



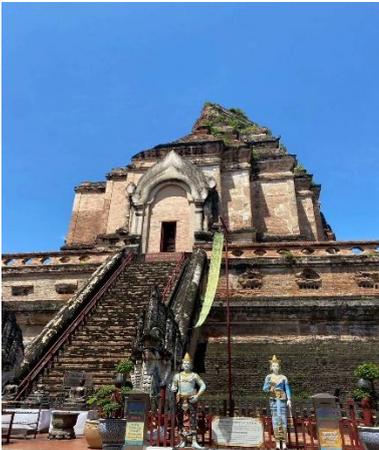
氏名 南浦 寛弥
所属 工学部 機械工学科
学年 2年

留学先 タイ・チェンマイ大学
留学期間 2025/8/24~2025/9/6

留学レポート Study Abroad Report

チェンマイとは

チェンマイとはタイの北部に位置する、タイで 2 番目に大きな都市です。2 番目に大きな都市といっても、街中に高層ビルなどはほとんどなく、堀と城壁に囲まれた落ち着いた雰囲気のある旧市街を中心に、活気のある人々が常に行き交う魅力的な街です。個人的なチェンマイのおすすめポイントは文化、自然、食事、伝統など様々な魅力が一つの街に全て揃っているところです！！



現地での生活

現地での 1 日のルーティンは主に、ホテルで朝食を済ませた後、学校が用意してくれたバスに乗り、午前 9 時頃から英語の授業、授業が終わって昼の 12 時から学校で昼食、その後午後 14 時頃から色々な場所に移動してプログラム内のアクティビティを体験。それが大体午後 16 時頃に終了するので、終わり次第、各自自由時間を過ごす。といった流れでした。

・英語の授業

授業は渡航前に行われた簡易の web テストの結果によってクラス分けされました。授業の内容もクラスによって異なっており、英語の日常会話に重点をおいたクラスと学術的な内容を英語で学ぶクラスに

分かれていました。(この違いは担当する教員によるもの。)自分は後者のクラスで、英語を使って自分の意見を主張するディベート等を行いました。先生はどちらのクラスもネイティブの先生でした。

・アクティビティ

サステナビリティスクールとあって、全体的に水害(洪水や浸水)の対策やタイにおける水の循環などを重点的に学びました。それ以外にも川のクルーズや寺院散策、タイの染め物体験やゾウに乗る体験など、普通の旅行ではなかなか出来ないような様々な経験をする事ができました。学ぶ時間と体験する時間のバランスが調度良く、充実したアクティビティになったと思います！

・自由時間

スクールでの活動が終わった午後 16 時頃からは自由時間で、各々が好きなように時間を過ごしていました。自分は他のメンバーと一緒に Grab(配車アプリ)を使って、毎日チェンマイ中を動き回り、様々な場所を観光しました。週末限定のマーケットや市街にある寺院、巨大ショッピングモール、動物園、カフェなどチェンマイ中の色々な場所をほとんど休むことなく楽しみ続けました。毎日がお祭りみたいな感覚で、非常に充実していた二週間だったと、振り返って思います。



食事

タイの食文化は一説によると、中国から渡ってきた中華風の食文化とインドから渡ってきた食文化が融合しているそうです。なので中華料理の雰囲気やインド料理の辛さが得意な人にとって、どの料理を食べても非常に美味しいと感じると思います。自分は辛い食べ物が好きで、日本でも食べる方なのですが、それでも激辛に感じるような食べ物が日常的に出てきたりします笑。人によっては、口に合わないタイ料理がいくつかあるということも起こり得ると思います。そんなときは他のメンバーが食べている料理を少しだけ味見させてもらって自分の好きな味を見つけていくのが良いと思います。(右側の写真下段のカオマンガイという鶏肉が乗ったご飯は、日本人好みの味付けだと思います！！)また右側の写真上段の食べ物はカオソーイといって、日本でいうところのカレーラーメンのような雰囲気のもので、これはタイ北部の名物料理で、プログラム内の昼食で一度食べさせていただき、非常に美味しかった記憶があります。



環境

気温は日本とほとんど変わらず 30℃付近、蒸し暑さは日本に比べあまりなく、日差しが非常に強いというのが特徴です。ホテルや学校のトイレは割りと清潔だったので、そこでトイレをいつも済ませるようにしていました。街中には大量にバイクが走っていて日本に比べ、賑かな雰囲気があります。また歩道があまり整備されていない+バイクの交通量がかなり多いので歩いての移動はあまりオススメできません。ホテルの近くには大きなショッピングモール(右側の写真)、薬局、スーパー、コンビニ等があるので生活をして困ることはほとんどありませんでした。またホテルのランドリーサービスは高額だったので、学生は徒歩で 5~10 分程度のコインランドリーを使っていました。そこで使うためのジェルボール型の洗剤を日本から持っていくと重宝すると思います！



留学を終えて

研修を通してタイの文化やタイの自然環境などについて様々な学びがありました。そんな中で個人的に印象的だったのは、日常の中で英語を使って話すことの楽しさでした。自分は留学自体今回が初めてで、英会話もほとんど経験したことのない立場でしたが、いざバディ（チェンマイ大学の担当学生）や現地の人々と英語で交流してみて、普通の会話をすることがいかに大変かを常々痛感しました。それと同時に、手探りのコミュニケーションが成立したときに覚える、繋がる感覚が凄く心地良く、思い返しても非常に印象的な思い出として心に残っています。不自由なコミュニケーションだからこそ、会話が成立したときの喜びも強くなるし、日本語で会話するのはまた違った楽しさがあると身を持って実感することができました。正直に言うと、今回の留学で自分の語学力が飛躍的に成長したということはないです。しかし英語を話すためのハードルはかなり下がったと思うし、英語を学ぶための契機として、とても有意義なものになったという実感があります。

また向上心のある仲間と囲まれながら、夏休みの貴重な二週間を、いつもとは違う刺激的で特別な日常の中で過ごすことが出来たということが、本当にありがたいことだったと思います。今回のプログラムに関して、幸いにも参加したメンバーみんなが、向上心と好奇心を持って、前向きにプログラムに参加し、自分の中で課題を持って物事に取り組める素敵な人達だったように感じます。そんな人達と関わりながら、チェンマイという、若者のエネルギー溢れる魅力的な街で、二週間色々な体験をさせて貰ったことが自分にとって本当に貴重だったし、普段の生活に戻ったときにもっと自分自身が成長していきたいと思えるための糧になるような経験になったと思います。

チェンマイ大学 Summer Sustainability School に参加できて、本当に良かったと思っています。二週間の全てが、貴重で大切な思い出になるので、興味がある方はぜひ参加を検討してみてください！！