参加に向けた諸手続きと大学の授業を同時並行して行う必要があります。そのことを留意したうえでご応募ください。

①【語学研修】

カンタベリークライストチャーチ 大学（イギリス）

Canterbury Christ Church University



こんな学生にオススメ！

- 英語圏で語学を集中的に学びたい！
- 他の立正大学の学生と参加したい！

実施形態	現地派遣	期間	8月15日（土）～ 9月7日（月） （約3週間）
語学条件	なし	語学レベル	初中級～
費用	約710,000円	研修費	約470,000円
		往復渡航費	約240,000円 ※国内空港使用料・空港サービス使用料・各種追加料金・ 燃油サーチャージ含む
奨学金 （給付型）	250,000円	募集人数	最大12名 （最少催行人員：10名）
対象	本学に所属する 学部1年生～4年生 （休学中の学生を除く）	単位付与	学部による

研修費に含まれる費用（予定）

現地研修費、現地宿泊費（ホームステイ）、食費（1日2食）、空港⇄滞
在先送迎費（往復）、現地旅行保険料、研修手続き・サポート料

研修費以外にかかる費用（予定）

往復渡航費（国内空港使用料・空港サービス使用料・各種追加料金・燃油
サーチャージ含む）、海外旅行傷害保険料、査証（ビザ）申請費用、旅券
（パスポート）印紙代、個人的諸経費（条件に含まれない食費および自由行
動中の食費、電話代、お小遣い等）、超過手荷物運搬料、研修日程以外に伴
う費用、滞在先から研修先までの通学費

※1 参加費はレートによって変動する可能性があります。

※2 費用内訳は現時点での予定です。

今後の状況によっては、変更や追加費用が発生する場合があります。

※3 大学の指定する日時に出国・帰国をします。滞在期間の延長は一切認めません。

①【語学研修】

カンタベリークライストチャーチ大学（イギリス）

授業について

		月	火	水	木	金
時間割	AM	学内選考終了後、参加者へ通知予定				
	PM					
特徴	<ul style="list-style-type: none">・研修初日にテストを受け、レベル分けされたクラスで授業を受講します。・授業は、1週間に21時間（午前授業15時間、午後授業6時間）実施されます。 <p>○授業では英語の正確性と流暢さの両方を養います。効果的なコミュニケーションに焦点を当て、話す・聞く・読む・書くのスキルを伸ばすと同時に、文法・語彙・発音を向上させます。様々な状況で積極的に英語を使うことに重点が置かれています。</p> <ul style="list-style-type: none">・滞在中は平日に語学の授業があり、授業時間外や週末には、イギリスの文化を体験できる様々な課外活動（オプション）が実施されます。					
注意事項	<ul style="list-style-type: none">・大学の指定する日時に出国・帰国をします。滞在期間の延長は一切認めません。・<u>キャンセルや辞退は原則受け付けません。</u> <u>辞退する場合は、キャンセル料が発生する可能性があります。</u>・パスポートを持っていない学生はできるだけ早く申請してください（申請方法については外務省のホームページを参照）。持っている学生は2026年12月末頃（パスポート残存有効期間：入国時3ヶ月+滞在日数以上必要）までパスポートの期限が有効であるかどうか確認してください。条件を満たしていない場合は、パスポートの更新が必要となります。					

②【語学研修】 カルガリー大学（カナダ）

University of Calgary



こんな学生にオススメ！

- 英語圏で語学を集中的に学びたい！
- 他の立正大学の学生と参加したい！

実施形態	現地派遣	期間	8月1日（土）～ 8月30日（日） （約4週間）
語学条件	なし	語学レベル	初中級～
費用	約890,000円	研修費	約470,000円
		往復渡航費	約420,000円 ※国内空港使用料・空港サービス使用料・各種追加料金・ 燃油サーチャージ含む
奨学金 （給付型）	250,000円	募集人数	最大12名
対象	本学に所属する 学部1年生～4年生 （休学中の学生を除く）	単位付与	学部による

研修費に含まれる費用（予定）

現地研修費、現地宿泊費（ホームステイ）、食費（1日3食）、空港⇄滞在先送迎費（往復）、現地旅行保険料、研修手続き・サポート料

研修費以外にかかる費用（予定）

往復渡航費（国内空港使用料・空港サービス使用料・各種追加料金・燃油サーチャージ含む）、海外旅行傷害保険料、査証（ビザ）申請費用、旅券（パスポート）印紙代、個人的諸経費（条件に含まれない食費および自由行動中の食費、電話代、お小遣い等）、超過手荷物運搬料、研修日程以外に伴う費用、滞在先から研修先までの通学費

※1 参加費はレートによって変動する可能性があります。

※2 費用内訳は現時点での予定です。

今後の状況によっては、変更や追加費用が発生する場合があります。

※3 大学の指定する日時に出国・帰国をします。滞在期間の延長は一切認めません。

②【語学研修】

カルガリー大学（カナダ）

授業について

		月	火	水	木	金
時間割	AM	ESL	ESL	ESL	ESL	Optional Activity Program
	PM	Pronunciation	Literature Circle	Pronunciation	Literature Circle	
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・事前にオンラインでプレイスメントテストを受け、レベル分けされたクラスで授業を受講します。 ・授業は、4週間で約100時間実施されます。 <p>◆総合英語クラス（ESL） 講義、参加型の学習、会話やリスニングの練習、またペア、グループ、クラス全体での討論などを通してコミュニケーションに重点をおいた英語を学びます。</p> <p>◆Literature Circle 課題本をクラスで読む事によって分析的思考、語彙、スピーキングやディスカッション力を伸ばしていきます。</p> <p>◆Pronunciation 母音、子音、音節のアクセント、言葉のアクセント、短縮、リズム、抑揚などの上達を図ります。</p>					
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・大学の指定する日時に出国・帰国をします。滞在期間の延長は一切認めません。 ・<u>キャンセルや辞退は原則受け付けません。</u> <u>辞退する場合は、キャンセル料が発生する可能性があります。</u> ・パスポートを持っていない学生はできるだけ早く申請してください（申請方法については外務省のホームページを参照）。持っている学生は2026年12月末頃（パスポート残存有効期間：入国時3ヶ月+滞在日数以上必要）までパスポートの期限が有効であるかどうか確認してください。条件を満たしていない場合は、パスポートの更新が必要となります。 					

③【文化研修】 東国大学校（韓国）

동국대학교

こんな学生にオススメ！

- グルメやファッション文化を体験したい！
- 現地の学生と交流をしたい！



実施形態	現地派遣	期間	8月2日（日）～ 8月15日（土） （約2週間）
語学条件	<u>基礎的なハングル （子音と母音）の 読み書きができること</u>	語学レベル	入門・初級・中級
参加費	約140,000円 ＋ 往復渡航費	研修費	約140,000円 （1,300,000ウォン）
		往復渡航費	約150,000円 ※国内空港使用料・空港サービス使用料・ 各種追加料金・燃油サーチャージ含む
奨学金 （給付型）	80,000円	募集人数	最大12名
対象	本学に所属する 学部1年生～4年生 （休学中の学生を除く）	単位付与	なし

参加費に含まれる費用

宿泊費(寝具費込み)、授業料、教材費、文化体験プログラム参加費、
空港出迎費

参加費以外にかかる費用（予定）

往復渡航費、燃油サーチャージ・税金、空港税、現地空港税類、国際観光旅客税、海外旅行傷害保険料、自宅～空港間の往復交通費、現地交通費、個人的諸経費（食費、電話代、お小遣い等）、研修日程以外に伴う費用、超過手荷物運搬料（超過した場合）、旅券（パスポート）印紙代（パスポート未取得者）、金浦空港～大学周辺のリムジンバス代（8月2日の指定フライトスケジュールで入国できない場合に発生）

※1 参加費はレートによって変動する可能性があります。

※2 募集人数や費用内訳は現時点での予定です。

今後の状況によっては、変更や追加費用が発生する場合があります。

※3 大学の指定する日時に出国・帰国をします。滞在期間の延長は一切認めません。

③【文化研修】 東国大学校（韓国）

授業について

時間割 *昨年度実績	1週目	8/3(月)	8/4(火)	8/5(水)	8/6(木)	8/7(金)
	午前	オリエンテーション ★歓迎ランチ	韓国語(3H)	韓国語(3H)	韓国語(3H)	★ロッテ ワールド ★Buddyとの 交流
	午後	韓国語(2H) ★Buddy紹介	★広蔵市場 ★Buddyとの 交流	K-POPダンス	テーマ講義①	
	夕方	★NANTA 公演観覧	-	-	-	
	2週目	8/10(月)	8/11(火)	8/12(水)	8/13(木)	8/14(金)
	午前	韓国語(3H)	韓国語(3H)	韓国語(3H)	韓国語(3H)	韓国語(2H) 修了式
午後	★All That K Festa (Buddy交流活動)	★漢江遊覧船 ★Buddyとの 交流	★Buddyとの 交流	テーマ講義②	-	
特徴 *昨年度実績	<p>◆韓国文化や産業分野の専門家によるテーマ講義（予定）</p> <p>①K-POPと韓国の音楽番組 ②キーワードでわかるK-FOODトレンド</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グルメやファッションの発信地・ソウルにある東国大学校で、韓国語と韓国文化を学びます。 ・韓国語は、レベル別のクラスで授業を行います(1クラス15名程度)。 ・東国大学校の在籍学生で構成されたDongguk Buddyとの交流活動があります（★印の活動には、Dongguk Buddyも参加予定です）。 ・2人部屋の学生寮に滞在します。 					
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・大学の指定する日時に出国・帰国をします。 滞在期間の延長は一切認めません。 ・本学の参加者は、全員が同じフライトスケジュール（羽田空港⇄金浦空港の予定）で渡航します。 ・8月2日の指定フライトスケジュールで入国できない場合は、別途、金浦空港～大学周辺のリムジンバス代が発生します。 ・パスポートの残存期間が「3ヶ月以上」である必要があります。残存期間が足りない学生は、早めのパスポート更新手続きが必要です。 ・パスポートを持っていない学生は、できるだけ早く申請してください。申請方法については外務省のホームページをご参照ください。 ・授業は韓国語で行われ、本学以外の学生も参加します。 ・基礎的なハングル（子音と母音）の読み書きができる必要があります。 ・本研修は、日本人学生対象のプログラムです。 					

④【海外ボランティア】 海外ボランティア 実施：CFFジャパン

こんな学生にオススメ！

- 海外で英語を使って活動したい！
- 現地でのリアルな生活を知りたい！



実施形態	現地派遣	期間	8月3日（月）～ 9月20日（日） の間の8～10日間 ※2、3日前後する可能性あり
語学条件	なし	語学レベル	日常会話が できるレベル
参加費	約148,000円 ＋ 往復渡航費・海外旅行保 険料	研修費	約148,000円
		往復渡航費	自己負担（各自で予約） 注意事項参照のこと
奨学金 （給付型）	最大80,000円 （プログラム・期間による）	募集人数	最大4名
対象	本学に所属する 学部1年生～4年生 （休学中の学生を除く）	単位付与	なし

参加費に含まれる費用（予定）

現地滞在時の費用（プログラム期間中の宿泊費、食費、現地交通費、建築材購入費、プログラム費等）、申込金

参加費以外にかかる費用（予定）

往復渡航費、燃油サーチャージ・税金、空港税、現地空港税類、国際観光旅客税、海外旅行傷害保険料、査証（ビザ）申請費用（必要な場合）、旅券（パスポート）印紙代、個人的諸経費（条件に含まれない食費および自由行動中の食費、電話代、お小遣い等）、超過手荷物運搬料、研修日程以外に伴う費用、現地空港から集合場所までの交通費

※1 参加費はレートによって変動する可能性があります。

※2 費用は現時点での予定です。今後の状況によっては、変更や追加費用が発生する場合があります。

※3 渡航先や参加するプログラムにより、参加費に含まれる費用・含まれない費用が異なります。詳細は、各プログラムのHPをご確認ください。

※4 大学の指定する日時に出国・帰国をします。滞在期間の延長は一切認めません。

④【海外ボランティア】 海外ボランティア

ボランティア活動について

<p>渡航先 活動内容</p>	<p>①フィリピン（ルソン島パンガシナン州）・スタディこどもキャンプ ②マレーシア（ボルネオ島）・ワークキャンプ ③マレーシア・スタディツアー</p>
<p>※本プログラム実施団体：CFFジャパン ※申込希望者は、CFFジャパンのホームページ (https://cffjapan.org/program)でプログラム概要を確認すること。 ※次ページのスケジュールも確認すること。</p>	
<p>プログラム 開始日</p>	<p>①フィリピン（ルソン島パンガシナン州）・スタディこどもキャンプ ・8月3日（月）～8月11日（火）</p> <p>②マレーシア（ボルネオ島）・ワークキャンプ ・8月9日（日）～8月18日（火） ・8月28日（金）～9月6日（日）</p> <p>③マレーシア・スタディツアー ・9月13日（日）～9月20日（日）</p> <p>※申し込みの際は、上記日程より選択して申込書に記入してください。 ※2、3日前後する可能性があります。4月上旬に確定する予定です。</p>
<p>特徴</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・海外で社会に役立つ活動ができます。 ・ボランティアを通して、現地の文化を学ぶことができます。 ・自分で考え、行動する力が向上します。 ・現地集合、現地解散 ・プログラムリーダーと同じ便にのって渡航することもできます。 ・①フィリピンのプログラムは、立正大学の学生がリーダーを務めます！
<p>注意 事項</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・大学の指定する日時に出国・帰国をします。 滞在期間の延長は一切認めません。 ・参加決定後は、プログラム実施団体のCFFとのやり取りや航空券の手配等、各自で手続き・準備を進めていただきます。 決められた期限に間に合うよう、余裕を持った行動を心がけてください。 ・海外ボランティアは個人での渡航となります。 ・CFFジャパンでは、上記3プログラムの他にも様々なプログラムを実施しておりますが、2026年度夏期については、上記3プログラム以外に参加の場合、奨学金は支給されません。 ・CFFジャパンが指定する海外旅行保険に加入していただきます。

④【海外ボランティア】

海外ボランティア フィリピン①・マレーシア②

①		スタディこどもキャンプ フィリピン・ルソン島 パンガシナン州
スケジュール (イメージ)	出発前	事前研修(全2回) 参加者の顔合わせ、「フィリピンについて」「子ども」「ボランティア」などについての話し合いをします。
	1日目	マニラのホテルに集合 (リーダーと同じ便でも渡航できます。立正大学の学生がリーダーを務めます！)
	スタディツアー 開始!	貧困地域や福祉施設等、現地の現状を見て学びます。
	交流	子どもたちと遊んだり、お互いのことを紹介します
	ワークキャンプ 開始!	子どもたちと仲間と話し合いながら、自分たちの活動を創り上げていきます。
	シェアリング	毎晩、参加者同士でその日のテーマに沿った話をする時間を持ちます。
	全員で お披露目!	みんなで創り上げたものをみんなにお披露目。どんな時間になるかはみんなのアイディア次第☆
	7日目	帰国 (リーダーと同じ便でも帰れます。立正大学の学生がリーダーを務めます！)

②		ワークキャンプ マレーシア・ボルネオ島 サバ州 「子どもの家」
スケジュール (イメージ)	出発前	事前研修(全2回) 参加者どうしの顔合わせ、「マレーシアについて」「子ども」「ボランティア」などについての話し合いをします。
	1日目	午後、マレーシア・コタキナバルのホテルに集合 (リーダーと同じ便でも渡航できます)
	ミニ スタディツアー	貧困地域やごみ集積場で生活する人々、戦争記念碑等を訪問し現地のことを学びます。
	子どもの家に 到着	マレーシアの青年(現地キャンパー)と初対面!
	ワーク	現地キャンパーとともにワーク。参加者自らが考え、体を動かします。みんなで協力する建設作業が中心です。
	セミナー	戦争と平和、自分自身、社会などについてセミナーを行います。
	10日目	帰国 (リーダーと同じ便でも帰れます)

④【海外ボランティア】 海外ボランティア マレーシア③

③	スタディツアー マレーシア・ボルネオ島 サバ州、またその周辺地域	
スケジュール (イメージ)	出発前	事前研修(全2回) 参加者どうしの顔合わせ、「マレーシアについて」「子ども」「ボランティア」などについての話し合いをします。
	1日目	午後、マレーシア・コタキナバルのホテルに集合 (リーダーと同じ便でも渡航できます)
	スタディツアー 開始!	貧困地域や福祉施設、戦争記念碑等、毎日違う訪問地を訪れ現地のことを学びます。
	ホームビジット	ホームビジット(現地家庭に宿泊、生活の体験と交流のプログラム)では、いくつかのグループに分かれて、現地の人々の家庭に2回滞在します。
	交流	現地の子供たちと遊んだり、村の人々と交流します。
	シェアリング	毎晩、参加者同士でその日のテーマに沿った話をする時間を持ちます。
	8日目	帰国 (リーダーと同じ便でも帰れます)

⑤【海外インターンシップ】 海外インターンシップ (フィリピン・セブ島)

こんな学生にオススメ！

- 就職に有利なガクチカを作りたい！
- 留学したいけど、英語学習+αがほしい！
- 留学費用を抑えたい！



実施形態	現地派遣	期間	8月9日(日)～ 8月20日(木) (12日間)
語学条件	なし	語学レベル	初級～
参加費	347,800円	研修費	217,800円
		往復渡航費	約130,000円
奨学金 (給付型)	100,000円	募集人数	6名
対象	本学に所属する 学部1年生～4年生 および大学院生 (休学中の学生を除く)	単位付与	なし

参加費に含まれる費用(予定)

宿泊費(11泊12日分)、レッスン費用(講師代)、教材費用、アクティビティ代、航空運賃、空港税、空港使用料、燃油サーチャージ、空港アシスト代

参加費以外にかかる費用(予定)

食費、海外旅行傷害保険料、査証(ビザ)申請費用(日本国籍以外の場合)、自宅～空港間の往復交通費、現地交通費(通学費及び通勤費)、旅券(パスポート)印紙代、個人的諸経費(電話代、お小遣い等)

※ 費用内訳は現時点での予定です。今後の状況によっては、変更や追加費用が発生する場合があります。

※ 大学の指定する日時に出国・帰国をします。滞在期間の延長は一切認めません。

⑤ 【海外インターンシップ】

海外インターンシップ（フィリピン・セブ島）

スケジュール (イメージ)	Day 0	現地到着
	Day 1	アイランドホッピング ローカルマーケット巡り
	Day 2	英語レッスン NPO視察
	Day 3	スラム訪問
	Day 4	事業開発プログラムキックオフ
	Day 5	ファーストピッチ
	Day 6	グループワーク 教会訪問
	Day 7	起業家中間フィードバック
	Day 8	最終ピッチ練習
	Day 9	事業立案ピッチ本番 最優秀賞発表
	Day 10	セブ島観光ツアー
Day 11	帰国	
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・ 語学力不問 ・ 海外での起業を体験 ・ 起業家講演 ・ ワークショップ自己分析 ・ 英語レッスン ・ 観光 <p>【参考】 起業体験型インターンシップinセブ島HP https://u-gaku.jp/country-philippine/intern/</p>	
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・ スケジュール内容が変更になる場合があります。 ・ 大学の指定する日時に出国・帰国をします。 滞在期間の延長は一切認めません。 	

⑥【個人企画型】 個人企画型

こんな学生にオススメ！

- 自分で独自に研修を企画したい！



実施形態	現地派遣	期間	7月25日（土）～ 9月25日（金） の間の2～6週間
語学条件	現地で研修を行うのに 必要や語学力	語学レベル	企画による
参加費	企画内容により 異なる参加費 ＋ 往復渡航費	研修費	企画内容による
		往復渡航費	渡航先による （各自で予約）
奨学金 （給付型）	最大250,000円 ※金額は研修地域、内容、 期間等を考慮して決定。	募集人数	最大2名
対象	本学に所属する 学部1年生～4年生 および大学院生 （休学中の学生を除く）	単位付与	なし

過去の事例

- ・ 発展途上国と先進国の保育の比較調査（カナダ）
- ・ チェコと日本のビール消費量の調査（社会心理学の視点から）（チェコ）
- ・ ロシア語語学学校のプログラム参加（ラトビア）
- ・ 心理士やカウンセリング制度の調査（ドイツ、イギリス）
- ・ 作家Sarah Orne Jewettとその作品に対する調査（アメリカ）

特徴 ・ 注意事項	<p>研修の計画、航空券や宿泊施設の手配等、すべて学生自身で行います。下記条件を満たす有意義な活動や、学習・調査・研究を自主的に実施する計画が対象となります。</p> <p>①研修の企画、航空券の手配や宿泊施設の手配等、すべての渡航準備を学生自身で行うこと。</p> <p>②研修計画が安全であること。（<u>計画に不備がある場合、修正していただきます</u>）。</p> <p>③「海外個人研修（個人企画型）における安全の指針」を遵守すること。※次ページ参照</p>
-----------------	--

⑥ 【個人企画型】 個人企画型

【海外個人研修生(個人企画型)における安全についての指針】

本指針は、本学の学生が、海外個人研修制度による海外研修過程で、犯罪の被害に遭うこともなく、健康を損ねることもなく、また精神的被害を受けることもなく有意義な海外研修を享受できるように、十分に配慮すべき事項について説明している。海外研修の計画書を作成する際、下記の注意事項を遵守すること。

1. 訪問する国は、外務省のホームページで渡航制限が出ていない国であり、外務省の海外安全情報の危険レベルがⅠ以下の国であること。また、外務省海外旅行登録システム「たびレジ」に事前に登録すること。
2. 訪問国が安全な国であったとしても、危険な地域があるので、そのような危険地域には単独で行かないこと。あるいは必ず地元の人の案内をつけること。見知らぬ人の案内には頼らないこと。
3. 宿泊の予約は事前に行っておくこと。宿泊施設は安全なところであること。ホテルも犯罪者グループに狙われている場所である。
4. 空港に夜中に到着する便を選ばないこと。
5. マリファナが合法の地域でも、日本国民が使用した場合、日本の大麻取締法により処罰の対象となる。決して使用しないこと。
6. 健康に配慮したスケジュールであること。ハードなスケジュールは、健康上、問題を引き起こす可能性があるばかりでなく、精神的にも追い詰められ、事故に結びつく可能性を高くする。
7. 費用をあまり切り詰めた研修にしないこと。費用を切り詰めるとどうしても危険なものとなるので、奨学金を含めて自分が用意する資金と実際に必要な費用とのバランスに配慮し、安全性には特に注意を払った計画を立てること。
8. スケジュールは具体的に決め、大学にも家族にも宿泊場所などをきちんと知らせて、いつでも連絡がとれるようにすること。行き当たりばったりの旅程にしないこと。
9. 訪問国の言語あるいは英語がある程度できること。
10. 事前に保証人の同意を得ること。

研修参加時の注意

①身の安全を第一に考える

海外では、予期せぬトラブルに巻き込まれる可能性もあります。常に自分の身の安全を第一に考えて、行動するようにしてください。また、トラブルに巻き込まれることがないように、予防策についても常に考えておく必要があります。また、自分の体調管理にも、十分ご注意ください。

②プログラムの実施・中止について

今後の国際情勢や感染症状況によっては、現地派遣が中止になる可能性があります。その点もご理解の上、プログラムへの参加をご検討ください。大学の指定する日時に出国・帰国をします。滞在期間の延長は一切認めません。

③費用、支払い方法は念入りに確認！

研修費用を念入りに確認し、予算オーバーにならないようにしてください。支払い方法に関しては、クレジットカード払いのみというプログラムもあるかもしれません。

また、銀行で送金をしなければならないケースもあります。必ず事前に保証人の方と相談するようにしましょう。

④実りある留学にするために

留学をより充実させるには、事前の準備が重要です。語学の勉強はもちろんのこと、派遣先の歴史等について、予習をしましょう。また自分自身の留学後の目標等について、あらかじめ、考えておくことも重要です。



申し込み方法

①ポータルサイトより申込書をダウンロード

ポータルサイト>キャビネット>5.留学支援
>1.留学・語学研修>2.【短期】夏期研修

※**個人企画型の学生は教員の推薦書が必要**ですので、併せてダウンロードしてください。

推薦書を依頼する際は、記入済みの申込書も指導教員へお渡しください。

②記入例を見ながら必要事項を入力

③データ名を「学籍番号_夏期研修申込書」に変更

例) 25IA00000_夏期研修申込書

④申込書を以下のフォームより提出

提出先：<https://forms.office.com/r/TzupH9I3KS>

申込期間：4月23日（木）～4月28日（火）14:00

※推薦書は4月28日（火）14:00までに、所属キャンパスの国際交流センターへ提出（窓口またはメール）いただくよう、指導教員へ依頼してください。

※メールで問い合わせの際は、本文に氏名・学籍番号・連絡先を明記の上、以下までご連絡ください。

問い合わせ先

- ・品川国際交流課 ☎ 03-3492-0377 ✉ oinet@ris.ac.jp
- ・熊谷国際交流課 ☎ 048-536-6011 ✉ kint@ris.ac.jp

国際交流センター長からの メッセージ

国際交流センター長のウンサーシュッツ ジャンカーラ先生(心理学部)
より、海外研修を志す皆さんへメッセージです。

語りたくなるような思い出を作しましょう！

8月の中旬。バスのドアが開き、乗客全員が入国手続きのために一度降りるよう指示されました。ここはカナダとアメリカの国境で、ニューヨークのポートオーソリティでバスに乗ったのは約6時間前でした。

まわりの標識が急にフランス語と英語の併記（正確に言えば、フランス語が先）に変わり、どこを見ればよいのか戸惑いながら案内所に入り、列に並んで順番を待ちました。海外はもちろん、国内でも一人でこれだけ遠く離れた場所に行くのは初めてだったので、待ちながらいろいろと考えてしまいました。引っかかるようなものは何も持っていなかったのですが、荷物検査を受けるのかな、何か言われるのではないかなと、やはり呼ばれるまでは心配してしまいました。

しかし、実際は拍子抜けするほどあっさり終わりました。ドキドキしながらパスポートを差し出し、スタンプを押してもらいました。入国手続き、終了！

こうして、緊張とともに人生初めての留学が始まりました。本当に大丈夫なのか、その後も不安になることがたびたびありましたが、時間とともに薄れていきました。様々な経験をして、多数の国を訪れても、そのバスでの国境越えだけは鮮明に覚えています。「17歳だった自分の、ちょっとすごい話」として、こうして披露することが未だにあります。

この文章を読んでいる皆さんの中にも、留学への不安を抱えている学生がいると思います。それでも、ぜひ、緊張いっぱい、思い出いっぱいの夏休みを過ごしてほしいです。立正大学の夏期研修プログラムは比較的短期なものが多く、初めての留学として特におすすめです。



留学で何が得られるのか、行くまでは誰も断定できません。しかし、言えることは、行かなければ得られないことは確実にあるということです。国際交流センターでは、その不安を少しでも減らすようにフォローし、サポートをします。皆さんもぜひ、一緒に一生涯語り続けられる思い出を作ってみませんか。