

Title	教員による派遣留学相談の実践報告 : 5年間を通じた気づきと今後の課題
Author(s)	中野, 遼子
Citation	多文化社会と留学生交流 : 大阪大学国際教育交流センター研究論集. 2022, 26, p. 63-71
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/86449
rights	
Note	

Osaka University Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

教員による派遣留学相談の実践報告

— 5年間を通じた気づきと今後の課題 —

中野 遼子*

要 旨

本稿は、筆者が2017年度より担当している「教員による派遣留学相談」についての実践報告を行うとともに、留学相談の意義と教員の役割を明らかにして、今後の留学相談の充実に向けた提案を行うことを目的としている。そこで、相談者へのアンケート結果や相談メモ等から得られた留学相談内容を、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチを援用して分析した結果、「教員による留学相談図」を提示した。さらに、留学相談の回答事例を整理・分析することにより、留学相談における教員の役割として、「疑問の解決」「課題の明確化」「選択肢の提供」「視野の拡大」の4つを明らかにすることができた。

【キーワード】 留学相談、派遣留学、交換留学、オンライン相談

1 はじめに

大阪大学は、2021年12月1日現在、大学間交流協定は38カ国・地域の141件、部局間交流協定は61カ国・地域の641件を有しており、国際学生交流に力を入れている¹⁾。

2020年度は、COVID-19の影響により大学間派遣交換留学を実施できなかったが、2019年度の大学間派遣交換留学生数は計87名で、23カ国・地域の61大学に派遣した。今後、さらなる派遣留学生数の増加を目指しており、そのためには、留学相談のいっそうの充実が求められている。そこで、本稿では、留学相談の回答内容を整理し、事例紹介を行うことで、派遣留学相談における①教員の役割と、②留学相談の意義を考える。

2 大阪大学の交換留学生派遣状況

まず、2016年度から2020年度の派遣交換留学の応募者数と派遣者数は、図1の通りである。2016年度の応募者数が191名で最も多く、その後はわずかに

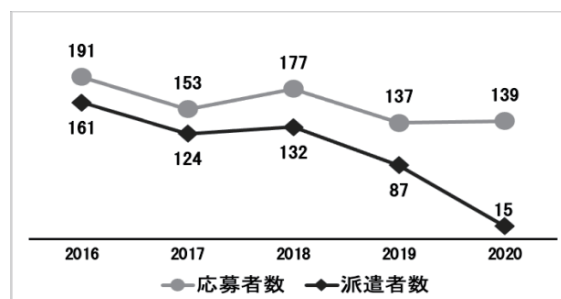


図1 大阪大学の派遣交換留学の応募者数と派遣者数

増減を繰り返している。2020年度は、COVID-19の影響により、対面の交換留学が中止となったが、そのうち次年度の交換留学に再応募をした学生が29名いた。派遣交換留学生数については、2016年度が最も多く、161名であった。2020年度は、応募者数は例年並みであったが、派遣者数は、海外渡航中止のためオンラインによる参加のみとなり、計15名にとどまった。また、2015年度から2020年度にかけての派遣地域と派遣交換留学生数の内訳は表1の通りである。

* 大阪大学国際教育交流センター特任助教

表1 大阪大学の派遣交換留学生数の内訳

	2015	2016	2017	2018	2019	2020	合計
アジア	41	56	27	35	29	4	192
欧州	51	59	39	45	36	7	237
北米	32	32	43	32	15	2	156
南米	6	4	4	4	1	0	19
ロシア	6	5	4	4	2	0	21
豪州	5	5	7	12	4	2	35
合計	141	161	124	132	87	15	660

2020年度の派遣学生は全員オンラインによる参加。

3 先行研究

3-1 留学相談関連研究

一橋大学留学生・海外留学相談部門（2015）は、留学相談の相談体制、日時、件数、相談内容を詳細にまとめた実践報告を提示した。

高橋（2018）は、派遣学生の留学相談について、(1)留学先として英語圏や英語で授業が受けられる大学を希望する傾向が高い、(2)留学情報やサポート体制の周知をはかることが重要、(3)留学に興味のある学生への支援強化と留学の成果を伝える方法を充実させる、(4)留学相談や説明会で1・2年生の早い段階での留学を勧めることが重要、(5)単位互換を進めるためのラーニングアグリーメントの導入の重要性、(6)一歩踏み込んだ支援が留学促進につながる可能性、という6点を明らかにした。

3-2 進路相談関連研究

進路相談に関する研究については、井上（2008）が、進路支援者に関する12年間の実践研究を行っている。その結果、進路相談の取り組み方や導き方によって、学生本人が気付かなかった資質や能力を引き出し、伸ばせること、そして、学生一人ひとりの気持ちの変化に配慮をし、大学卒業後のキャリアライフ（社会生活）を意識しながら個別支援を徹底することは、学生の就職活動や大学生活に対するモチベーションの維持に効果的であることが明らかとなった。栗田（2007）は、進路相談における面接技法の有効性について述べている。風見（2020）は、学習指導要領を基にしながら、キャリアカウンセリングの理論を用いて、中学校の進路相談に関する実践事例をまとめた。

ここまで、留学相談や進路相談関連の先行研究を見てきたが、留学相談に関する先行研究は多いとは

言えない。井上（2008:2）は、「（進路相談関連研究に関して）若年者の就職については調査結果も豊富にあるが、大学の就職課にて日々の進路相談を実施する者が、現場からの視点で研究し、大学生のキャリア意識形成のために必要な具体的方策を探求することは成熟した研究領域にまで至っていない」と述べており、留学相談関連研究も同様の状態だといえる。本稿も実践報告となるが、これまでの相談事例のカテゴリー化を通して、留学相談の効果や意義を明らかにしたい。

4 調査概要

本調査は、2017年4月から2021年12月末までの学期中に実施した「教員による留学相談」（以下、「留学相談」）への参加学生対象のアンケート調査、相談内容を基にまとめた回答集、留学相談メモを分析資料として用いる。留学相談の実施概要は、図5にまとめている。

調査期間中に留学相談に来た学生は延べ507名で（図2）、教員3名で対応した。

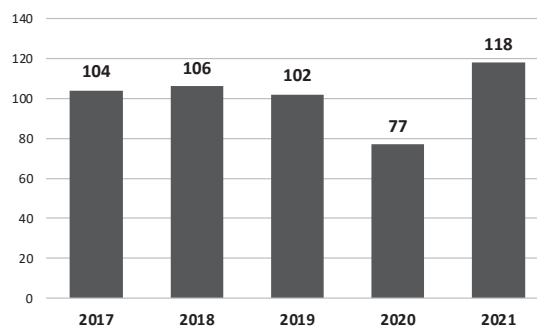


図2 年度ごとの相談者数（人）

そのうち、アンケート調査回答者は290名（女性198名、男性91名、未回答1名）で、所属学部・研究科は表2と表3の通りである。学部生の相談者が多く、その中でも外国語学部（113名）の学生が最も多い。そして、法学部（37名）、経済学部（24名）、文学部と工学部（ともに22名）、人間科学部（20名）と続いている。

分析方法は、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ（木下、2007）を援用した。

表2 アンケート回答者の内訳（学部）

学部	2017	2018	2019	2020	2021	合計
文学部	5	4	4	4	5	22
人間科学部	2	5	3	6	4	20
外国語学部	15	26	21	21	30	113
法学部	14	8	6	1	8	37
経済学部	8	5	4	2	5	24
工学部	3	7	4	4	4	22
基礎工学部	4	1	2	2	6	15
理学部	3	1	0	1	2	7
歯学部	0	0	0	0	0	0
薬学部	0	0	1	1	0	2
医学部	2	1	0	1	2	6
合計	56	58	45	43	66	268

2021年度は12月末までのデータ

表3 アンケート回答者の内訳（研究科）

研究科	2017	2018	2019	2020	2021	合計
文学研究科	1	0	0	0	1	2
人間科学研究科	0	0	0	0	1	1
法学研究科	0	0	0	0	0	0
経済学研究科	0	0	0	0	0	0
工学研究科	3	2	1	0	0	6
基礎工学研究科	1	0	0	0	0	1
理学研究科	1	0	0	0	0	1
歯学研究科	0	0	0	0	0	0
薬学研究科	0	0	1	0	0	1
医学研究科	1	1	1	0	0	3
言語文化研究科	3	1	0	0	0	4
国際公共政策研究科	0	1	0	0	0	1
情報科学研究科	0	0	0	0	0	0
生命機能研究科	0	0	1	0	0	1
高等司法研究科	0	0	0	0	0	0
その他	1	0	0	0	0	1
合計	11	5	4	0	2	22

2021年度は12月末までのデータ

表4 年度ごとの相談内容（複数回答）

	2017	2018	2019	2020	2021	合計
交換留学	58	47	35	35	50	225
休学して私費留学	10	13	16	14	23	76
長期休暇中の語学研修	23	11	15	10	15	74
研究留学	6	6	5	1	5	23
海外大学院進学	12	8	3	7	14	44
海外インターンシップ	7	9	4	7	9	36
ワーキングホリデー	6	4	2	4	7	23
その他	2	5	1	0	3	11
合計	124	103	81	78	126	512

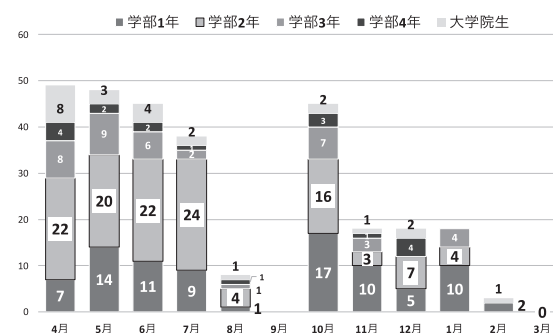


図3 月・学年ごとの留学相談数



図4 オンライン留学相談の様子

5 結果

5-1 アンケートの回答結果

ここから、アンケートの結果を提示していく。

まず、相談内容で最も多いものは、「交換留学」(225件)で、次に「休学して私費留学」(76件)、「語学研修」(74件)と続いている(表4)。また、2021年度は、COVID-19の影響により、例年と比べて、「休学して私費留学」に関する相談件数が多い傾向にあった。

月ごとの相談数については、4月から7月と、10月に多いことがわかる(図3)。交換留学の募集締め切りが6月と9月であるため、その前後に相談件数が多いといえる。学年については、2年生の相談が

最も多い。

5-2 留学相談の回答事例

次に、特に多い相談内容とその回答事例を7つ紹介する。

まず、最も多い相談内容が、「とりあえず留学に行きたいが、何をしたら良いのかわからない」という質問である。交換留学関係者から直接、制度について説明を受けて内容を確認したい学生が多いため、個々の学生に応じて必要な情報を提供したり、一緒に解決策を考えたりしている。次に、「とりあえず英語圏に行きたい」という相談も多い。その際、英語圏に行く強い目的がない場合は、英語で留学可能な英語圏以外の留学先を提案するようにしている。ま

相談事例 1	とりあえず留学に行きたいが、何をしたら良いかわからない
回答例	<ul style="list-style-type: none"> • いつ頃、どこに、何のために留学したいのかを聞く。 • 留学に必要な成績や語学スコア、手続き方法を伝える。「よくある質問の回答集」を見ながら説明する。参考資料参照 • 学内でできる英語学習方法を伝える。 • 留学と卒業までのスケジュールを図示する。 • 留学後の進路を聞く。

相談事例 2	とりあえず英語圏に行きたい
回答例	<ul style="list-style-type: none"> • 英語スコアを確認する。 • 英語圏以外にも、英語で留学できる大学を伝え、自分に合った大学を選べるよう選択肢を与える。 • 英語圏以外での留學生活体験を伝える。

相談事例 3	留学と今後の大学生生活のスケジュールを知りたい（就職活動の時期、卒業年度、進路相談）
回答例	<ul style="list-style-type: none"> • 留学と卒業までのスケジュールを図示する。 • 将来やりたいことを聞く。 • 就職活動についての他学生の例を伝える。 • 就職活動に関する教員の意見を伝える。

相談事例 4	各協定校に関する個別の質問
回答例	<ul style="list-style-type: none"> • 回答者が知っている情報を伝える。 • わからない場合は、ホームページと一緒に確認したり、派遣担当者に問い合わせ、その回答を相談者に伝える。

相談事例 5	私費留学をしたい（12～2月に多い質問）
回答例	<ul style="list-style-type: none"> • いつ頃、どこに、何のために留学したいのかを聞く。 • 費用について確認する。 • 大阪大学では取り扱っていないので、相談先を提示する。（生協等の留学斡旋会社、領事館など） • 留学と卒業までのスケジュールを図示する。 • 大学院留学や研究留学の場合は、研究計画を聞く。 • 留学後の進路を聞く。

相談事例 6	海外の大学のホームページの見方がわからない
回答例	<ul style="list-style-type: none"> • 交換留学の場合は、「exchange program, 大学名」で調べるよう伝える。 • ホームページの見方が難しい場合は一緒に調べる／相談後に調べてURLを送る。 • ホームページを見てもわからない場合は、派遣担当者に質問して、その回答を相談者に連絡する。 • ある程度一緒に調べたら、残りは自分で調べてみるよう伝える。

相談事例 7	奨学金について知りたい
回答例	<ul style="list-style-type: none"> • 海外留学ガイドブックの奨学金のページを見て、紹介する。 • 回答者が知っている情報を伝える。 • JASSOの奨学金のページを紹介する。 • 詳細は、留学奨学金担当者に問い合わせるよう伝える。

	対面による留学相談	オンラインによる留学相談
時期	2017～2019年度	2020～2021年度
場所	<ul style="list-style-type: none"> • 豊中キャンパス 毎週木曜日 • 箕面キャンパス 毎週火曜日 • 吹田キャンパス 第2・4金曜日 (各キャンパス教員1～3名で同時対応)	<ul style="list-style-type: none"> • Skype • ZOOM (毎週火・木曜、第2・4金曜日) (毎回教員1～3名で同時対応)
期間	学期中の12:00～13:00 (1人20分、1日最大3人まで)	
相談員	国際教育交流センター短期プログラム開発研究チームの教員3名	
予約	留学ポートフォリオ (アンザスインターナショナル) にて受付	
長所	<ul style="list-style-type: none"> • 相談専用の部屋が確保されているので落ち着いて相談できる。 	<ul style="list-style-type: none"> • 移動がないので複数の教員が同時に対応できる。 • 学生がどこからでも相談できる。 • 資料を共有しやすい。
短所	<ul style="list-style-type: none"> • 教員・学生にとって、キャンパス移動に時間がかかる。 	<ul style="list-style-type: none"> • 昼休みのキャンパス内では落ち着いて相談できる場所が少ない。 • インターネット環境の影響を受けやすい。

図5 留学相談の実施概要

た、留学後、特に就職活動と留学の兼ね合いについての相談も多く、交換留学経験学生の就職活動の事例を伝えるようにしている。「私費留学をしたい」という相談については、希望の留学に合った留学斡旋会社や領事館の情報を伝えている。各協定校に関する個別の質問、協定校のホームページの見方、奨学金については、できる限り自分で調べるよう伝えるが、一緒に調べる時間を取って、ホームページの探し方や見方を伝えるようにしている。

5-3 教員による留学相談図

分析の結果、アンケート回答、留学相談メモの内容から、留学相談の回答事例について、12の「カテゴリー」と2つの「大カテゴリー」に分類し、さらに1つの【最終的カテゴリー】に包括することができた(表5)。最終的カテゴリーは、【留学相談内容】で、その中には、「留学内容」と「留学情報」という2つの「大カテゴリー」がある。「留学内容」には、「①留学・卒業時期」、「②留学先」、「③留学の目的」、

表5 【留学相談内容】のカテゴリー別の回答事例

カテゴリー	〔留学内容〕の回答事例	カテゴリー	〔留学情報〕の回答事例
留学・卒業時期	留学期間について聞く	成績 (GPA)	必要な成績 (GPA) を伝える
	留学と卒業までのスケジュールを図示する		必要な語学スコアを伝える
	将来を見据えた留学のスケジュールを考える		語学スコアの獲得時期を知らせる
留学先	行きたい大学を絞るよう伝える	語学スコア	語学スコア獲得のスケジュールを考える
	大学間のほかに部局間交換留学についても紹介する		語学力向上の方法を伝える
	英語圏以外にも、英語で留学できる大学を伝える		英語で開講されている授業について伝える
留学の目的	留学の目的を明確にするよう伝える	単位互換	大学内で英語学習できる方法を伝える (チューター制度、多言語カフェ、留学交流サークルB. S. P、Project HELP!)
	留学準備のために今後やるべきことを伝える		奨学金
留学中の学修計画	留学中にやりたいことを聞く	相談先	担任の先生に相談するよう伝える
	留学中にやりたいことリストを作るよう伝える		各学部の担当部署に相談するよう伝える
	留学中の勉強方法を伝える		各国領事館に相談するよう伝える
留学後の進路	留学に関する自分の経験・意見を伝える	留学手続き	先輩に話を聞いてみるよう伝える
	就職活動についての例を伝える		大阪大学海外ホームページについて伝える
	就職活動に関する教員の意見を伝える		専攻に強い大学の調べ方を伝える (世界大学ランキング)
	将来やりたいことを聞く		協定校のホームページの調べ方を伝える 各大学特有の制度について伝える (UCやサンクトペテルブルク大学等)
		留學生生活	申請書の書き方を伝える 寮について伝える 留学費用についてこれまでの例を伝える 留學生生活での注意点を伝える

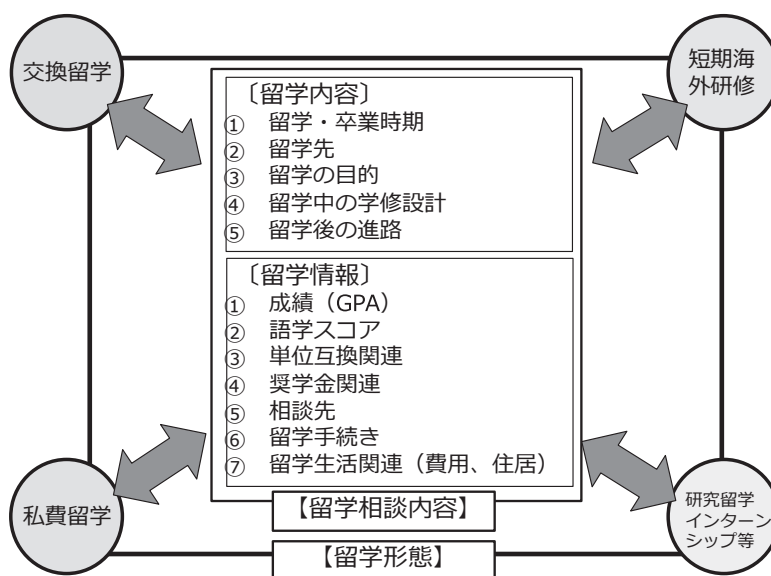


図6 教員による留学相談図

「④留学中の学修設計」、「⑤留学後の進路」の5つの「カテゴリー」が含まれている。そして、「留学情報」には、「①成績（GPA）」、「②語学スコア」、「③単位互換関連」、「④奨学金関連」、「⑤相談先」、「⑥留学手続き」、「⑦留学生生活関連（費用、住居）」の7つがある。

また、「交換留学」、「私費留学」、「短期海外留学」、「研究留学・インターンシップ」という4つの【留学形態】を追加し、「教員による留学相談図」を作成した（図6）。

図6は、どの留学形態であっても、留学相談内容を確認する、つまり、「留学内容」を聞き取り、個々の相談者に適した「留学情報」を提供することを表している。

6 考察

参与観察、留学相談メモの内容、回答集から、回答事例をカテゴリー化し、それを基に留学相談の効果を、1)疑問の解決、2)課題の明確化、3)選択肢の提供、4)視野の拡大という4つに分類した。この分類をもとに、「留学相談における教員の役割」を図7に示す。

表6 留学相談の効果とその事例

	回答例
疑問の解決	学生からの質問に答える ・ 留学に必要な語学スコアを伝える ・ 留学や奨学金に必要なGPAを伝える
課題の明確化	留学までにやるべきことを伝える ・ 語学スコア獲得時期やスケジュールを伝える ・ 留学と卒業までのスケジュールを図示する
選択肢の提供	学生が知らない情報を提供する ・ 大学間のほかに部局間交換留学についても紹介する ・ 英語で留学できる英語圏以外の大学を提示する
視野の拡大	学生に広い視野からアドバイスをする ・ 将来を見据えた留学のスケジュールを考える ・ 就職活動に関する教員の意見を伝える

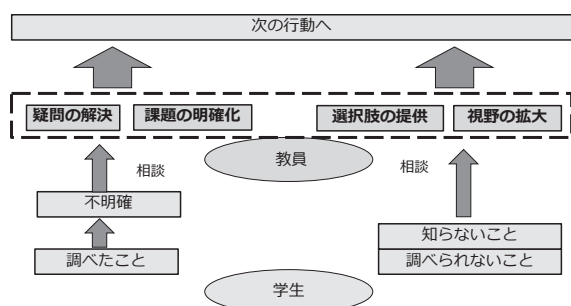


図7 留学相談における教員の役割

ここで、教員による留学相談では、「留学情報」の提供だけでなく、学生の「留学内容」やその先の進路設計まで考えさせることができる。つまり、「疑問の解決」だけでなく、「課題の明確化」「選択肢の提供」「視野の拡大」を行っているといえる。

高橋（2018:373）は、「一歩踏み込んだ支援が留学促進につながる可能性」を示唆している。ここでは、上記の「課題の明確化」「選択肢の提供」「視野の拡大」という3つが「一歩踏み込んだ支援」であるといえる。

また、井上（2008:1）は、「学生一人ひとりの気持ちの変化に配慮をしながら、更には大学卒業後のキャリアライフ（社会生活）を意識しながら個別支援を徹底することは、学生の就職活動や大学生活に対するモチベーションの維持に効果的である」と述べている。そのため、留学準備の相談だけでなく、留学後や卒業後の進路についても一緒に考えることは、大学生活および留學生活のモチベーションの維持や充実のためにも重要であると考えられる。そして、これは「一歩踏み込んだ支援」の効果であり、教員による留学相談の意義であるといえるだろう。

7 まとめと今後の課題

本稿では、留学形態を4つに分類することができた。そして、留学相談の回答例を、12の「カテゴリー」に、そして、「カテゴリー」を2つの「大カテゴリー」に分類し、さらに1つの【最終的なカテゴリー】に包括した。

上記の分類を合わせて、「教員による留学相談図」を作成することができた。また、アンケート結果、留学相談メモの内容、事例から、留学相談の回答例を表5のように分類し、留学相談における教員の役割を図示し、教員による留学相談の意義を明らかにすることができた。ここから、教員による留学相談では、「留学情報」の提供だけでなく、学生の「留学内容」やその先の進路設計まで考えさせることが重要であることがわかる。つまり、留学相談において、教員の4つの役割、「疑問の解決」「課題の明確化」「選択肢の提供」「視野の拡大」を意識することは、学生の「留学促進」だけでなく、「大学生活や留學生活のモチベーションの維持や充実」のためにも重要であることが明らかとなった。ここから、留学相談は、学生の進路相談（自分の将来を考えて語る機会）

でもあるといえるだろう。

そこで、2021年度からは、「交換留学スケジュール表」（参考資料の資料1）を提示し、「課題の明確化」、「選択肢の提供」を行いながら、卒業論文や就職活動といった将来の見通しを確認しつつ、留学相談を行っている。

最後に、今後の課題について述べる。まず、留学相談の充実のため、以下の5つの改善点が挙げられる。

- (1) 多様な宣伝方法により周知する
- (2) ハイブリッドによる留学相談の実施
- (3) 他部署（特に、キャリア支援センター）との連携
- (4) 多様な事例のストックを整理し保存する（4年間で修了できる事例や、6回生になっても就職できた例など）
- (5) パンデミック後の新しい留学形態の可能性を視野に入れた留学相談の実施

次に、本調査は、アンケート調査と留学相談メモの分析にとどまったが、今後は、相談利用学生に留学後のインタビューを実施し、本研究を深める。そして、「一歩踏み込んだ支援」のためには何が必要か、さらなる研究を進めたい。

注

- 1) 大阪大学（2021）「交流協定締結状況」
<https://www.osaka-u.ac.jp/ja/international/action/exchange>（2021年12月20日アクセス）

参考文献

- 井上奈美子（2008）「進路相談のあり方に関する探求—大学卒業後のキャリアライフを意識して」『経済論究』132, 1-11.
- 井上奈美子（2018）「キャリア教育に関連する海外文献レビュー」『福岡県立大学人間社会学部紀要』24, 97-110.
- 風見章（2020）「教育相談を活用し自らの進路を主体的に選択できる生徒の育成：キャリアガイダンス（進路相談）の充実を目指して」『洗足学園音楽大学教職課程年報』4, 1-12.
- 木下康仁（2007）『ライブ講義 M-GTA—実践的質的研究方法修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチのすべて—』弘文堂
- 栗田智未（2007）「大学生の進路相談場面における解決志向的面接技法の有効性」『広島大学大学院教育学研究科紀要 第三部 教育人間科学関連領域』53, 273-281.
- 高橋美能（2018）「日本人学生の海外留学を促進する方策—東北大学の留学相談者と留学未経験者を対象とする調査結果を基に—」『東北大学高度教養教育・学生支援機構紀要』4, 373-381.
- 一橋大学留学生・海外留学相談部門（2015）「留学生・海外留学相談部門」『一橋大学国際教育センター紀要』6, 187-198.

参考資料

資料1 交換留学スケジュール表の例

イギリスの大学の場合

学年	2021年	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1	交換留学時期												
	交換留学応募時期												
	語学試験準備												
	奨学金申請時期												
	就職活動時期												

学年	2022年	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
2	交換留学時期												
	交換留学応募時期				学内申請時期				面接		内定		
	語学試験準備												
	奨学金申請時期												
	就職活動時期												

学年	2023年	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
3	交換留学時期				渡航準備		留学開始						
	交換留学応募時期	留学先大学への申請時期											
	語学試験準備												
	奨学金申請時期												
	就職活動時期												

学年	2024年	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
4	交換留学時期												
	交換留学応募時期												
	語学試験準備												
	奨学金申請時期												
	就職活動時期												

学年	2025年	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
5	交換留学時期												
	交換留学応募時期												
	語学試験準備												
	奨学金申請時期												
	就職活動時期												

卒業

卒論執筆

資料2 交換留学に関するよくある質問集

回答

・2023年夏出発（本募集）の募集期間は、2022年6月～9月を予定しているので、それまでに以下のことを準備してください。（2023年冬～春出発の追加募集期間は、2022年3月～6月です。）

①GPA 3.0 以上（入学時から応募直近までのもの）

②スコア、最低 IELTS 6.0 以上、または、TOEFL iBT 79 以上

- ・できるだけ早めに！
- ・高ければ高いほど選択肢は広がる
- ・その他の外国語は、留学先大学が定める基準、要件がない場合は語学能力証明書で OK!
- ・どちらも阪大内選考の応募時まで必要！！



※スコアや語学力証明は学部の教務締め切りが基本。その後になる場合は各教務課に相談。

③先生に相談（できるだけ早めに！推薦状や、語学能力証明書）

先生には、1) 留学の相談、2) 単位互換の相談、3) 通年科目の相談、4) 推薦状の相談

④志望理由、履修計画を考える（申請書は早めに確認しましょう）

- ・過去、現在、未来がつながるように。
- ・英語学習、異文化理解、自信をつける、comfort Zone を出る以外の理由も考えましょう。

⑤奨学金について調べる（ガイドブック、JASSO のページ <https://ryugaku.jasso.go.jp/>）

⑥先輩に相談（情報収集程度に、最新情報は自分で調べること）

⑦行きたい大学を絞る（留学相談の際には、3つぐらいに絞ってくると具体的な話ができます）

- ・人気は、パンフレット p.45 で Max 受入れの大学。逆に書かれてない大学は狙い目
- ・専攻に強い大学を調べる際は、世界大学ランキングで調べる
- ・英語圏希望の場合は、欧州、北欧、アジアなどの英語可能な大学も視野に入れること。

☆希望先大学は可能なら第4希望以降もできるだけたくさん書きましょう

（やる気を見せるために第1希望しか書かなくても、加点されません。）

⑧留学先で何がやりたいかを考える。（やりたいことリスト 100 個書くのがお勧め）

⑨留学期間（4年で卒業か、5回生になってもよいか）

☆卒業までの4~5年間履修計画を立ててみる。

⑩お金と時間に余裕があれば長期休暇中に短期語学研修に参加する

●その他

- ・部局間交換留学を調べる（各学部・研究科の国際交流室に相談）
- ・Project HELP!（留学生と英語を学ぶプログラム）：<http://osaka-u.projecthelp.jp/request/>
- ・ディスコ主催のポストンやロンドンのキャリアフォーラム等の紹介
- ・大阪大学海外留学ページ：https://www.osaka-u.ac.jp/ja/international/outbound/ex_students.html
- ・交換留学経験学生による留学相談（日程と相談方法）：
https://ciee.osaka-u.ac.jp/study_abroad/consultation/
- ・阪大 REAL ブログ（先輩の留学ブログ。最新情報は各自で各大学の公式 HP を確認すること）
<https://www.ryugaku-real.com/>

「exchange program, 大学名」で検索