

# 「あなたがつくる」海外留学

この冊子は、海外留学を希望する皆さんが、自分に合った留学プランをつくり上げ、ステップを踏んで準備していくためのガイドブックです。

「留学」は、留学を考え始めた時点から始まっています。この冊子を通して、留学そしてあなたの目標についてじっくりと時間をかけて考えていきましょう。

漠然としたイメージや憧れの段階から留学実現にたどり着くまでには、さまざまな準備や決断が必要になり、時には思い通りにいかないことや苦労もあるかもしれません。しかし、自分で留学手続きを進めることで、国・地域や学校を自由に選ぶことができるのはもちろん、留学先の情報を集めることで語学力が身につく、現地の教育制度や文化への理解が深まります。また、留学までの経緯を把握しているので、何かあったときに自分で対応することもできます。

留学実現に向かって歩いた道のりは、自分自身を成長させることでしょう。そのような過程を経て、留学を実現させたとき、これから始まる留学生活に不可欠な「自分で情報を集め、判断し、行動する」能力を備えていることでしょう。

立ち止まって考えたり、時には計画を変更したりすることを恐れずに、一步一步進んでいってください。迷ったときには自分の目標を思い出してください。

皆さんの人生が、留学によって豊かなものになりますよう、応援しています。

独立行政法人日本学生支援機構 (JASSO)

## CONTENTS

「あなたがつくる」海外留学	02
JASSOの留学情報	04
<b>Chapter 1 留学について知ろう</b>	06
留学への興味がわいたら	06
Steps to a Successful Study Abroad	08
コラム：留学経験者のリアル Voice / アナタにおすすめの国・地域	10
<b>Chapter 2 情報収集から渡航まで</b>	12
Step 1 情報収集	12
Step 2 学校選択	16
Step 3 出願手続き	28
Step 4 入学手続き	29
Step 5 渡航までの手続き	30
コラム：カルチャーショックと異文化適応	34
<b>Chapter 3 留学体験記</b>	36
コラム：留学後の就職	56
<b>Chapter 4 お役立ち情報</b>	58
奨学金・ローン	58
留学あっせん業者の利用	62
海外安全・生活情報	65
語学・学力試験／資格	68
用語集	74