

トビタテ！留学 JAPAN 日本代表プログラム（第 11 期）

留学計画作りのポイント

留学計画（申込書）は、皆さんが審査員を説得するためのツールです。つまり、自分の経験や希望をただ並べ立てるのではなく、読み手の視点に立って、「この学生の海外経験を応援したい」と思わせるような説得力のある申請書を書くことが重要です。What（何を）Why（なぜ）How（どのように）When（どのくらいの期間で）達成しようとしているのか、その留学が自分だけでなく、社会にどのくらい価値があるものなのか、しっかりアピールしましょう。

1. 「なぜ留学したいのか」動機をはっきり書きましょう

「なんとなく海外に憧れて・・・」、「大学生活に変化がほしい・・・」、「何がしたいかわからないのでとりあえず海外に出てみたい・・・」といった留学自体が目的になってしまっている計画はあまり良い計画とは言えません。留学はあくまでも、自分の学業・研究・卒業後の進路における目標を達成するための手段にすぎません。「将来〇〇がしたいから、アメリカで●●を学びたい」、「専門分野で〇〇として活躍したいので、スウェーデンで●●の研究をしたい」。留学を、留学後（卒業後）の目標を達成するためのステップとして位置づけることがとても重要です。

2. 留学先で目標を達成するために、どのような「実践活動」ができるか考えましょう

トビタテの留学計画では、主体的な「実践活動」を盛り込むことが必須です。自分の留学の目的を達成するために、どのような実践活動ができるかを考えましょう。ただし、何を書いても認められる、というわけではありません。その活動が留学目的に関連付けられているか、また果たして実現可能なのかも評価ポイントになります。

【実践活動】座学や知識の蓄積型ではなく「実社会との接点」から多様な学びを得ることができる学修活動。例えば、インターンシップ、フィールドワーク、ボランティア、課題解決型学習など。

3. 留学計画の到達目標を決めましょう

この留学で、何をどこまで達成したいのか、達成した成果をどのようにアウトプットするのか、はっきり書きましょう。目標は具体的に、結論を先に書いて、それを説明する、という論理的ライティングを心掛けてください。審査員は限られた時間内に多くの申込書に目を通さなければならないので、簡潔ながらも具体性に富んだ到達目標にしましょう。

4. 留学の経験をどのように社会に還元するのか考えましょう

留学で得た経験や知見を、どのように社会に還元できるかを考えましょう。トビタテの性質上、審査には民間企業的視点が反映されます。この学生は将来的に日本社会や人類の発展に貢献できるグローバル人材予備軍なので投資してみようか、と思ってもらえる内容に仕上げることを意識しましょう。ただし、漠然とした記述や実現不可能な約束は表面的であるととらえられる可能性があるので気を付けましょう。

5. 留学計画実現のための準備やスケジュールを考えましょう

留学中のスケジュールは、目標をどのように計画的に順序立てて達成するか、を考えながら設定しましょう。語学力の向上、留学先機関との調整など、留学開始前からできる準備を考え、可能な限り、応募前に準備を進めましょう。実現可能な計画であることを示すことが重要です。また、「東北大学の交換留学制度に応募した」だけでは、周知な準備だとみなされません。これまでどのような準備をしてきたか、これから出発までに何をするか、現地で何をするか、をきちんと整理して書きましょう。

6. 第三者から客観的な評価を受け、全体をブラッシュアップしましょう

1～5のポイントがきちんと押さえられているか、計画書を作成した本人だけで客観的に判断することは困難です。周りの先生や友人、またトビタテ経験学生に見てもらおう等の方法で、客観的な評価を受け、留学計画をより完成度の高いものにしましょう。

トビタテ第11期申請 留学計画チェックシート

1 志望動機について

- 留学後（卒業後）の目標が明示されている
- 目標を達成するために必要な手段として、留学が位置づけられている
- 目標と、留学の目的が論理的に関連付けられている

2 実践活動について

- 実社会との接点となる「実践活動」が記載されている
例) インターンシップ、フィールドワーク、ボランティア、課題解決型学習 等
- 実践活動が、「留学目的の達成のために必要である」ことが論理的に説明されている
- 実践活動が実現可能である論拠が明記されている

3 留学計画の到達目標について

- 何をどこまで達成したいのかが、具体的に明記されている
- 達成した成果をどのようにアウトプットするのが明記されている
- 論理的ライティング（結論を先に書いて、それを説明する記述方法）が出来ている

4 留学経験の社会への還元方法について

- 留学で得た経験や知見を、社会に還元する方法が明記されている
- 社会への還元により、どのように「将来的に日本社会や人類の発展に貢献できるか」が具体的に説明されている

5 留学計画実現のための準備やスケジュールについて

以下について、留学開始前から可能な準備を十分に行っている状況が明記されている

- 語学力の向上
- 留学先機関・実践活動受入れ先との調整
- これから出発までに行う準備
- 留学目的達成のためのスケジュールについて「何を、いつまでに、どうやって達成するか」明記されている

6 -1 「自由記述書」について

- 4つの項目を明確に記載している（未来テクノロジー人材枠応募者以外）
- 3つの項目を明確に記載している（未来テクノロジー人材枠応募者）
- 記載分量がA4サイズ2枚以内である

6 -2 推薦状について（未来テクノロジー人材枠応募者の場合）

- 記載されるべき4要素の記載がある
- 英語で記載されている場合、日本語訳文を添付している

7 留学計画書の記入欄外に記載されている留意事項に従って作成している

8 誤字・脱字等がないか確認した