

# SLOW LIFE IN THE UK

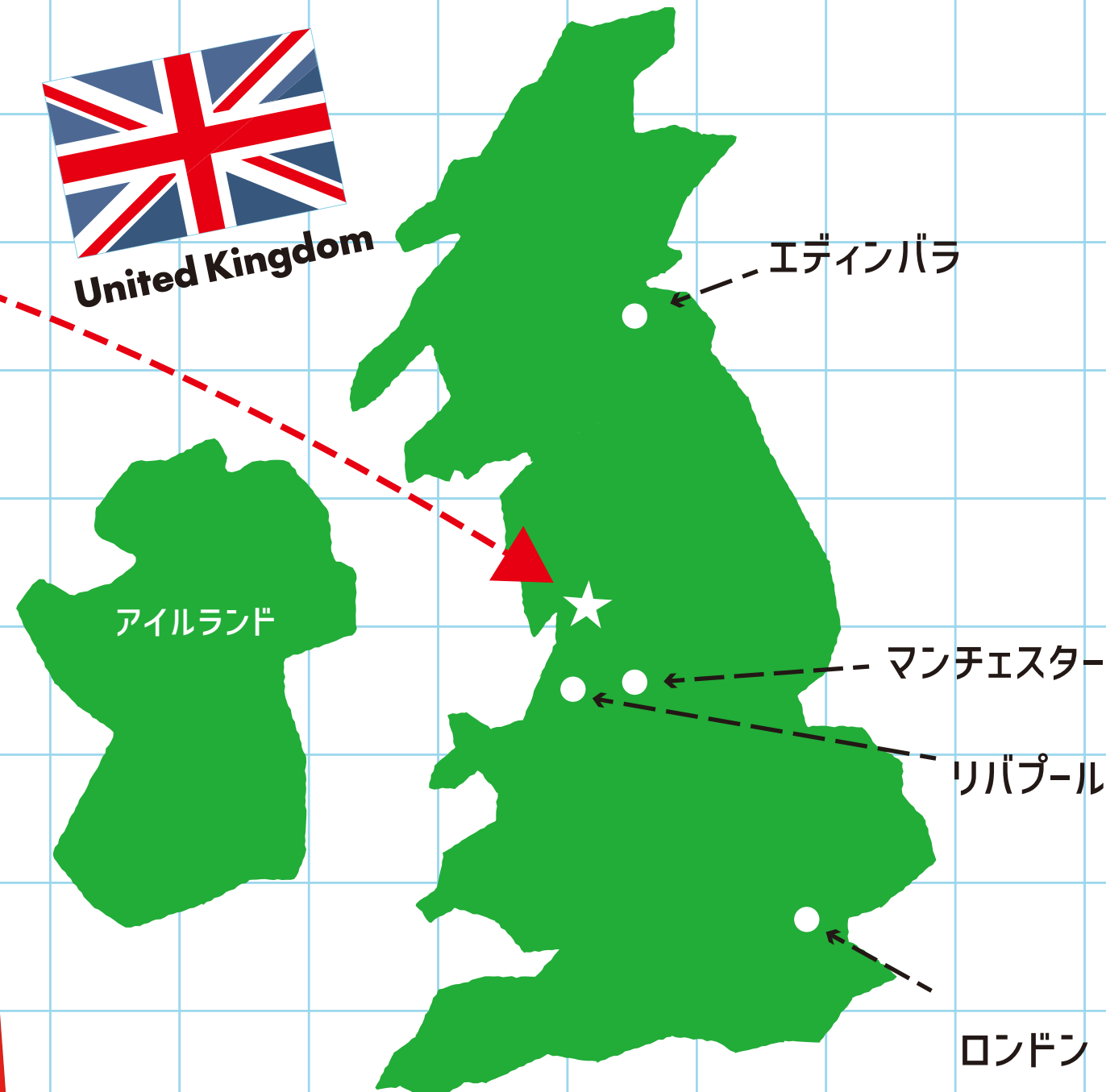
法文学部 人文学科  
多元地域文化コース  
4年 入木田楓

～自分を見つめ直した10ヶ月～

留学先：セントラル・ランカシャー大学  
University of Central Lancashire

2024年の9月～2025年7月まで滞在。Study overseas programme という語学プログラムを受け、語学勉強、イギリスの文化、歴史を学部ごとができました。国際交流に力を入れている大学だったので、イギリスだけでなく様々な国の文化に触れる機会も多く、色々な国の友達ができました。イギリスの人々のゆっくりとした空気感やヨーロッパの自然に囲まれて、自分自身の今までと将来について考え直す10ヶ月になりました。

プレストン  
PRESTON



## ある日のスケジュール

9:00

授業  
(3時間)



イギリスのアクセントについての授業

12:00

お昼ご飯  
&  
散歩



学校近くの公園に散歩

16:00

夜ご飯の  
準備



韓国の友達と晩御飯

20:00

図書館



24時間解放している図書館

## 留学の心得2箇条

### 1 考える前に行動！

友達作りについて。留学期間は友達に誘われたら「どうしようかな…」と考える前にとりあえず「Yes!」と言っていました笑。そのおかげで仲のいい友達もでき、英語力も鍛えられたので、迷う前に即行動してみてください。大学では留学生向けのイベントやサークルなど、友達が作れる機会もたくさんあります！大学のInstagramやホームページをチェックしてみてください！

### 2 やらない後悔よりもやった後悔

留学から帰ってきた今、あの時勇気を出してアレをやっておけば…と思い出すことはいくつもあります。でも過ぎてしまった今どうしようもない。挑戦できたら失敗しても成功しても全部経験として自分の中に残ります。留学の期間はもちろん有限なので、悔いのない留学期間を過ごしてください！



## Q.イギリスのご飯は美味しい？

A. はい。美味しい食べ物はいっぱいありました！

物価高のため、  
自炊がおすすめ。  
野菜、果物、乳製品が  
安かったです！



### Sunday Roast

日曜日のランチに食べられる伝統料理。パブで食べられます。



### GUINNESS Beer

ギネスビール工場で飲んだビール。泡が特徴的で、苦すぎず美味しいです。



### Scone and Clotted cream

留学中一番食べました。クロテッドクリームはイギリスに来たら絶対たべてほしいです！

## 留学を振り返って

大学5年目にして念願の交換留学は、もちろん楽しいことばかりではなく、怖かったことや悔しかったこと、後悔していることもあります。その全ての経験のおかげで、多様な価値観を養うことができ、どんなことも楽観的に捉えられる柔軟性が身につきました。また何より、留学を通して大切な友人が世界中にできたことが一番嬉しいです。留学を迷っている方がいれば、無理をしても挑戦してみることをおすすめします！

## ★イギリス memo

### ☆目的がなくてもいい

イギリス人の友達ができ始めた頃、よく学校終わりに遊んでいました。何をしたかというと、「ただ集まって話す。」それだけ。日本で友達と遊ぶときは、大抵カラオケや飲み会や映画などなど、何か遊ぶ目的を持って会っていたけど、別にそんな目的を持たなくても、何もしなくてもただ集まって同じ時間を共有することを大切にしている文化があることに、新しい気づきを得ました。イギリスでは「何をするかより誰といるか」を重要視していて、目的なく軽く集まる文化があるようです。

学校終わりに大きな公園をぐるぐる歩き回ったり、寝そべって少し話したり、昼寝をしたり、そんなゆったりした時間の使い方ができるのは、イギリス留学でしか経験できないかも？と思います。