OPU Students 海外留学レポート

Study Abroad Report from the OPU students

プロフィール（Profile）

氏名（Name）細川 卓也
所属（School）生命環境科学研究科　応用生命学類
学年（Grade）Master 2nd

留学先 インド工科大学 グワハティ IITG

留学期間（study abroad period）
2019/9/27~2019/11/5

記入日（Date）2019/11/6

留学レポート Study Abroad Report

こんにちは。私は細川卓也です。インドのインド工科大学に分子育種のお手伝いに 40 日間行ってました。これからインドに行く学生の方もしくは海外留学される方にとって参考になるような体験談や、アドバイスを書いていこうと思います。

やっぱり、出発が決まってから実際に出発するまでは Trip Blue になりがちですよね。特に発展途上国だと余計に。もし不安なら、それも含めて楽しんでください。私も出発２ヶ月くらい前からとても不安でした。

インドってイメージ良くないですしね。インドの IITG に関して言えばそんな不安、全くいらないです。大学内は非常にピースフルで私が行った 10 月は気候も暖かく過ごしやすいです。大学内に大きな湖があり美しい花が咲き、空は高く、夜は多くの人が散歩しながら語り合いをしています。

持って行くものは全員にアドバイスできるものではありませんが、僕が持って行ってよかったもの、持って行けばよかったものを紹介しておきます。まずはコップですね。おそらく買うこともできるんでしょうが持って行って一番活躍しました。IITG では一人部屋を与えられるのですが、そこでコーヒーを飲んだり紅茶を飲んだりしてくつろぐときには必須です。コーヒーなんかは普通に買えますよ。折りたたみ式ケトルも持って行ったほうがいいです。部屋でお湯を沸かす道具はないので是非持って行ってください。日本で 3000 円くらいでした。あと食器関係ではお箸、食器、スポンジなんかも持って行ったほうがいいと思います。全部１００均で十分です。

あとは、ポカリスエットの粉もいいと思います。私はなぜか大丈夫だったのですが、多くの日本人が向こうで水が合わずにお腹を壊します。その時にひどければ水分補給でしか栄養を取れないと思うので不安なら持って行ったほうがいいです。あとは暖かい気候がずっと続くのでやはり蚊がいます。暖かいイメージが強いので半ズボン半袖で大丈夫と思いがちですが是非長袖長ズボンを持って行ってください。蚊にかまれなくなります。蚊除けのワンプッシュスプレーなんかも持って行くといいかもしれませんね。あと必要なものは別途資料をつけておきますので参考にしてください。

インドの人々というとどんなイメージをお持ちでしょうか。あまりいいイメージを持っている方は多くないかもしれません。留学に際してあまり楽観すぎるのも問題ですが、私が感じたイメージは優しい人が多かったです。理由は様々でしょうが、一つは大学内のインドの方は知識層ですので歴史の知識も非常に豊富です。

インドには長く植民地であった悲しい過去があります。しかし、その解放のきっかけになったのは日本だということをあなたはご存知でしょうか。少なくとも大学で知己を得たインドの方々は非常に親日的な方々でした。また、IIT 自体が広大な土地と桁外れの人口ももつインド各地から集められた人々なので、心理的にオープンな方が多く、”よそ者”を受け入れる土俵が出来上がっているのも、親切な人が多い一つの要因ではないかな

と思います。

食事に関してですが、やはりカレーがほとんどです。インドの人の 1 日食生活リズムは朝 8-9 時に朝食を取り昼食は 13-14 時ごろ取り、夜は遅く 20-21 時ごろに取ります。昼と夜の間がかなり空きますが、必ずと行っていいほど夕間食をとります。なので 1 日基本的には 4 食といってもいいです。理由を尋ねたところ、お腹が空いたまま寝るのは嫌なのだそうです。これはインドらしい考え方だと思います。日本だとダイエットの観点から寝る前に食事をとることは推奨されません。しかし、インドの人々はダイエットなんてしません。

食べたいだけ食べますし、大学内ですごく痩せている人もあまりいません。もちろん女性もです。インドではふくよかであることが良いことなのです。すごく当たり前の人間らしい考え方です。私はこの考え方が素敵だなと考えます。下に載せているのがインドのカレーです。カレーと一口にいっても一つ一つ名前があり

chutney

Rasam

Dosai

Vaadai

ます。また意外だったのが、カレーと同じくらい有名なナンですが、基本的に大学内で日常的に口にすることはありません。ナンは日本における寿司のような立ち位置だと考えてもらえればわかりやすいかなと思います。外国には有名でその国のソウルフードだけれど少し高級品。そんなイメージです。ですが祝日や日曜日やレンストランなんかではふるまわれることが多いので、もしあなたがインドに行くなら楽しみにしておいてください。美味しいですよ！

では、日常的にはカレーのお供には何を食べているのでしょうか。それは米や Dosai やチャパティと呼ばれるものです。味を文章で表現しにくいので美味しいとしかかけませんが、留学に行って実際に食べてみてください。食事の楽しみも留学の一つの楽しみですよね。

長々と書きましたが、留学に行くのに迷っている人へ。おそらく躊躇の理由で一つ大きなことは、お金に関することと思います。飛行機代や現地でかかるお金など。しかし、このつばさ基金という素晴らしい制度を是非活用してください。私はこの制度のおかげで留学に行くことができました。しかし、例えば他の国の制度ではいけなかったのか? 答えはいけませんでした。理由は私の留学したアッサム州は外務省危険度レベルが 1 もしくは 2 ですので、そういった地域に留学に行く場合、国は奨学金を出してくれません。もしこのつばさ基金がなければ、インドでの感動を体験することはできませんでした。いまある一生ものの彼らとの友情を、つくることはできませんでした。インドに技術支援し人口が増え続けるインドの農業に貢献することもできませんでした。この場を借りて支援してくださった方々に本当に感謝申し上げます。ちなみにですが、データ上では危険度レベルなんて数値がありますが、少なくとも IITG 内は日本よりも平和でした。なので行きたい方は安心して留学先として選んでください。

最後に、いま見返している留学ノートの最後のページに書かれている自分でメモした言葉が美しくはないけれど、悪くない言葉なのでそのまま載せておきます。

『留学で一番大切なことは、違う環境、文化で心になんか感じてくること。これが大事。』

持っていくもの　太字は身につけるもの

・携帯

・クラウド SIM (wifi)

・パソコン

・カメラ（動画用、写真用、充電器）

・パスポート（コピー持ってた方がいい）

・留学ビザ（コピー持ってた方がいい）

・財布

・e 空港チケット（コピー持ってた方がいい）

・海外保険証

・ワクチン接種証明

・ヘッドホン

・モバイバルバッテリー

・実験系（ノート、筆記用具）

・充電器（パソコン、携帯、カメラ、ケーブル忘れずに）

・薬（風邪薬、整腸剤、ビタミン剤）

・トイレットペーパー（きつ巻き 5 倍のやつ、ひとつで 20 日ぐらいもつ）

・液体洗剤（インドでも洗濯用洗剤が買える。日本のすすぎ 1 回でも大丈夫な液体洗剤がオススメ。）

・マスク

・着替え（普段の服と寝間着）

・ネックピロー（飛行機で寝る用）

・コンセントの変換アダプター（IITG に限って言えばいらんかった。日本の挿さる）

・殺虫剤（蚊用）

・水に流せるティッシュ

・ウエットティッシュ

・ポータブル充電器

・シャンプー、リンス、洗面（小分けにして持っていくといい。こっちで買える）

・歯ブラシ

・タオル

・電動髭剃り（充電器はいらんと思う）

・保存携帯食・日本食（箸と食器とケトル、忘れずに）

・コンタクトレンズ、洗うものと保存容器
・目覚まし時計
・お菓子
・爪切り
・洗濯バサミ
・めんぼう
・ムヒ
・ハンドソープ
・正露丸、整腸剤、頭痛薬
・サンダル（クロックスタイプがいいよ）
・筆記用具、実験ノート

盲点だったけど役だったもの
・コップ（多分こっちでも買えるけど一番役にたった）
・クッキー等のおかし（カレーが嫌になったら普通にこれでしのげる。全然売ってるむしろこっちの方が美味しい UNIBIC っていうメーカーがおすすめ）
・携帯ゲーム（日本を感じれる、スマホゲーは wifi 環境が良くないのでオススメしない）
・ケトル（MUST、水汲みにも使える超便利、折りたたみ式でもいいけどできれば普通の）
・サンダル（三つ持っていけばよかった。こっちで全然買えるけど）
・はし、スポンジ、食器洗う洗剤（持ってくればよかった）
・枕みたいなやつ（まくら持って来ればよかった）
・空港で買ったペットボトル（水組むのに愛用）
・ポカリの粉（水以外のものが飲みたくなったとき気軽に飲める）
・虫殺すスプレー（ゴキ、クモ、蚊のやつ）
・鏡（大き目の顔うつるやつ）
・長ズボン（こっちは蚊が常にいるので必須。噛まれまくる。）
・クレジットカード（ATM から引き出すのに必須）
・クラウド SIM（初めて使ったけど超便利、つどつどデータ買えるから良い）