

1 海外留学のハジメ ～留学情報の探し方、留学計画の立て方、留学準備の進め方

① 海外留学を考えている方へ ～大学の留学制度と留学準備～

学生みなさんの中には「大学生になったら海外に行ってみよう！」「海外留学してみよう！」という方は多くいらっしゃると思います。まずは大阪公立大学でできる留学の方法や、情報の探し方、留学計画の立て方などを簡単に見てみましょう。

留学したい！と思ったら… まずはじめに少し考えてみましょう

どのくらいの期間、留学に行きたい？

短期（数日～4週間）

海外が初めて、語学力を向上したい、大学の休暇期間に留学したいという人におすすめ

大学の留学制度

▶ 語学研修・短期留学プログラム
(→2 参照)

中～長期（3か月～1年間）

語学を用いて専門への学びを深めたい、長期で異文化への学びを深めたいという人におすすめ

大学の留学制度

▶ 交換留学制度 (→3 参照)
▶ 認定留学制度 (→4 参照)

大学の留学助成制度

▶ 海外留学にかかる助成制度 (→5 参照)

ここからは
留学準備の進め方をみましょう！

Step1

• 留学計画をたてる

①留学の目的

－何を学びたいのか
－なぜその国に行きたいのか等

②留学時期等

－どのくらいの期間留学したいのか
－どの時期に留学したいのか
－留学までの準備スケジュール

③単位取得計画（履修計画）

－留学先で取得した成績は審査により本学の単位として認定される場合があります。
教育推進課にも留学前に単位取得計画についてはよくご確認ください。

▶▶▶ 国際交流課の留学相談



Step2

• 良い学業成績をおさめる
• 語学力を付ける

・派遣プログラムや奨学金の選考では、学内成績も重要なポイントとなります。
良い学業成績をおさめられるよう日頃の学習はしっかり頑張りましょう。

・プログラムによっては、応募要件に一定以上の語学レベルを要求しているものがあります。
語学試験は早いうちから積極的に受験しておきましょう。

主な語学試験

英語	TOEFL iBT、IELTS
フランス語	DELFT・DALF、TCF
中国語	HSK
韓国語	ハングル能力試験、韓国語能力試験(TOPIK)
ドイツ語	ゲーテ・インスティトゥート・ドイツ語検定試験

Step3

• 奨学金の活用について考える

計画した留学に利用できる奨学金の情報を集めてみましょう。
海外留学のための奨学金等の募集案内は、随時、学内ポータルサイト（UNIPA）に掲載します。
こまめ情報をチェックしましょう。
各種助成制度については→5 参照

いざ、留学！



② 留学準備に活用できる学内プログラム ～語学力向上のために～

大学内で気軽に参加できる、留学前の語学力向上に役立つプログラムをご紹介します。語学のレベルは問わず、気軽に参加できるプログラムばかりですので、ぜひ参加してみてください。

プログラム名	プログラム内容	開催期間	詳細・申込方法
Virtual Language Tables	米国の大学で日本語を学ぶ学生のコミュニケーションパートナーとなって、オンラインで楽しく言語交流を行う活動です。毎回、少人数で自由なテーマでカジュアルにお話をします。英語力に自信のある・なしに関係なく、異文化交流に興味のある方の参加をお待ちしています！	通年 *定期的に募集 活動日 週 5 回 (火～土) ① 9:00～10:00 ② 11:00～12:00	
English Café Talk (杉本キャンパス)	ネイティブ・スピーカー教員と気軽に会話を楽しめます。10名までの予約制なので、少人数でゆっくりと会話を楽しめます。英語レベルは問いません。対面(杉本キャンパスGlobal Village内)とオンライン(Zoom)で開催しています。	月・火・水 16:45～17:45	
English Café (中百舌鳥キャンパス)	ネイティブ・スピーカー教員とリラックスした雰囲気、英語を楽しむ場所を提供します。外国文化や世界の出来事、現在の流行など、あなたのお気に入りのテーマを通して英語を楽しみませんか？英語レベルは問いません。やる気があれば、どなたでも参加可能です。	月・水 16:30～18:00	

※各プログラムの開催期間は変更になる可能性があります。詳細はHP等でご確認ください。

③ 副専攻について

副専攻とは、所属する学部・学科／学域・学類で卒業をめざす主専攻に加え、学部・学科／学域・学類課程の区分を超えて、一人ひとりが主体的に興味関心のある分野を学修する制度です。ここでは積極的な異文化交流を通じ、豊かな国際感覚と逞しく生きるための汎用的能力を備えた人材育成を目指した教育プログラム「GC・SI副専攻」の各コースを紹介します。留学にもつながる副専攻の受講を積極的に検討してみてください。

コース名	内容	対象・参加要件等	詳細・問い合わせ先
GC (グローバル・コミュニケーション) コース	外国語でのコミュニケーション力を強化し、自国や異文化についての理解を深め、人間と社会の多様性・様々な問題を理解・思索できる人材を養成する教育プログラムです。GCコースに正式登録した学生のみを対象とした特別な短期海外研修があります。	・語学要件あり ・1年次に登録が必要	教育推進課基幹教育担当 (kyik-gcc@ml.omu.ac.jp)
SI (ソーシャル・イノベーション) コース	海外の学生と共に学ぶ授業を多数提供するプログラムです。夏休みや春休みを利用した3週間の集中講座「ソーシャル・イノベーション研修：SIGLOC」、オンラインを使って海外大学生と協働学習をする「国際協働演習：ICW」、本学にきている留学生と一緒にAll Englishで日本について学ぶ「Japan Studies: Language and Society」「Introduction to Japanese Culture」など、いろいろな授業が履修できます。この経験は、あなたの次のステップにきつとつながるはず！	・全学年が対象 ・語学要件なし	国際教育センター COIL事業部門 (gr-las-coil@omu.ac.jp) 

ここがおすすめ

SIGLOC ～ソーシャル・イノベーション研修～

SIコースのプログラムの一環で行われている海外交流研修のひとつです。大阪公立大学生と海外大学生とが小グループをつくり、グループ単位で研修に臨みます。行政やNPO、地域ボランティア団体などでフィールド調査を行い、研修先に関わる社会問題について学習、調査、考察し、最後に課題解決のプレゼンテーションを行います。実施形態は、オンラインと現地型があります。



2 語学研修・短期留学プログラム

大阪公立大学では、さまざまな語学研修・短期留学プログラムを実施しています。ご自身の目的にあわせて参加するプログラムを検討してください。

短期留学のポイント！

- ✓ 外国語の集中的トレーニング 夏季・春季の休暇を利用して集中的に語学習得に取り組める！
- ✓ 海外文化体験や現地での交流 プログラムを通じて、海外文化の体験や現地の学生・ホストファミリー等との交流も可能！
- ✓ 長期留学へのファーストステップ まずは短期留学に挑戦することで、長期留学のイメージ、計画につなげることができる！

① 大阪公立大学の語学研修プログラム

派遣先の国際情勢等により中止もしくは派遣先が変更となる場合があります。最新情報はUNIPAをこまめに確認してください。

プログラム名 (授業科目名)	派遣先	実施期間	プログラム内容	対象			問合せ先
				公大	府大	市大	
夏季英語研修 (英語海外語学研修A)	カリフォルニア大学アーバイン校 (アメリカ)	夏季休暇中 (約3週間)	レベル別クラスで英語集中講義を受講。ホームステイで生きた英語を学ぶ。	○	○		教育推進課 (中百舌鳥 キャンパスB3 棟)
春季英語研修 (英語海外語学研修B)	コンコルドインターナショナル英語語学学校 (イギリス)	春季休暇中 (約3週間)	レベル別クラスで英語集中講義を受講。ホームステイで生きた英語を学ぶ。	○	○		教育推進課 (中百舌鳥 キャンパスB3 棟)
フランス語研修 (フランス語海外語学研修A,B)	トゥーレーヌ学院 (フランス)	夏季休暇中 又は 冬季休暇中 (約3週間)	レベル別クラスでフランス語集中講義を受講。ホームステイでフランスの生活習慣を体験。 ・初修外国語を履修中または履修済みの学生が対象	○	○	※	教育推進課 (中百舌鳥 キャンパスB3 棟)
韓国語研修 (韓国語海外語学研修A,B)	全北大学 (韓国)	春季休暇中 (約2週間)	韓国語と韓国文化体験を受講。現地学生とのコミュニケーションを通じて、実践練習を行う。	○	○	※	教育推進課 (中百舌鳥 キャンパスB3 棟)
ロシア語夏季語学研修 (ロシア語海外語学研修)	国立サンクトペテルブルク大学 (ロシア)	夏季休暇中 (約4週間)	レベル別、インターナショナルなクラスでロシア語を学ぶ。現地の学生と交流し、異文化についての理解を深める。2022年度はオンライン授業での実施。 ・語学力の目安：キリル文字や発音の基礎が理解できていることが望ましい。	○		※	教育推進課 (杉本キャンパス全学共通 教育棟2F)
異文化理解・アイディエーション演習 (国際活動とキャリア)	主にアジア諸国の大学 (2022年度はタイ、アメリカ、カンボジア、日本で実施)	夏季休暇中 又は春季休暇中 (約1週間)	現地大学生とチームを作り、ディスカッションやグループワークを通して課題に取り組み、アイデアを英語でプレゼン。 ・語学力の目安：日常会話程度の英語コミュニケーション力	○	○	※	高度人材育成推進センター (中百舌鳥 キャンパスA6 棟)
GC・SI副専攻 カナダ・ビクトリア大学短期語学研修	ビクトリア大学 (カナダ)	夏季休暇中 (約3週間)	本学とカナダ・ビクトリア大学のEnglish Language Centreが協力して作成した独自のプログラム。 積極的・主体的に英語を活用し、現地学生とのコミュニケーションすることにより、英語力を高める。 ・GCコースを履修中の学生が対象	○		○	教育推進課 (杉本キャンパス全学共通 教育棟2F)

※単位認定については教育推進課への確認が必要です

② 大阪公立大学の短期留学プログラム（学部・学域、大学院生対象）※2023年度予定

派遣先の国際情勢等により中止もしくは派遣先が変更となる場合があります。最新情報はUNIPAをこまめに確認してください。

プログラム名	渡航先	実施期間	プログラム内容	語学レベル目安 * 詳細は募集要項要 確認
University English Programme	シェフィールド大学 (イギリス)	夏季休暇中 (約3週間)	英語を集中的に学ぶプログラム。 コース期間中は、チューターと定期的 に1対1の授業を受ける。	TOEIC650程度
サマーエンリッチメントプログラム (ELC)	マラヤ大学 (マレーシア)	夏季休暇中 ・ 春季休暇中 (約3週間)	英語とマレーシア文化を集中的に学 ぶプログラム。マラヤ大学学生がバ ディとなり参加者をサポート。	TOEIC550程度
サマーエンリッチメントプログラム (SoSHIP)	マラヤ大学 (マレーシア)	夏季休暇中 ・ 春季休暇中 (約3週間)	午前は英語で人文社会学系の専門科 目を受講。午後はマレーシア文化も 学ぶプログラム。マラヤ大学学生が バディとなり参加者をサポート。	TOEIC785以上 CEFR B2以上 英語でのディス カッションやデイ ベートが可能な者
個人留学プログラム（タイ）	チェンマイ大学 (タイ)	夏季休暇中 (約3週間)	英語とタイ文化を学ぶプログラム。 午前は授業を受講、午後は様々なア クティビティに参加。	TOEIC550程度
クロスカルチャープログラム	泰日工業大学 (タイ)	春季休暇中 (約3週間)	英語による国際経営講義、タイ企業 の工場見学、泰日工業大学学生との 国際交流など。	TOEIC550以上
個人留学プログラム（台湾）	淡江大学 (台湾)	春季休暇中 (約3週間)	レベル別クラスで週20時間の中国語 集中講義を受講。	初心者から可
British Culture Studies Programme	オックスフォード大学 ハートフォードカレッジ (イギリス)	春季休暇中 (約3週間)	世界のトップクラスの大学で英語と イギリス文化を学ぶプログラム。 学生寮に滞在し、オックスフォード 大学現役学生との交流も可能。	TOEIC650程度



短期留学体験者の声

マラヤ大学 SEP SoSHIP

SoSHIPのおすすめポイントは英語「を」学ぶのではなく、英語「で」学ぶ点です。
英語が出来ればこんなに世界が広がるんだという経験が出来ますし、英語で学び、英語で考え、英語で意見を
発表する経験はとても良い経験になります。ローカルバディはとても親切であたたかく、すぐに仲良くなれま
した。また、フィールドトリップが数多くあり、マレーシアの観光名所をコンプリートするくらい様々な場所
を訪れることができます。マレーシアという国についても、文字で知るのではなく実際にこの目で見て肌で感
じて学ぶことができるのでオススメです。



フランス語海外語学研修

3週間のホームステイでの生活を通して、フランスの文化を体感することができました。
海外に行くのが初めてだった私は、日本以外の文化に合わせられるのか正直不安でした。
しかし、明るく親切的なファミリーやルームメイトのおかげで、家でも楽しく過ごすことができました。
クラスでは主にペアワークをしたり、自分の意見を発表したりと、スピーキングが求められる授業が多
かったです。クラスメイトの国籍や年齢も様々なので、世界中に友達に欲しい人にはぴったりです。
夢や目標を熱く語ってくれる彼らとの交流は、私にとって非常に良い刺激となりました。



韓国語海外語学研修

この研修を通じて、韓国語のみならず、日本と韓国の価値観や文化の共通点や相違点など様々なことを学ぶことが
できました。また、韓国でしか体験できないようなたくさんの経験をすることができ、とても充実した2週間を過
すごすことができました。これからも、様々なことに興味を持ち、積極的に海外に行くことで自分の視野を広げると
ともに、世界の今を肌で感じながら学びを深めていこうと思います。



3 交換留学制度



① 交換留学制度とは

本学に在学しながら、大阪公立大学と学術交流協定を締結している大学に留学する制度です。
本制度での留学は、派遣先の大学で開講される授業（専門科目）や外国語クラスの受講が可能です。

交換留学制度のポイント！

- ✓ **在学しながらの留学** 本学に在学しながらの留学が可能！
- ✓ **授業料免除** 留学中は本学に授業料を納入し、留学先大学の授業料は免除！
- ✓ **単位認定の可能性** 留学先で取得した成績は、審査を経て本学の単位として認定される場合あり！

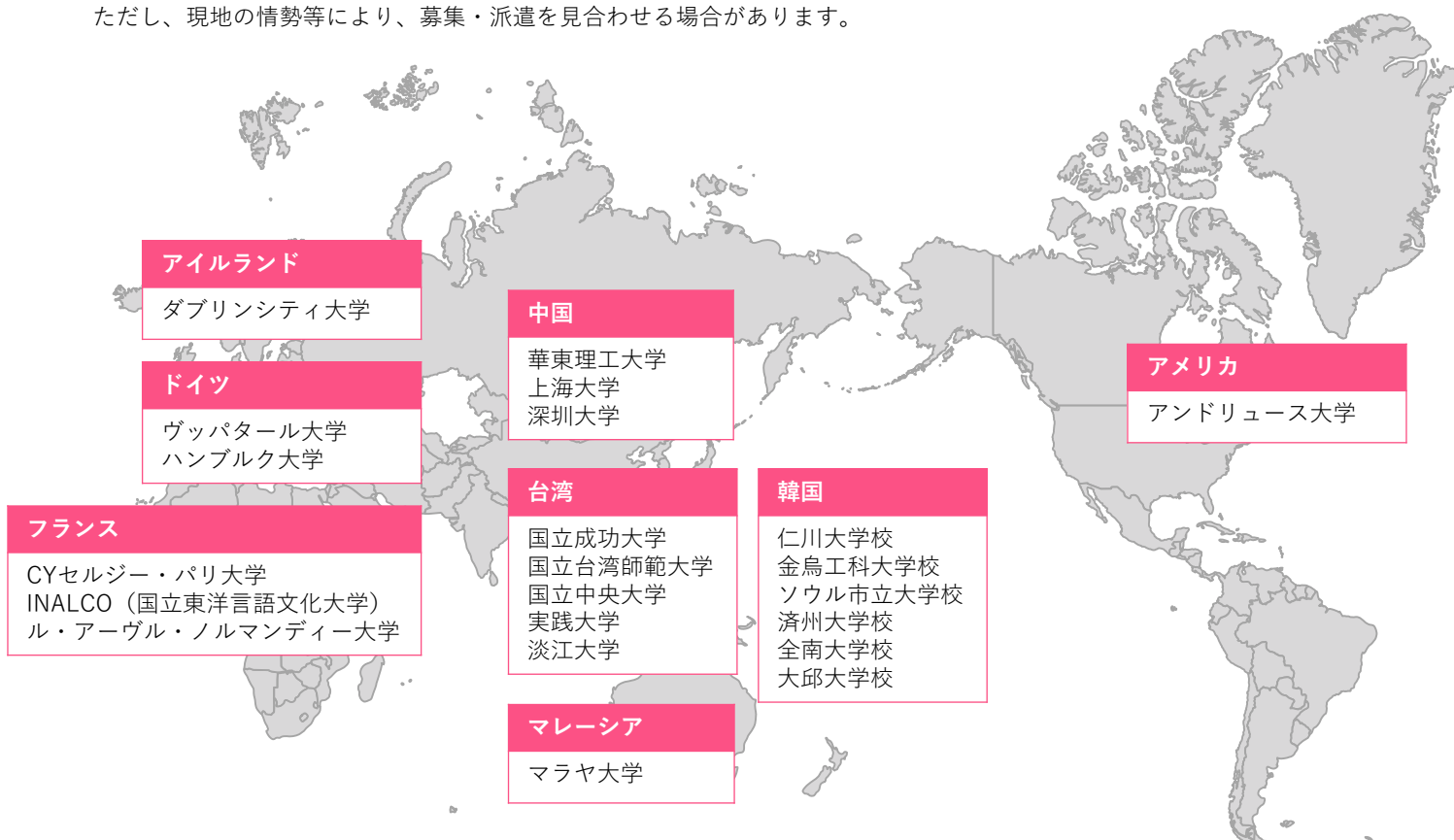
② 交換留学の年間スケジュール（予定）

交換留学は後期派遣を主とします。年間の募集枠に余りがある場合のみ、前期派遣の募集を行う場合があります。
一部の大学は後期からのみの派遣となります。（フランスの協定大学等）

2023年						2024年											
7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
2024 前期派遣 募集開始	学内締切 ・ 選考	推薦者 決定		出願手続		受入許可通知 ビザ取得手続		2024前期派遣 (2024年3月～2024年8月) 1学期間のみの派遣									
			2024 後期派遣 募集開始	学内締切	選考	推薦者 決定		出願手続					受入許可通知 ビザ取得手続	2024後期派遣 (2024年9月～) 1学期間または1年間			

③ 大阪公立大学の交換留学先～国際交流課で募集する全学生対象プログラム～（2023年度3月時点）

応募条件の詳細、最新情報はUNIPAで確認してください。応募時期は概ね留学開始の半年以上前です。
ただし、現地の情勢等により、募集・派遣を見合わせる場合があります。





交換留学体験者の声

淡江大学（台湾）

台湾・淡江大学では、海外からの留学生が多く、台湾の学生以外の様々な国の学生と交流することが出来ます。また、中国語だけではなく、英語で開講される授業や学部も多くあるので、英語を使って留学したい学生の方にもオススメです。家賃がとても安く、一月当たり約1万円で住むことが出来ます。また、寮では台湾の学生だけではなく、世界中の国から来た留学生たちと一緒に過ごすことが出来るので、色んな国の友達出来ます。寮の屋上には共同スペースがあり、みんなで一緒に話をする事が出来るので、語学力の向上にも繋がります。土日には寮に住む友達と遊びに出かけることも多々ありました。



CY・セルジー・パリ大学（フランス）

フランスの大学では、日本語を学ぶフランス人とともに、日仏の翻訳の授業や英国の文化や企業に関する英語の授業を受講していました。この留学は毎日が本当に新鮮で刺激的でした。街、食事、文化、人、どれをとっても日本では絶対に体験できない経験でした。次フランス人の友だちと再会する時までに、必ずフランス語を上達させようと思いました。今回の留学のおかげで、語学の勉強への意欲、異文化交流の経験を得ることができました。同時に自分の関心・研究分野に関する知識や興味も増え、それを卒業論文に活かしたいと考えています。幼い頃から夢であった留学を叶えることができ、今後の人生にとっても影響のある5か月間でした。



4 認定留学制度

認定留学制度とは

学術交流協定に基づく交換留学以外の形態で在学期間中に海外留学をする場合に、一定の条件を満たすことにより、在学しながら留学することが認められる制度です。制度の詳細及び最新の情報についてはUNIPAをご確認ください。

認定留学制度のポイント！

- ✓ **在学しながらの留学** 本学に在学しながらの留学が可能！
- ✓ **留学先の選択肢増** 交換留学以外の幅広い大学等から留学先を選ぶことができ、留学先の選択が広がる！
- ✓ **授業納付が二重** 本学と派遣先大学・機関双方に授業料を納付する必要あり
- ✓ **単位認定の可能性** 留学先で取得した成績は、審査を経て本学の単位として認定される場合あり！

中長期留学
ポイント整理

	本学の授業料	留学先大学の授業料	在学扱い	単位認定
交換留学	要	不要	○	△ (所属学部等の審査)
認定留学	要	要	○	△ (所属学部等の審査)
休学留学	不要	要	×	×

5 海外留学にかかる助成制度（奨学金）

① 海外留学にかかる費用（一例）



交換留学（アイルランド・1学期間）	
大学への授業料納付	27万円
留学先への授業料納付	0万円
渡航費	30万円
食費	18万円（3万円/月）
住居費	54万円（9万円/月）
交通費	6万円（1万円/月）
雑費	18万円（3万円/月）
海外旅行保険	5万円
ビザ申請	0万円
合計：約	158万円

交換留学（台湾・1学期間）	
大学への授業料納付	27万円
留学先への授業料納付	0万円
渡航費	10万円
食費	18万円（3万円/月）
住居費	12万円（2万円/月）
交通費	1.2万円（2千円/月）
雑費	18万円（3万円/月）
海外旅行保険	3万円
ビザ申請	1万円
合計：約	90万円

海外留学には多額の費用がかかります。
学内外問わず奨学金に応募するなど、しっかり資金計画を立てましょう！

② 海外留学のための奨学金等

学内の海外留学奨励制度

短期海外留学プログラム奨励制度	本学が提供する語学研修、短期留学プログラムに参加する学生のための奨励金です。助成金額（給付）は渡航先により2～6万円、オンラインプログラムの場合はプログラム費用の20%。
中長期海外留学奨励制度	1ヶ月以上1年以内の期間で交換留学、認定留学、研究目的での留学をする学生のための奨学金です。助成金額（給付）は渡航先及び留学期間により、5～42万円。 例：中国 半年 15万円、アメリカ 1年 42万円 など

✓ 海外留学のための奨学金等の募集案内は、UNIPAに随時掲載しますのでこまめにチェックしてください。

学外の海外留学のための奨学金制度（一例）

- [日本学生支援機構（JASSO）大学院学位取得型海外留学支援制度](#)
- [文部科学省 トビタテ！留学JAPAN](#)
- [国際学生交流プログラム助成 | 公益財団法人 中谷医工計測技術振興財団（中谷RIES）](#)
- その他民間の奨学財団等
阪和育英会奨学金、大遊協国際交流・援助・研究協会、ロータリー財団グローバル奨学金 等

✓ [日本学生支援機構（JASSO）webサイト](#)に地方自治体・民間奨学団体及び外国政府の奨学金情報が掲載されています。奨学金の募集時期は留学時期の約1年前となっていることが多いため、早めに募集要項を確認してください。



学外奨学金を利用した先輩の声

中谷医工学計測技術振興財団（中谷RIES）

Nakatani RIES プログラムとは、海外の大学の研究室で研究を実体験する夏季・春季休暇を利用したプログラムです。本格的な研究をするのは初めてでしたが、実際に研究室に配属されて、ミーティングやラボワークに取り込み、最後には研究内容について英語で発表することができました。特に、二回目の一人でアメリカに行って研究をした経験は自信につながり、帰国してからは多少のことでは動じなくなりました。研究に興味のある同世代の大学生と将来について熱く語り合ったことは、学部卒業後の進路を決めるうえで自分の中の指針になりました。



中谷医工学計測技術振興財団（中谷RIES）

中谷財団が提供している「国際交流プログラム」を通して大学3年生の夏休みに2ヶ月程ジョージア工科大学にて研究インターンをしていました。このプログラムの良い所は主に3つあります。一つ目は金銭面です。飛行機代、ビザ取得代、宿代、学費、携帯費用、日々の生活費が財団から支給されます。二つ目は学部生のうちからアメリカの名門大学で研究経験を積むことができる点です。三つ目は全国の優秀な学生と切磋琢磨し将来のキャリアについて省察する機会があることです。私はこの留学経験を通してアメリカの大学から論文を出すことができ、Labの経験を通して本格的にアメリカのPh.Dを目指すようになりました。語学留学ではなく自分の専門の分野で海外経験を積みたい、学部生のうちから研究したい、将来的に海外でも働きたいそんな方にはおすすめの留学です。



▶▶▶ 海外留学に関する情報は以下をチェック！！

学生Navi	UNIPA	留学相談	留学レポート	国際交流課 メルマガ登録

こまめにチェック
する習慣をつけよう！