XPLANE TIMES

NEWSLETTER Vol.6
2025 | February

院留学の本棚

『急成長中シンガポールでの留学生活』

伊藤幸一さん（National University of Singapore 博士課程）

『欧州、フィンランドでの修士課程』

山本千尋さん（Aalto University 修士課程）

特別企画

『留学先選びガイド–自分の分野で強いプログラムや研究者をどう見つけるか？–』

XPLANE 出願ガイド作成チーム

大学院留学生アンケート

『留学でマイノリティとなった経験』

Singapore, Singapore

院留学の本棚 #9

急成長中シンガポールでの留学生活

伊藤 幸一（National University of Singapore 博士課程）

珍しい留学先や研究分野で大学院留学をされている日本人の方にスポットを当て、あまり世の中に出回っていない大学院留学に関する情報を発信する連載企画『院留学の本棚』のコーナー。第 9 回の今回は、シンガポール国立大学の博士課程で建築学を学ばれている伊藤さんに、シンガポールでの大学院生活についてご寄稿いただきました。

シンガポールといえば、「大きな船が乗った高層ビルとマーライオンの噴水がある南洋の観光地」そんなイメージがあるかと思います。日本ではあまりメジャーな留学先ではないですが、近年シンガポールは豊富な資金力を背景に研究競争力を上げています。今回はそんなシンガポールで修士・博士課程を行っている私、伊藤幸一が実際に留学してみての感想をお話しさせて頂くことになりました。

■ はじめに

私は現在シンガポール国立大学建築学科都市分析博士課程の NUS Urban Analytics Lab に在籍しています。研究内容としては、人間が都市環境を主観的にどう感じて、交通手段の行動選択するかを研究しています。この研究テーマに興味を持ったきっかけは、学部時代に西アフリカのセネガルでの仏語留学を通して、気候変動と都市計画・交通システムの密接な関係性を実際に感じたことでした。海面上昇や異常気象により常に浸水・洪水と隣り合わせの生活がある一方で、都市における二酸化炭素を排出する自動車中心の非効率な交通システムを目にして、一生をかけて取り組む価値のある課題だと感じられました。

少し話題が逸れましたが、この課題解決に貢献できるように大学院で学びたいと決意したことが、大学院留学のモチベーションでした。また、シンガポール国立大学には修士課程から在籍していますが、進学先として選んだ理由は主に、都市計画・分析が進んでいる場所であること、奨学金が豊富である事、私自身アジアの文脈での都市計画に興味があったことが挙げられます。学部時代からアメリカのロサンゼルス郊外にあるリベラルアーツカレッジで正規留学していた私は、研究・生活を英語でできる環境が良い事と、生活環境としての都市選びも重視して進学先を選びました。進学してみたざっくりとした感想は、研究・私生活の両面において密度が高い経験ができた為、本当に進学して良かったということです。以下、もう少し詳細に受験の流れ、博士課程の仕組みや生活環境についてお話ししたいと思います。

■ 博士課程出願の流れ

シンガポール国立大学における博士課程の出願は基本的にはアメリカの出願方法・時期ともに同じです。基本的な提出書類は CV、推薦書、パーソナルステイトメント、研究計画書、成績、英語力証明等（TOEFL, IELTS）です。GRE（大学院入試用の試験）のスコアが必要かが学科によって変わります。時期としては、1 月中旬頃に締め切りがあり、3 月の合否決定までの間に面接等があるという日程です。しかし、アメリカの博士課程とは奨学金のシステムが少し違い、合格者全員に奨学金が出されるわけではありません。奨学金はいくつかの種類が存在しますが、それぞれ出願方法・時期が異なるため、志望する奨学金に合わせて準備をする必要があります。（参照：https://nusgs.nus.edu.sg/scholarships/）私の場合は、奨学金の出願の方が早

シンガポールの特徴的な建物と海の風景

かったため、博士課程の出願もその締め切りに合わせて1ヶ月半以上早く提出しました。奨学金の内容はそれぞれ異なりますが、基本的に授業料＋四年間の生活費（3,000~4,000 シンガポールドルで税金は免除）が支給されるので、ヨーロッパやアメリカの大学と比べても遜色ない待遇だと思います。

■ 入学後・研究

入学してからは、合計 6 つの授業履修と Qualifying Exam の通過が博士課程前半の目標となります。従って、非常にアメリカのシステムと似ていると思います。しかし、大きな違いとしては、TA や RA の義務が非常に軽い点と授業履修の免除が可能である点です。奨学金受給者は基本的に 4 年間で 416 時間の TA や RA 業務を義務付けられており、平均すると週で 2 時間です。アメリカの大学院で一般的な週 20 時間と比べると大幅に負担が少ないと言えます。また、6 つの授業の内 3 つまでは修士課程で修了した授業の単位を使って消化でき、他大学で履修した授業も認められます。また逆に 6 つ以上の授業を履修することも可能です。このような仕組みのお陰で、入学してからすぐに自分自身が行いたい研究に集中できる環境があります。

Qualifying Exam に関しては Written Exam と Oral Exam で構成され、自身の研究計画書を提出した上で、筆記とプレゼン形式で計画がよく練られているかを問われます。授業と試験を通過した後は、自身の研究を行い博士論文を提出し、Oral Defence を通過した時点で博士課程修了となります。論文出版は基本的に問われない学科が多いと聞きますが、自由な研究時間が豊富にあるため、論文出版はしやすい環境と言えます。
研究環境に関しては、当然研究室によって異なるためあまり言及する事はありませんが、若手の海外出身の教授を惹きつける為のプログラムがあるため、研究実績が豊富で勢いのある助教授が多い印象です。実際に私の指導教授達もオランダやアメリカのトップ大学で博士課程を取得しています。私の研究室では、学生の自由が最大限尊重され、指導教授とも同僚という対等な関係を築いています。

アジアに位置している事から、研究コミュニティや客員研究員等は中国、日本、韓国、などのアジアの大学が中心ですが、博士課程学生として他大学に客員研究員として訪問するための助成金がある為、最大6ヶ月間にわたって奨学金＋助成金（およそ 2000 ドル）をもらいながらヨーロッパやアメリカなどの国外大学へ留学することも可能です。

（写真）Qualifying Exam でのプレゼンテーションの様子

■ 生活環境

シンガポールは都市国家で国土が狭く、住宅価格が高いです。そして、当然家賃も高いです。しかし博士課程の学生として、大きく3つほど住む場所のタイプがあり、ある程度家賃支出も抑えることも可能だと思います。

1. 大学の寮

一部屋で家賃は月 600-2000 ドルで、さまざまな条件によって値段も変わってきますが、基本的には同じような条件なら大学の寮が一番安い気がします。

2. コンドミニアム（外部）

一部屋で家賃は月 1000-3000 ドルです。基本的に高くて部屋が狭いですが、綺麗でアメニティが充実しています。

3. 公共住宅（外部）

Housing Development Board（HDB）が運営するいわゆる団地です。一部屋で家賃は月 700-2000 ドルです。コンドミニアムに比べると安くて部屋が大きいですが、少し古かったりアメニティがあまりありません。
ハウジングは色々と書き始めると長々となるので、説明はここまでにしますが、生活費の大半は家賃となるので、PropertyGuru や 99.co などのサイトで私はかなり真剣に部屋探しをしました。

続いては食事ですが、かなり充実していて安い印象です。町のいろいろな所にある Hawker center や Kopitiam（町の食堂的な場所）では中国、インド、マレーシア、日本、韓国、西洋料理などの色々な国の食べ物がお手頃価格で平均 5 ドルほどで食べられます。もちろん日本人の私からすると日本の食事が一番ですが、安価でしっ

かり美味しいアジア料理がどこでも食べられる環境は最高です。アメリカに留学していた時と比べるとかなり精神的に助かっています。

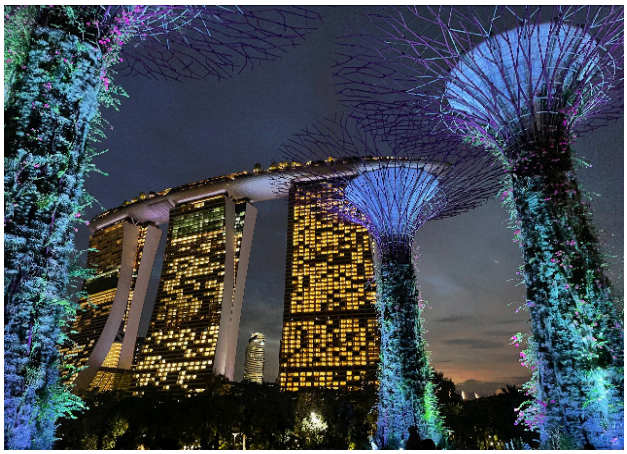
町全体に関しても、交通の便も良く、車がなくてもシンガポールの端から端まで簡単に行ける利便性、文化や経済成長を感じる都市環境、緑の豊かさ、など色々いい所があると思います。だいたい月 50 ドルほどで通学や週末のお出かけ等の公共交通機関利用をカバーできるのではないかと思います。個人的にアメリカは当然ながら日本と比べてもかなり安く便利に公共交通機関を利用できるため、通学からのストレスはほぼゼロです。気候はずっと真夏ですが、暑さに慣れてしまうと気温の変化がない事が体調の安定にもつながっている気がします。

街並みも近代的なビルや植民地時代の建物が混在する為、街を歩くことが好きな人には楽しい都市と言えます。また、充実したショッピングモールで生活必需品を簡単に取り揃えることができるのも利便性の高さの一つの要因かなと思います。加えて、自然へのアクセスが圧倒的に良く基本的に 15 分くらいでどこかの森や緑地または海岸に行ける行ける感覚です。博士課程においてメンタルヘルスが非常に重要なことは色々なところで議論されていますが、週末や仕事終わりにふらっとモダンな都市景観を楽しんだり、ジャングルを探索出来る環境で、いつも楽しくストレス発散できています。ただ、狭い都市であることには間違いないので、4 年間もいると飽きてしまうことがあり、同僚などは頻繁に多様な東南アジアの国々を安く旅してストレスを解消しています。

■ 終わりに

今回は、私自身が現在の博士課程をかなり楽しんでいる為、かなりシンガポール留学の良い面にフォーカスしてお話しさせて頂きました。しかし博士課程であることや海外留学であることには変わりはないので、研究・生活・文化から派生するストレスはあると思います。また、シンガポールの大学は海外大学出身者を重宝する傾向があるので、長期的にシンガポールの大学に教授として就職したい場合は、博士課程やポスドクを別の国で行う必要があります。

今回はシンガポールで都市分析の博士課程を行う一学生の感想を書かせて頂きました。より多くの人にシンガポール留学に興味を持って頂けたら嬉しいです。最後までお読み頂きありがとうございました！



（写真）マリーナベイサンズホテルの夜景

院留学の本棚 #10

欧州、フィンランドでの修士課程

山本　千尋（Aalto University 修士課程）

珍しい留学先や研究分野で大学院留学をされている日本人の方にスポットを当て、あまり世の中に出回っていない大学院留学に関する情報を発信する連載企画『院留学の本棚』のコーナー。第 10 回の今回は、アールト大学の山本さんに、フィンランドでの大学院生活の一端をご紹介いただきました。

世界に大学院は数え切れないほどあります。もし“海外”という言葉に魅力を少しでも見出しているのであれば、最初から国や地域を狭めてしまうのは惜しいことだと思うのです。専攻分野の内容はもちろん、各国・各大学が用意している修士課程のシステムや個性の了知は、進学先の可能性を広げるはずです。本稿ではあまりメジャーではないフィンランドでの正規留学について紹介します。少しでも参考になれば幸いです。

■ はじめに

はじめまして。私は 2024 年 3 月に京都大学農学部森林科学科で学士号を取得したのち、2024 年 9 月からフィンランドの Aalto University というところで修士課程をしています。学部時代は主に木材・セルロースを中心とした材料化学を専門にしていました。学部 3 年次まで留学は視野に入れていなかったものの、キャリアを本格的に考え始めたとき、自分の専門分野を基礎研究の範囲だけでなく実用化までのプロセスに広げたいと思うようになりました。というわけで分野横断的な勉強が可能、かつ講義がメインであるヨーロッパの修士課程に魅力を感じ、研究分野で有名なジャーナルに載っている論文を漁って興味のある大学を選定。その後血迷って現地に行きました。ヨーロッパの文化を肌で感じたほか、実際に Aalto 大学の教授にコンタクトを取って「どうしてもこのコースに入りたいんです！」と直談判まがいのことをしたりしました。ただ、効果があったかは謎です。このように山あり谷ありだったものの、なんとか出願を迎えます。志望校は複数あったものの、国によって出願時期や奨学金の関係もあり、最終的に現在の大学に進学することになります。フィンランド以外にはスウェーデン、ドイツ、スイスを進学先候補として挙げていました。

Aalto 大学といえば建築やデザインを思い浮かべる方も多いと思います。実際、大学名も有名な建築家である Alvar Aalto に由来したものです。キャンパス内にはよくデザイン生の作品が並んでいるので、まるで美術館に来ている感覚になります（写真 1）。

（写真 1）Aalto University 15years celebration でデザイン学生の作品が展示されていました。

■ 1 セメスターを終えて

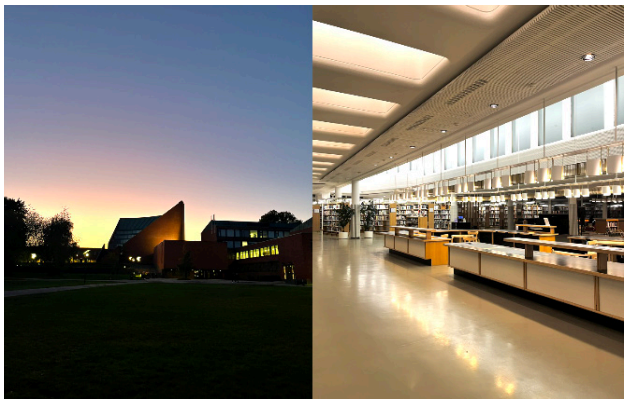
Aalto 大学は 9 月～ 12 月で 1 セメスターになっています。冒頭で軽く述べたように、ヨーロッパには講義がメインの修士課程が多くあります。例えば私の所属プログラムでは，卒業に必要な単位 120 ECTS [1] のうち 90 ECTS は講義から、残りの 30 ECTS が修論に当てられます。講義にはもちろんフィールドワークや実験、企業と連携するような実践的なプロジェクトまで広く含まれますが、個人としては今のところほとんどが座学です。

語学が苦手なので，授業開始当時はとにかく英語が分からず非常に苦労しました。講義時間は様々ですが 2 ～ 3 時間のものもあれば，デザイン系の授業のように，一日中拘束されるような場合もあります。授業にもよりますが，それ以外に個人課題やグループワーク、テストなど様々なタスクを課され、総合的に評価されるイメージです）。特にフィンランドはグループワークを課す授業が大半です。英語が得意ではないために、グループメンバー

1　ヨーロッパ単位互換制度（European Credit Transfer and Accumulation System）における単位換算のこと。1 年間の学習量の目安が 60 ECTS と言われている。

とのディスカッションやプレゼンテーションでは辛酸を嘗めたことも少なくありません。

日頃感じているのは教育の違いです。やはりヨーロッパ圏出身の学生がマジョリティな以上、培ってきた思考プロセスのギャップに苦しむこともしばしば。一つの問題について時間を掛けて深く考える機会は多くなく、むしろ画期的、あるいは汎用的なアイデアの提案が要求されます。そういったワークショップを潜り抜けてきた学生が周りに多いので、取り残されないよう食らいついていくのに必死です（写真 2）。



（写真 2）キャンパスのデザインは Alvar Aalto が手がけています

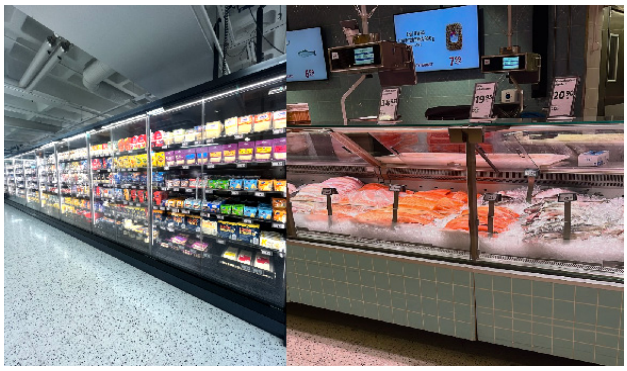
■ フィンランドでの生活

良いところは？と聞かれるとまず“軟水”が出てきてしまいます。すみません、絶対これ最初じゃないですよね。ですが石鹸が泡立つ・髪が軋まない・水道水が飲める、というのは結構生活の重要な基盤だと思うので推しておきます。

フィンランドは面積が約 34 万 km 2 に対し人口が 550 万人と、静かで広々とした国です（北海道は面積 8 万 km 2、人口 500 万人）。ヘルシンキ中央駅あたりは観光客も多く賑わいがありますが、少し離れてしまえば森や湖が間近にあって、フィンランド人が自然との共生を大切にしてきたのが十分に伝わってきます。言い方を考えなければ田舎です。

こちらへ来て 4 か月半。私が住んでいるのはヘルシンキの隣のエスポーという所ですが、ここまで生活に不便はありません。大きいショッピングモールが多いのでそこへ行けば大抵の必需品は揃いますし、学食は 3 ユーロ（日本円でおおよそ 500 円）でお腹を満たせます。美術館や映画館、フェリーなどあらゆるサービスに Student Discount が用意されているので学生に優しい町です。とは言ってもご存じの通り、北欧は基本的にそもそも物価が高いです。例えば髭のおじさんが描かれた有名なポテトチップス、PRINGLES はロングサイズで 500~600 円しますし、トイレットペーパーは 16 巻き 1000 円超えもよく見る光景です。もちろん良心的な価格の食品も多くありますし、1kg 入ったスパゲッティは 100 円程で購入できるのですが、先日訪れたドイツはこれの ½ ~ ¾ ぐらいの値段だった印象です。家賃は体感 400~500€ が相場です。

フィンランドの公用語はフィンランド語とスウェーデン語です。フィンランド語はウラル語族で英語などとは文法も単語も似ても似つかない非常に難しい言語とされていますが、実際のところ現地で英語が通じないという場面に遭遇したことはほとんどありません。駅の案内板なども公用語に加えて英語で表記してくれていますし、地元の人が客の大半であろう小さなお店などに行っても英語で対応してくださいます。苦戦しているのは現地銀行のサイトや税金関係等の書類です。これらに関しては公用語でのみ記載されているため、いつも Google 翻訳を駆使して何とか解読していますが、たまに全く意味の分からない日本語訳しか表示されないときがあります。やはり必要最低限の単語は覚えておいて損はないです（写真 3）。



（写真 3）スーパーマーケット、左は全てチーズ、右はサーモンの量り売り

■ リサーチアシスタントとして働いています

あまり有益な経験談は提供できないと思いますが、京大時代の研究室でお世話になっていた先生の知り合いが、たまたま Aalto で研究員をされていたのでそちらのチームでリサーチアシスタント（RA）として働いているので、少し紹介だけ。修士学生なので勤務出来る時間はポスドク・Ph.D. の方々の 20%、週 7 時間が目安となっています。給料は月払い、パートタイムの RA でもそこそこ稼げます。

研究の雰囲気としては「協調性が結構求められるな」と感じています。現在のチームで一つの研究プロジェクトに取り組んでいるのですが、京大時代は学生が一人ひとり異なる研究テーマを持って各々で進めていくスタイルでしたので、自身のマイペースを矯正するいい戒めです。

ゼミや研究ミーティングは月 2~4 回、それ以上の場合もあります。そこでは常にチーム内でお互いの進捗や問題点を把握し、どのように解決しようとしているのか、あるいは今後の方針を一緒に固めていきます。チームメンバーでランチに行くことはよくありますし、半年に一度程、グループアクティビティなどに出掛けたりします。この秋はチームみんなで陶芸教室に参加しました。

実験装置を求めて国を跨ぐこともあります。フィンランドはシンクロトロンと呼ばれる巨大な円形加速器を持っていないため、今度スウェーデンのルンドという街に行って実験をしてきます。これはヨーロッパならではかもしれません。

（写真 4）研究チームで陶芸してきました

■ 終わりに、これから海外大学院進学を考える皆さんへ

隣の芝生は青く見える、とはよく言ったもの。知らないものは近くで、知っているものは少し離れて見たほうが、その実態をより理解することができます。

進学先を考えるにあたって重要なことはいかにニュートラルに選択肢を吟味することです。国・地域に限らず大学ランキングや研究内容、システム、人…様々なパラメータを比較しながら自分の理想と合致する環境を選ばなければならない。そのとき一つのパラメータだけ必要以上に重視したり、気を取られたり、逆に選択肢を絞れなくなることもあるかと思います。そういった場面で自分が本当にしたいことと環境を平行に比較して、時には予想外の候補さえ選択することも必要です。私は進学先を選定し始めた当初はイギリスかドイツに行きたいと思っていましたし、まさか最終的にフィンランドが新天地になるとは想像もしていませんでした。

また、海外に限らず、大学院に進学することは一つの選択ですし、進学の時期も、特にフィンランドに来てからは社会人を経験してから学生に戻った人も非常に多くいます。私にとってはキャリアを積まれた方と一緒にグループワークやディスカッションをすることも一つの勉強です。

新しいことに挑戦する際は時間と労力、お金も掛かります。そういったコストを割ける余裕、かつ自分のモチベーションが継続出来る環境と理由が固まってからでも決して遅くありませんし、“ 留学 ” は必須事項でもありません。決して焦らず、自分で精一杯考えた進路やキャリアを選択することを一番大切にしてください。

最後に、この記事が少しでも留学情報源の一端を担うことが出来ていれば幸いです。何か質問や相談があればいつでも Slack 等（@Chihiro Yamamoto）でご連絡下さい。

留学先選びガイド

ー 自分の分野の強いプログラム、研究室などをどう見つけるか ー

XPLANE 出願ガイド作成チーム

留学志望者の方の相談に乗っていると、「そもそも、自分の分野で強い海外の研究室の探し方が分からない」という相談を度々耳にします。そこで今回の記事では、主に**志望校を決める第一段階としての情報収集の方法にフォーカス**して、修士・博士関わらず参考となるような一般的な手段をまとめています。
（注：本記事は XPLANE 運営の出願ガイド作成チームに所属しているアメリカ・ヨーロッパの修士または博士課程在籍中のメンバー 10 人程度で意見を出し合い、なるべく客観的かつ一般的な情報を提供するようにしていますが、プログラムや研究室などの選び方は課程、国、分野などによって大きく異なります。その点をご理解の上で参考にしてください。）

目次

1. 海外大学院プログラムの探し方
2. プログラムを選ぶ際に重要視すると良い点
3. 研究者の探し方
4. 分野別・おすすめのプログラムの探し方・選び方

1. 海外大学院プログラムの調べ方

まずは大学院で専攻したい分野、学問、プログラムについての理解を深めることが重要です。

1.1. 関連キーワードで検索してみよう

専門用語やキーワードを活用して検索を行う方法です。例えば、「（分野）PhD Program USA」や「（分野）Graduate Program」といった用語で Google や他の検索エンジンを利用すると、関連する大学やプログラムが見つかりやすくなります。この際、使用するキーワードに**業界標準用語を意識すること、特定の研究テーマや方法論を含める**（例：‘sustainability in tourism PhD’）と検索精度が高まっておすすめです。

1.2. 大学のプログラムのホームページを読み込んでみよう

検索して出てきたら、学科やプログラムのホームページをまずは読んでみましょう。ホームページの中で「Graduate Program」「Master Course」などのページに行けば、プログラムの詳しい概要（卒業要件、授業内容、奨学金など）が書いてあると思います。FAQ（Frequently Asked Questions）のページを用意しているプログラムもあるので、そこも情報を得るのに役に立つでしょう。この作業を幾つかのプログラムでやってみると、**学科ごとに違うこと、あるいはその分野の大学院では共通なことなどに気づける**はずです。

1.3. 複数国のプログラムを比較してみよう

また、留学先の国によって大学院の制度は大きく異なるため、複数の国の大学院について調べて比較してみるのもおすすめです。アメリカでは修士と博士で一貫の課程を設けていることも多い一方で、ヨーロッパでは修士課程と博士課程は大抵の場合分かれており、国によって学部と修士を合わせて 5 年というプログラムを組んでいるところもあります。このような場合、同じ修士や博士という学位でもレベルや内容などが日本と違うことも多く、よく調べる必要があります。Web サイトに載っていれば、シラバスを熟読するようにしましょう。（比較方法の例：大学ランキング・国の大学入学制度・プログラムの長さ）

【参考】『XPLANE TIMES 院留学の本棚』
XPLANE ニュースレターの恒例のこのコーナーでは毎回珍しい国・地域・分野の大学院留学生に留学体験記を寄稿してもらっています。**色々な国の大学院制度や生活について知るための記事**としてもとても有用です。リンク

1.4. 研究者からも調べてみよう

また、研究がメインの活動となるプログラムに進学する場合、当然ながら**研究を共に行う指導教官はプログラムと同等以上に非常に重要**です（研究者の調べ方は「**3. 研究者の探し方**」に後述します）。また、XPLANE ニュースレターの大学院留学生アンケートコーナーでも『指導教官・研究室を選んだ決め手』として特集したことのあるテーマなので、こちらもお読みください。リンク

1.5. メール・SNS などでのアプローチを活用しよう

そして、さらに詳細な情報を得るために、メールを通じて**在校生や教員にコンタクトを取って、プログラムの雰囲気や指導教官候補の先生について聞くことをおすすめ**します。SNS でも、LinkedIn、X（旧 Twitter）、note などで関心のある分野の研究者や大学をフォローし、博士課程の募集情報や研究コミュニティにアクセスすることもできます。また、直接繋がれる人がいなくても、自分の希望分野の日本人研究者に聞いて紹介してもらう

ことも可能です。XPLANE コミュニティにも、希望分野や志望大学の先輩がいるかもしれません。奨学金などのサポートは、知ってる方に直接聞くのが一番です。
その際に留意することとして、

- **自分の興味や研究テーマを簡潔に説明するメールを作成する。**
- **希望教授の研究分野と一致する点を強調する。**
- **情報提供に感謝の意を伝える**

ことを忘れないようにしましょう。

1.6. 留学エージェントを活用する方法もある

留学エージェントやサービスを利用することで、情報収集の負担を軽減できます。ただし、支払いが発生する可能性が高い一方で、ニッチな分野ではまだ対応が十分でない場合が多いため、サービス内容を事前に確認することが大切です。筆者の意見としては、

- サービスを利用する際に、希望する分野を明確に伝える。
- 個別の大学の情報に関しては自身で様々な方法を用いて情報収集することをおすすめします。
- エージェントからの情報を過信せず、ビザ手続きなど事務的なことへの補完的な手段として利用する。

という使い方をおすすめしています。

2. プログラムを選ぶ際に重要視すると良いポイント

プログラムを選ぶ際に重視すると良いポイントとして、メンバーからは以下の点が挙がりました。

- **Faculty の数**

さらに、特にアメリカだと、大学間で教授が移籍することも多いため、「他大学からの流入が多い / 他大学への流出が多い」といった事情を見ることでもプログラムの勢いや状況の参考になります。

- **Funding/Grant の長さや予算などの期間**

先に分かっていればいるほど有利な情報です。プログラムのホームページで「5 年間は Stipend を保証する」「international の学生は応募できる奨学金が少ないため自国で奨学金を確保してほしい」などとと明記してあるような大学もあります。

- **教員やプログラムとの相性**
- **研究の進め方・方向性・柔軟性など**（研究ベースの場合）
- **自分の進学目的と一致しているか、人数・規模（**特に修士課程の場合）

学部 / 大学がどのような学生層なのか（日本人の割合や留学生の多さなど）もその学部の空気感を知るための情報の 1 つなので、調べてみることをお勧めします。

- **ロケーション**

企業が近くにあるかは共同研究、試薬の提供などの点の他、大学院卒業後に現地で就職活動することを考えている場合も影響してきます。生物・基礎医学系の場合、大学病院が近くにあるかなどもポイントになり得ます。高度な測定機器を使う分野、フィールドワークがある分野の場合などもロケーションは重要です。

この点については、過去の留学ガイド『志望校選び』にも詳しいため、こちらも参照してください。

3. 研究者の探し方

大学院での指導教官候補の研究者を探して、それを元に出願プログラムを決めるという方も多いと思います。以下ではそのケースについて述べます。

3.1. 論文から探す

最新の論文を中心に調査することが重要で、次のような探し方の例があります。紹介しているツールも活用しながら探してみてください。

- 論文（特にレビュー論文等）から気になる筆者を見つけ、大学やプログラムを見つける （Google Scholar や ResearchGate などが便利）
- 何度も引用されている論文や、発展している研究トピックの提唱者を見つける（Connected Papers などのツールを活用すると論文同士の関連（ネットワーク）をグラフ化して可視化してくれるので便利です）。
- Rapid Journal Quality Check は Google Chrom add-on で、キーワード検索で目安となるジャーナルを探せます。
- 論文の Acknowledgment の項を読むと、研究者同士の関係性が分かることがあって有用な情報になることがあります。
- 興味のあるテーマの研究者を追跡していると、隠れた優良プログラムを発見できることがあります。

3.2. 学会で探す

主要学会での発表者を調べたり、自身が学会参加に参加した時に Socializing Event などで直接聞くという方法で研究者やプログラムが見つかることもあります。基調講演者（Keynote Speaker）や招待講演者、自分が興味のある分野でのワークショップでの発表者、あるいは面白い発表をしている学生の所属研究室、多数の学生が発表している研究室など、学会は様々な見方で研究者を見つける機会になります。

また、自分が発表する際に「PhD プログラムを探してます」とアピールすることも可能です（ポスターに書いておくなど）。名刺、連絡先、CV、Linkedin などを準備してすぐに出せるようにしておくと良いでしょう。

3.3. 指導教員、経験の長い研究者などからの紹介で探す

国内外問わず、**関連分野の教授や研究者に直接連絡を取ることで、詳細な情報や推奨されるプログラムを教えてもらえる場合があります**。直接の知り合いでなければ、メールや LinkedIn を活用するとよいでしょう。また、**聞いた相手本人だけでなくその人の知り合い、という形で紹介で良い研究者やプログラムが見つかることもよくあります**。メンバーからも、「興味があった先生にメールしたら、その人は学生を取れなかったが、代わりにおすすめの研究室を紹介してくれて実際その研究室のあるプログラムに進学した」という実際の例が出ました。

3.4. 予算の出ているプロジェクトから探す

政府や研究活動支援機関から大型の予算を獲得していることも研究室の研究環境の指標の 1 つなので、逆に**予算から研究者や研究プロジェクトを調べることも可能**です。予算の金額も重要ですが特に後何年分の Funding が残っているかもポイントとなります。ただし、研究分野によって資金の獲得元はまちまちで、企業との共同研究の場合など内部情報で公開されていないのことも多いので注意は必要です。以下は予算やプログラムを探せる一例になるページです。

アメリカ

- NSF: https://www.nsf.gov/awardsearch/（PI の名前で検索可能）
- NIH: https://reporter.nih.gov/ （キーワードで検索可能）

カナダ

- CIHR: https://cihr-irsc.gc.ca/e/193.html
- NSERC: https://www.nserc-crsng.gc.ca/index_eng.asp
- SSHRC: https://www.sshrc-crsh.gc.ca/home-accueil-eng.aspx

ヨーロッパ

- Erasmus Program https://erasmus-plus.ec.europa.eu/projects/search/

4. 分野別の体験談

以下では最後に、メンバーから出た分野特有な情報について、分野ごとに紹介します。

【分野：大気海洋科学】

レビュー論文の集大成である IPCC のリードオーサーなどは分野で強い人。論文や Web サイトだけではわからない本質情報はやはり人づてで得るのがよく、いわゆる大御所や気鋭の若手研究者などを知っていて、さらにはその人物の人となりまで知っているとなお良い（良い研究者が良いメンターであるとは限らない）。

予算は研究機関にもよるが、例えば国立研究所の研究所の場合、指導教官によらずプログラム全体に予算が出るので研究の自由度が高いことがある。一方で政権などの影響を受ける可能性もある。

判別要素の例

- 大きな専門研究所例：GFDL（Princeton University と提携）, NCAR（CU Boulder と提携）, Scripps Instituteion of Oceanography（UC San Diego と提携）, Lamont-Doherty Earth Observatory（Columbia University と提携）, Woods Hole Oceanographic Institution（MIT と提携）
- ファカルティの人数
- 学会やワークショップでのプレゼンス（招待講演者等）例 : AGU, EGU

【分野：コンピューターサイエンス】

コンピュータサイエンス、特に AI 分野の競争は熾烈になっており、博士課程に応募してきてる人のレベルは年々上がってるように思います。

所謂 " 強い研究室 " からは何本も毎年コンスタントに代表的な学会に投稿されているように感じますし、だからこそ、応募時点で主要な学会での筆頭著者論文を一つでも持ってることの重要性は上がってきます。

また有名学会のワークショップでは、新進気鋭の若手研究者がホストもしくは登壇しがちなので、そこで強い研究室を知り、ワークショップへの投稿を通じてそういった研究者とコネクションを持つのが良かったと今振り返ると感じます。

関連学会

ロボティックス：IROS，ICRA，RSS, CoRL
ヒューマンロボットインターフェイス（HRI, HCI）: CHI, HRI, CSCW
コンピュータービジョン（CV）：ICCV, CVPR, ECCV
コンピューターグラフィック（CG）：SIGGRAPH
AI 倫理・公平性 : FAccT, AIES
自然言語処理：ACL, EMNLP, NAACL, COLING, LREC

【分野：AI 倫理・公平性・透明性・説明責任性・信頼性】

CS と人文社会科学を融合した分野なので、自分に適したプログラムを探すのに苦労する。コンピューターサイエンスに研究室がある場合、Information Science のように iSchool 的な所に当てはまる場合、HCI のように総合的な分野に入る場合、あるいは教員が Communication などの社会科学系に所属している事もあるので、色々な Department を調べる必要がある。

プログラムを見る上で重要な点・指導教員の見つけ方

学際的な分野においては指導教員との相性・研究の方向性が合っているかが一番重要。またその先生が主要な国際会議である FAccT や AIES などで成果をあげている、あるい分野においてコネクションや人脈が沢山あるがどうかが重要になってきます。

主に大学に所属している先生にアプローチすることになりますが、主要な研究者が企業に移籍し所属が変わっている場合（あるいは以前所属していた場合）もあるので、事前連絡した際に生徒を取っていないと言われるケースもある。（その時は他の先生の紹介などをしてもらえる事があります。自分も今の教員に紹介を通じてたどりついた。）学際的な分野の場合、様々な手法や理論を用いる事にどのくらい柔軟なのかとかも大事になってくると思います。

【分野：人事労働組合学 / 組織行動学 / 組織心理学 / 観光経営学】

私個人は、社会人留学をする方から情報やサポートがないというご相談を受けることがが多いです。学部から直接の進学の場合、「どのような学問があるのか?」という部分が更にわかりにくいようです。

学会での情報収集

- 米国内外問わず、関連する学会（例 : CHRIE や AOM）に積極的に参加するのがおすすめです。日本国内でも様々な学会が実は開催されています。
- 人文社会学の学会の例：AOM（世界最大規模の経営学学会）、CHRIE（観光ホスピタリティ系学会）、APS/APS/SIOP（心理学系学会）

観光・ホスピタリティはグローバルな分野なので、イギリス、オーストラリア、スイスなど、他国の博士課程も視野に入れるのが大事です。

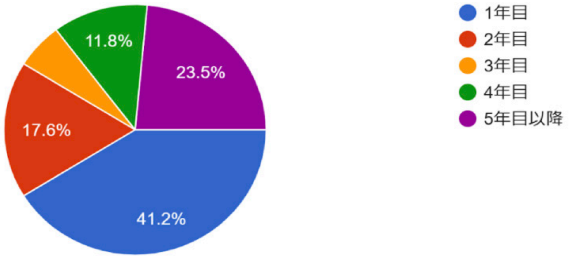
【分野：教育学】

旧 Twitter で自分と同じ分野でアメリカの博士課程に在籍している日本人の方にいるのを拝見して、その方にコンタクトを取り、プログラムの雰囲気や先生方についてお聞きして、好印象だったのでそのまま出願・進学しました。結果として、指導教員も良い方ですし、プログラムの雰囲気も自分に合っていると思います。教育学の分野において、出願前の指導教員へのコンタクトは必須ではないので、そのまま出願した形になります。

大学院留学生アンケート

留学でマイノリティとなった体験

『大学院留学生アンケート』は、XPLANE Slack に参加している海外大学院生に対してアンケートを行ったデータをもとに、留学先での生活の実情を探るコーナーです。 これまで住宅と賃貸事情（Vol.1）、留学中のパートナー事情（Vol.2）、指導教員・研究室を選んだ決め手（Vol.3）、ギャップタームの過ごし方（Vol.4）、休日の過ごし方とコミュニティの作り方（Vol.5）と、様々な観点から調査を行なってきました。今回は留学でマイノリティとなった体験をテーマとして、17 名から回答をいただきました。



回答者の留学先は、アメリカ合衆国が9名、イギリスが3名、インドネシア、オランダ、スイス連邦、チェコがそれぞれ 1 名でした。専攻分野は、生態学、物理学、心理学、教育学など幅広く、回答者の多様な背景も見える回答でした。また、留学してから何年目かという質問に対しては 1 年目〜 5 年目以降と回答が得られましたが、最も多いのは 1 年目という回答でした。

0. そもそも「DEI」とは？

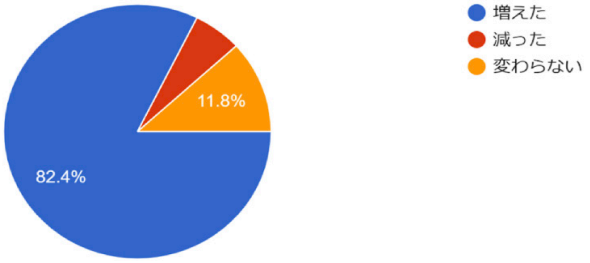
DEI という言葉を聞いたことがある人もない人も、もしくは聞いたことはあるけれど定義をよく知らないという方もいらっしゃると思います。なので、記事の最初に、DEI とは何かということに軽く触れておきたいと思います。

DEI とは、**「Diversity, Equity, and Inclusion」の略で、「多様性・公平性・包括性」を意味**しています。「多様性」とは、性別や国籍、文化の違いだけではなく、セクシャリティ（性的指向）や人種、宗教、障がい等の違いも含んだ意味合いを持ち、DEI とは、このような違いに左右されることなく、すべての人が「公平」に扱われ、かつ、それぞれの多様性が認められる「包括性」のあるコミュニティ作りと、それらに関する活動全般のことを指します。

もっと知りたいと思う方は、是非、教育学と心理学の教授であり、University of Michigan の Chief Diversity Officer でもある Dr. Tabbye Chavous が LinkedIn に投稿されていた記事（DEI Defined: What Diversity, Equity, and Inclusion Really Means）も読んでみてください。

もちろん、それぞれの学校や会社などの所属団体によって細かな定義は異なってくると思います。ここで紹介した定義は一例に過ぎません。これを機に皆さんが DEI に興味を持ってくださると嬉しいですし、時間がありましたら、ぜひ今所属されている団体における DEI の定義がどんなものなのか調べてみてください。

1.『留学してから自分のことをマイノリティだと感じることは増えましたか？』



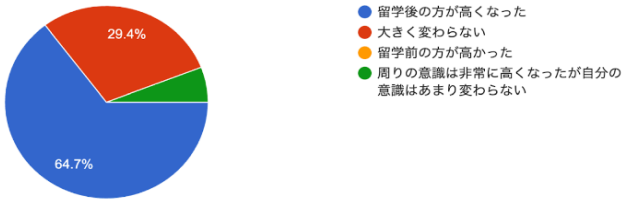
回答では、マイノリティだと感じることが「増えた」と答えた人が 80%を越える結果となりました。また、具体的なエピソードとしては次のような内容がありました。

アメリカ育ちの白人が多い大学のため、人種的・言語的に、マイノリティだと感じる

- **ネイティブの英語の日常会話についていけないとき**
- **人種や ethnicity の話になったときにアジアが含まれない**
- **キャンパス内唯一の日本人学生で、めったに日本語を話せないところ**
- **日本人というよりかはアジア人だという認識に**
- **ジェンダーはマイノリティではなくなったが国籍や人種がマイノリティになった**

このように人種的・言語的なマイノリティ性に関する回答がほとんどを占め、ジェンダーやセクシュアリティ、年齢や宗教といった他のマイノリティ性が高まったという回答は見られませんでした。また、アジアという枠組みで見てもマイノリティになる場合があり、「アジア人はいるけれども日本人は自分だけ」といった留学ならではの体験は独特なものだといえるでしょう。また、留学先で人種やエスニティについて話す際に、アジアが含まれないことで日本を含むアジアが不可視化されている様子も見えてきました。

2.『留学前と留学後の所属で、DEI に関する意識の変化は起こりましたか?』



留学後の方が DEI に関する意識が高くなったという回答が半分以上である一方で、大きく変わっていないと感じる人も一定数いることがアンケートの結果から見受けられます。

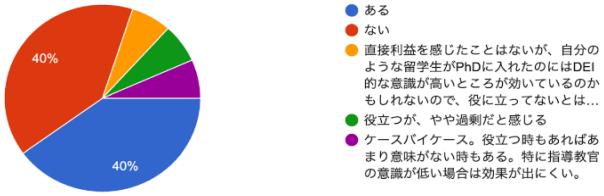
DEI に対する意識が留学後高くなった要因の具体例としては、以下のような回答をいただきました。

- **自分がマイノリティになったから**
- **inclusiveness とは何かを知った**
- **自分とは違う特定の国出身の人が多い環境の中で、自分が正しいと思ったことでも相手の国の価値観に合わなかったために納得してもらえず合意に至らないことがあったから**
- **授業も研究も、その他学内で流れる情報やイベントも、DEI 関係のものが多い**

このように、自身がマイノリティーであるという自覚や、DEI イベントの広告や学内のプログラム等を通して DEI に触れる機会が増えることが意識の変化に繋がるように見受けられました。しかし、「周りの DEI に対する熱量についていけない。大事なんだろうなとは思うがちゃんと学ぶ機会がないのもあって重要性がそこまでわからず、エッセイで求められたらそれっぽいことを書くスキルだけ身についている気がする」といった回答もあり、中には DEI に対する向き合い方を悩んでいる人もいるようです。

また、DEI という言葉自体についての考え方や知識に対する変化についての質問では、「留学前は DEI という言葉自体の意味を全く、もしくは詳しくは知らなかった・聞いたことがなかった」という回答が多く寄せられました。なお、知っていた人でも、「日本との文脈の違いに驚きました。日本はジェンダー（女性活躍）が主ですが、アメリカは人種が主。バックラッシュは想像以上に強いと思います。」と回答してくださった方がいたように、**日本と海外での定義の違いがある**ことが見受けられます。「日本での DEI と滞在先での DEI の感覚の違いを感じたことがあるか」という質問でも、「はい」という回答が 8 割以上でした。ちなみに、アンケートの回答で、多様性が組織に与える影響について、マシュー・サイド著の『多様性の科学』がおすすめですとコメントいただいたので、興味がある方は読んでみてください！

3.『現在の留学先に DEI プログラムや活動がある場合、それは自分に役立っていると感じますか?

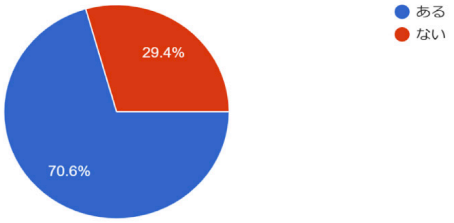


アンケートの結果を見る限り、留学先に DEI プログラムが必ずしもあるとは限らないようです。また、それらが役に立っているかと言われると微妙な場合や、判断しにくい場合もあるように見受けられます。こういったプログラムの具体例としては、

- **留学生向けの新入生歓迎イベント**
- **スピーキンググループ、potluck、ジェンダーアイデンティティワークショップ、脱植民地主義ワークショップ**
- **International office の交流会**
- **BIPOC 対象のスタディセッション、留学生対象のサンクスギビングランチ**

などがあり、留学先によってはメール等でこういったイベントの告知がある場合もあるようです。

4.『留学して以降、人種差別的な言動（無意識あるいは意識的なもの）を受けたことはありますか。』



回答者の 7 割が、なんらかの人種差別を受けたことがあるという結果になりました。今回のアンケート回答者に対して人種は尋ねていませんが、ほとんどの方がアジア系だと想定されます。全員が欧米への留学者なので、白人中心社会において、アジア系として差別を経験していることになります。具体的には、以下のような例が寄せられました。

- **南欧に旅行に行った際に「チーノ」とからかわれた。**
- **フランスでは通りすがりにニーハオや目を引っ張る動作をされたことがある。**
- **Covid-19 の流行時に、アジア系という理由で街で暴言を受けることがあった。**
- **Your English is good. という典型的なマイクロア**

ョンの例文を言われたことが何度もあります。

最後の例については、「日本人やアジア系は英語が下手」という、人種に関するステレオタイプに基づく発言になります。他に、たとえば「アジア系は数学が得意」といったものも考えられるでしょう。1 ～ 3 つ目の例のような、明確な悪意に基づくものではありませんが、無意識に人を傷つけてしまう発言で、マイクロアグレッションと呼ばれます。

学を始めた日本人の学生と X でフォローし合って、どちらかが近くに来たらリプライか DM で会う約束をするという形で活用されていたようです。

5. 参加しているコミュニティ

日本人会、日本人サークルや日本語を学習者との言語交換コミュニティなどの他に、

- サークル（テニス、剣道、ランニング）
- 物理学科のライティンググループ
- 子供の学校関連のコミュニティ
- キャンパスのクラシックコンサートアンバサダー
- 気候やエネルギー問題に関心がある PhD 学生のコミュニティ
- イベントなどのボランティア

などの回答がありました。興味深い回答の 1 つに、Otakon というアメリカ最大級のアニメ系イベントでは毎年通訳のボランティアを募集しており、これに参加することを通して米国の色々なところに住んでいる日本人と仲良くなることができたという方がいらっしゃいました（図 4）。現地の人たちとは言語の壁が高く中々親密になれない中、日本人の知り合いができてかなり安心できたという意見もありました。留学先とは言えど、日本人との繋がりがあることも役立つようです。

最後の例については、「日本人やアジア系は英語が下手」という、人種に関するステレオタイプに基づく発言になります。1 ～ 3 つ目の例のような、**明確な悪意に基づくものではありませんが、無意識に人を傷つけてしまう発言**で、マイクロアグレッションと呼ばれます。同様に、例えば「アジア系は数学が得意」といったものもマイクロアグレッションとして考えられるでしょう。

5.『留学して以降、人種差別的な言動（無意識あるいは意識的なもの）を自分がしてしまったことはありますか。』

自分自身が人種差別的な思考・言動をしてしまった経験については、特定の人種や国籍に対して自身が持つステレオタイプが表出した例が多く挙がりました。

- **留学を始めて最初の授業の冒頭の自己紹介で、当たり前のように pronouns（she/her, he/him など）を聞かれて戸惑った。自分がどの pronouns を使うか考えたことも、日本で聞かれたこともなかったので。DEI 関係の事項は、アメリカでは大学生活のあらゆる側面に練り込まれている印象。**
- **アメリカ国旗を車に付けている方などがいると少し気を引き締めて行動しなければ、という気になります。特に 2016 年と 2024 年の選挙後はキャンパス外を歩くのが少し怖かったです。**

これらは、アメリカに留学している方々からのコメントです。「アメリカ国旗を車に付けている方に対して気を引き締める」という点については、おそらく、相手が過度なアメリカ至上主義、排外主義的な考えを持っている可能性があるため、有色人種の外国人として緊張してしまうということだと考えられます。また、掲載した以外に「近年アカデミアにおける就職で DEI への貢献が重要視されること」に関するコメントもありました。

さらに、キャンパス内外を問わないマイノリティ体験として、次のようなコメントが挙がりました。

- **周りの視線を気にするようになった。自分が存在しているだけで、不愉快だと思う人がいるかもしれないと考えるようになった。**
- **日本で海外からの方を見るとすぐにどこの国から来たのか考えてしまいますが、渡米後思ったよりもどこの国出身か聞かれなかったです。**

1 点目について、言語も文化も違う異国の地で、周囲の視線を気にしてしまうのは仕方のないことですが、人種や出自によって差別するほうが悪いということは常に心にとどめておきたいものですね。2 点目については、マイクロアグレッションを避ける意図から、出身地（特に国）を聞かないということが考えられます。アメリカで生まれ育った日系アメリカ人や、日本で生まれ育ったヨーロッパ系日本人に対して、「どこから来たの？」と聞いてしまう事案（つまり、この国の生まれだという可能性に思い当たらない）は往々にして見られます。

7.『DEI に関してこれから留学する人が考えておくべきこと、学んでおくべきだと』

以上のような自分自身の経験を踏まえて、今後留学を志す人へのアドバイスを聞きました。まず、留学生活やキャリアの観点から、以下のようなコメントがありました。

- **DEI 的にアウトな言動もあるので、欧米（特にアメリカ）に行く予定の人は概要を多少学んでおいたほうが良いと思う。「有色人種は colored people ではなく people of color と言う／書く」など、普**

通の英語の授業では習わない常識があります。

- **多様性を尊重しつつも東アジアコミュニティのあるところに留学すると精神的な支えになると感じます。アメリカでは DEI への反発が強く、一部の州では DEI センターの閉鎖やカリキュラムの変更が必要になっており、大学や州の方針が自身の考えに合うかどうかを確認する必要があると思います。**

まず言語について、DEI 関係の語彙は日本での外国語の授業ではなかなか習いませんが、現地で「昔は使われていたものの、今は不適切とされている言葉」は色々とありますので、多少渡航前に知識を持っておくと良いというコメントです。また、アメリカでは州ごとに保守とリベラルが多いか、東アジア系の人種比率が大きいかの違いが激しいことは知っておくと良いと思います。

また、以下のように留学中に限らず、将来的にも関係してきそうなコメントもありました。

- **差別されることも経験だと割り切る。差別される側に立って初めて、見えるものがある。**
- **どちらが良い悪いという単純な話ではないが、日本は民族的な多様性が大きくない分、普通に生きていると DEI に関して意識する必要性が少ない。特にアメリカに留学する場合は、最初のうちは自分の発言にかなり気をつけておく方が良いと感じる。**

日本でも歴史的にアイヌ民族や在日コリアン等の人々に対する差別があり、最近ではクルド人や性的マイノリティへのヘイトスピーチが顕在化していますが、大学など教育機関での DEI の扱いは小さいものです。近年では DEI に関連して、「インクルーシブ教育」といった言葉も聞かれるようになったものの、専門分野によっては縁遠いものかもしれません。だからこそ、留学先で無意識に人を傷つけてしまったり、自らが差別を受けて新鮮に驚いたり悲しんだりすることもあるでしょう。そうした異国での経験を、日本社会をより住みよいものにするエネルギーへと変えていきたいものです。

8. 最後に

今回のアンケートはこれまでと異なり、自分が他人に傷つけられたり、自分が他人を傷つけてしまったりした経験を尋ねるというセンシティブな内容を含むものでしたが、回答者の皆様からは率直なコメントを頂戴しました。アンケートにご協力くださり、本当にありがとうございました。

XPLANE Topics

このコーナーでは、過去 4 ヶ月の XPLANE の活動についてまとめています。ホームページや Slack をぜひチェックしてみてください。

■ XPLANE Podcast 新エピソード配信中

XPLANE の運営メンバーが様々なゲストを迎えながら留学や研究、他愛のないことを議論する毎週配信の Podcast チャンネルです。2024 年 10 月～ 2025 年 1 月は、以下のエピソードを公開しました。

過去のエピソード一覧はこのページから、Podcast のお便りも、こちらから募集しています。

Ep 64『Reasearch Assistant のすゝめ』

今回のエピソードでは、海外 PhD 進学前に Research Assistant（RA）を経験したゲストお二方をお迎えして、どのように大学院の進学にむけての準備をしていったのかについて伺いました。（収録日：2024/9/15）

Ep 65『キャリアのための修士留学』

今回は、キャリアのために修士留学をしたゲストお三方（政府系機関で働くりさこさん・かほさん・ゆうこさん）からお話を伺いました。（収録日：2024/10/16）

Ep 66『Tea Break ～ 2024 秋』

XPLANE Podcast チームの新メンバーを紹介しました。（収録日：2024/11/10）

Ep 67『海外での新生活 -2024-』

2024 年の秋から新たに海外の大学院に進学したゲストをお呼びして、海外大学院を目指したきっかけ、留学開始までの準備、新境地での研究や日常生活などについて、お話を伺いました。

Ep 68『留学中の出産・子育て』

「海外での出産と育児」と題し、海外で出産および育児を経験したゲストをお招きして、意思決定の過程、妊娠・出産までの準備、そして育児の始まりと生活との両立について伺いました。

■ NAKATNI RIES 夕食会に協力

XPLANE の活動を資金的に支援していただいている中谷財団様が提供する日本人学生研究インターンプログラム（NAKATANI RIES）の夕食会に、現役日本人大学院生を XPLANE が紹介しました。

NAKATANI RIES は、主に日本人学部生を対象とし、約 1 ヶ月間、アメリカのジョージア工科大学にて研究インターンシップの機会を提供するプログラムです。学生たちは夏季休暇を利用し、アメリカの大学院生のメンターシップのもと研究経験を培うとともに、国際的な交流を深めることを目的としています。

9 月 19 日のスタンフォード大学での夕食会では、藤田さんと田久保さんが、9 月 20 日の UC バークレーでの夕食会では、薮内さんと大古さんがご参加くださいました。XPLANE からの参加要請に快く応じていただき、NAKATANI RIES の日本人学部生に対してご自身の貴重な体験を共有していただきました。この場をお借りして、感謝申し上げます。最後に、XPLANE の活動を支援して頂いている中谷財団様に改めて感謝申し上げます。

イベントレポートはこちらから

留学記事を募集中！

編集部では、こちらのニュースレター『XPLANE TIMES』に掲載する記事を執筆していただける方を募集しています。現在､海外大学院生の大学生活と研究生活に焦点を当てた**『院留学の本棚』**、大学内に限らず、生活や地域、趣味など、留学生活を幅広く扱う**『留学生活だより』**の 2 つのコーナーへのご寄稿を主に受け付けております。ただし、この 2 つの連載に限らず、ご寄稿のアイデアがある方は遠慮なくご連絡ください。

記事のご寄稿にご興味を持たれた方は、**こちらの Google フォーム**または **xplane.contact@gmail.com** へのメールにてご連絡ください。皆様の留学記事をお待ちしています。

XPLANE TIMES
第 6 号
発行日：2025 年 2 月 9 日
発行：海外大学院支援コミュニティ XPLANE https://xplane.jp
編集部：大山 主朗、松尾 仁嗣、大野 康晴、中原 理沙、杉浦佳蕗、両角詩穂、相原 豪太、前田 拓哉、田主陽