

福島 遥 国際学部 国際学科 1年

東京都立足立新田高等学校出身  
2024.4 拓殖大学入学  
2025.2 マレーシア短期研修参加



独立記念公園

はじめての海外留学

【研修先について】

研修先である2月のクアラルンプールは日中30度を超える暑さで、夕方ごろにはスコールが1、2時間ほど続きます。空港からホテルに向かうバスの中からは、数多くの高層ビルが見えました。私たちの研修先はマレーシアの中でも大都会のクアラルンプール（首都）です。マレーシアは主にマレー系、中華系、インド系3つの民族が暮らす多民族国家であり、街を歩いてみれば中国語も英語も聞こえてきます。他には、同じ道なりにインドの寺院と中国の寺院が立ち並んでいて、それがマレーシアらしく、とても印象に残っています。どれも日本では感じることのできない面白い感覚でした。食事の面ではクアラルンプールが都心であるため食べる場所にも困らず安心できました。その上、各民族それぞれに独自の料理があり、マレー料理（ナシレマ、ラクサ）、中国料理（バクテー）、インド料理（ロティ・ティシュ）などを手頃な飽きることなく、食べることが出来ます。特にロティ・ティシュは見た目も味も斬新でお気に入りでした。甘いものが好きな人におすすめです。私たちが行った時期はちょうどラマダン（断食）の時に、ラマダンマーケットに行くことができ、異文化を肌でリアルに感じることも出来ました。現地の方々には本当に温厚でフレンドリーな人ばかりで、どこでも、誰でも、話しかけてくれます。皆それぞれ、自国の文化や歴史を大事そうに話してくれて、とても良い交流が多かったです。

【放課後や週末の活動について】

まず、学校（ICLS）がパピリオンという大きなショッピングモールと繋がっているため、毎日のように買い物を楽しむことが出来ます。16：30に授業が終わり21：00のミーティングまでが自由時間です。十分な時間があるためゆっくり過ごすのもあり、夕食をレストランに食べるのにもあり、ホテルに戻りプールやジム



twin tower

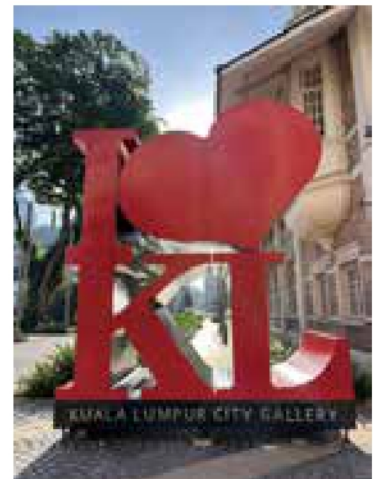
を利用するのもあり。と、それぞれ自分の好きな時間を過ごすことが出来ます。生活面のことで言えば一つ、コインランドリーはホテルから3分ほど歩いた場所にあるところを使ったため、週に2回ほど放課後に行かなければなりません。

土曜日には全体バスツアーで同じ研修の仲間たちと和気藹々、観光名所（ピンクモスク、マレーシアの宮殿（イスタナ・ネガラ）、独立記念公園、バトゥ・ケイブ）に行きました。日曜日はペアで自由行動。私は近くにあるKLタワーとKL水族館に行きました。夜のツインタワーも綺麗でおすすめです。

【研修を通して得たことと、その成果を今後の

学生生活や社会へどのように還元するか、について】

語学学校では教科書を用いてマレーシアの文化を英語で学びました。マレーシアのことを自分の言葉で話せるようになりました。私は、留学に行って五感で感じたものこそ、自分の言葉にすることができるようになると思うし、なによりも経験する大切さが分かるのだとこの研修で学びました。そして、多くの人に会いたくさんの笑顔に出会えました。それは国際交流の第一歩として大きな経験値アップになったと私は思います。今後、私は今回の研修で得た経験をこれからの海外に出向くチャンスに活かしたいと思いました。また、マレーシアのすごいところ、ビジネスのこと、ミックス文化のことをまだ知らない友人や家族にお話ししていきたいなと思います。なぜならマレーシアの魅力に気づいたからです。得たものを消化するだけでなく、人に伝えてゆきたいです。



I love KL