



# International Communications Council

Global  
Leadership  
Programme



# The Oxford and Cambridge Club

ICC インターナショナル・コミュニケーションズ・カウンシルは、The Oxford and Cambridge Club の正会員です。



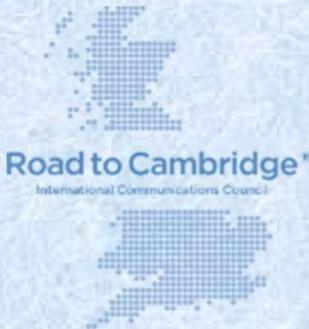
## OXFORD INTERNATIONAL EDUCATION GROUP



Dear the students,  
Thank you for joining us in the UK.  
At Oxford International Programmes, our aim is to provide young students from all over the world with a safe, fun, friendly and structured environment in which to improve their knowledge of the English language.

We are one of the top providers of the programmes in the UK and a unique British Council accredited education provider. Oxford International Programmes is part of the Oxford International Education and Travel by David Brown and Robert Darell. Oxford International has grown to be one of the top 10 businesses sponsored by the Prince's Trust. OIEG now offers a huge range of university pathways, spring, summer and year round academic programmes and educational tours. Our programmes have grown steadily in size and popularity and we now run 13 centres in the UK and 6 centres in North America welcoming over 20,000 students.

We create life enhancing learning experiences that help students worldwide to develop personally and professionally and that enrich their future opportunities.



# イギリスの基本情報

本来、相矛盾するものと捉えられている「伝統と革新」「自由と規律」が、共存し融合している古き良き英国の社会・文化の特徴が、人々の生活の営みに、街角に、ロンドンの雑踏に、緑豊かな郊外に、、、あらゆる場所に表れている味わい深い国です。

**正式名称：** グレートブリテンおよび北部アイルランド連合王国  
*United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland*

**首都：** ロンドン

**人口：** 約6,835万人

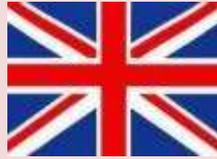
**面積：** 約24万km<sup>2</sup>

**人種・民族：** イングランド人、その他

**宗教：** キリスト教、その他

**言動：** 英語、ウェールズ語、ゲール語

**通貨：** 英ポンド (£)



為替レートは、£ 1.00 = ¥210.35 (2026年3月1日現在)

<https://www.x-rates.com/historical/?from=GBP&amount=1&date=2026-03-01>

レートはスーパーマーケット (Marks & Spencers)、ホテル、銀行、両替所の順に良くなります。

**時差：** マイナス8/9時間 (夏/冬) (イギリスが正午の時、日本は午後8時/午後9時)

**サマータイム：** 4~10月はマイナス8時間 (イギリスが正午の時、日本は午後8時)

**日本からの**

**フライト時間：** 約12時間 (直行便) から15時間

**電圧：** 240ボルト 50ヘルツ

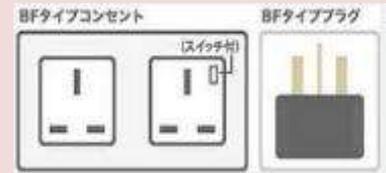
**プラグ：** 先が四角い三股のBFタイプ

**水道水：** 水道水は飲むことはできますが、硬水なので身体・口に合わない場合はミネラルウォーターを。レストランや食堂では、ミネラルウォーターは有料です。

炭酸入りもあるので、記載に注意して購入・注文をしましょう。

500mlペットボトル1本が約1ポンドほどで駅の売店やコンビニで購入できます。

**トイレ事情：** 公衆トイレが有料で40ペンス位で街中にあります。その他、無料のトイレは危険なので使わないようにしましょう。スーパーやマクドナルドやスターバックスのトイレは無料で使えます。



持って行くと  
便利

**衣類圧縮袋** お土産などお土産などがカバンに入らない時、かさばる衣類はこれで小さくまとめてスペースを確保できます。

**常備薬** 気候の変化や旅の疲れから体調を崩すこともあります。薬は飲みなれているものを用意

**雨具** イギリスは天候の変化が激しく予報はあてになりません。折り畳みの傘やカッパなど、雨具は準備しましょう。

**クレジットカード：** イギリスでは、ほとんどのお店でVISAやMasterのカードが使えます。極力、現金は持ち歩かないようにしましょう。暗証番号 PIN Number は、手帳などに記載するのではなく、頭の中に記憶しておきましょう。クレジットカードでのキャッシング機能については、事前にクレジットカード会社と契約しておきましょう。

# Road to Oxford® 5677926

*Oxford University has an academic history dating as far back as the 11<sup>th</sup> century. It is Internationally recognised as one of the world's finest academic institutions, with graduates including C.S. Lewis, J.R.R. Tolkien, T.S. Eliot, Bill Clinton, David Cameron, Margaret Thatcher, and many others ranging across many professions. Even today, it is ranked as one of the top universities in the world.*



*The city has all necessary amenities (pharmacies, shops, cinemas) within walking distance; there is no need for public transport within the city centre. The summer schools are held in the central area, less than one mile from the city centre of Oxford. Our aim is to inspire all our students to return home, not only with an increased knowledge of English, but also with the confidence to use it. Also, we hope that you will make many new friends from around the world and have fond memories of your stay in Oxford. You will no doubt have a very enjoyable time studying here.*

*We look forward to the privilege of being able to welcome you to Oxford.*

ICC UK Representative  
(ICC Oxford 代表)

比類なき伝統と名声を誇るオックスフォード大学は近代国家成立以前から存在し、ある意味で国づくりの基盤的役割を果たしてきました。そこには、決して場当たり的ではない仕組み、国や社会の営みを支える哲学が根付いており800年以上の歴史と伝統を築いてきました。

オックスフォード大学は、現代社会の贅沢、華やかさ、便利さを提供する場所ではありません。本来、相矛盾するものと考えられている伝統と革新が共存し、結合させることを指針とする教育を提供しています。時代の流れによって変わってはならないもの、変わらなければならないもの、古今東西変わらぬ、人の喜怒哀楽を理解し、次代を担う青少年が継承しなければならない原点となるものを、今なお、肅々と、伝えていきます。

オックスフォード大学での研修は、コミュニケーション能力と異文化を受容する力、国際レベルで対等に自己表現する発信力、主体性と協調性を兼ね備え、論理的思考能力を切磋琢磨することを目的としています。自信と誇りを持って主体的に自らが世界を牽引し、新しい時代を切り拓く発想力・冷静かつ大胆な思考力・リーダーシップを発揮するグローバル人材育成コースです。自分を見つめ直し学修意欲の向上や将来計画への動機付けとなり、人間的に大きく成長する機会となる留学であることを願っています。

# オックスフォード大学



オックスフォード大学（1096年創立）<http://www.ox.ac.uk/> は、総合大学であり、ケンブリッジ大学と並び世界大学ランキングで常にトップレベルの大学として評価されている名門大学である。

「オックスフォード大学」は総称であり、下記の44のカレッジ（学寮）で構成されている。

1	All Souls College	2	Balliol College	3	Blackfriars	4	Brasenose College
5	Campion Hall	6	Christ Church	7	Corpus Christi College	8	Exeter College
9	Green Templeton College	10	Harris Manchester College	11	Hertford College	12	Jesus College
13	Keble College	14	Kellogg College	15	Lady Margaret Hall	16	Linacre College
17	Lincoln College	18	Magdalen College	19	Mansfield College	20	Merton College
21	New College	22	Nuffield College	23	Oriel College	24	Pembroke College
25	The Queen's College	26	Regent's Park College	27	St Anne's College	28	St Antony's College
29	St Benet's Hall	30	St Catherine's College	31	St Cross College	32	St Edmund Hall
33	St Hilda's College	34	St Hugh's College	35	St John's College	36	St Peter's College
37	St Stephen's House	38	Somerville College	39	Trinity College	40	University College
41	Wadham College	42	Wolfson College	43	Worcester College	44	Wycliffe Hall

- ・大学(University)の運営は学科(Department)と44のカレッジ(学寮)が並列して行われる。
- ・英国オックスフォード市に位置している。
- ・英語圏では英国ケンブリッジ大学に次ぐ古い歴史をもっている。
- ・世界大学ランキングで常にトップレベルの世界有数の名門大学
- ・11世紀に創立
- ・名譽総長(Chancellor)は、クリストファー・パッテン卿
- ・世界中の指導的学者、ノーベル賞受賞者、オリンピックメダリスト、ならびに政治家を輩出
- ・教育体制は学科とカレッジが複雑に相互依存している。
- ・指導は、主に少人数制（1人の教員Tutorに対し学生3人～6人）の個別指導（Tutorial）
- ・学生数 — 約20,000人
- ・受験制度 — 通常の試験及び面接試験（AO入試）を重視
- ・自由と規律の全人教育

# Road to Cambridge® 5677927

*Cambridge University has an academic history dating as far back as the 13<sup>th</sup> century. It is internationally recognised as one of the world's finest academic institutions, with*



*graduates including Isaac Newton, Charles Darwin, Bertrand Russell, Ludwig Wittgenstein, Stephen Hawking, James Watson, and many others ranging across many professions. Even today, it is ranked as one of the top universities in the world.*

*The city has all necessary amenities (pharmacies, shops, cinemas) within walking distance; there is no need for public transport within the city centre. The courses are held throughout a year, in the central area, less than one mile from the city centre of Cambridge. Our aim is to inspire all our students to return home, not only with an increased knowledge of English, but also with the confidence to use it. Also, we hope that you will make many new friends from around the world and have fond memories of your stay in Cambridge. You will no doubt have a very enjoyable time studying here.*

*We look forward to the privilege of being able to welcome you to Cambridge.*



ICC UK Representative

# ケンブリッジ大学



# UNIVERSITY OF CAMBRIDGE

ケンブリッジ大学（1209年創立）<http://www.cam.ac.uk/> は、総合大学であり、オックスフォード大学と並び世界大学ランキングで常にトップレベルの大学として評価されている名門大学です。

「ケンブリッジ大学」は総称であり、下記の31のカレッジ（学寮）で構成されています。

1	Christ's College (1505)	2	Churchill College (1960)	3	Clare College (1326)
4	Clare Hall (1965)	5	Corpus Christi College (1352)	6	Darwin College (1964)
7	Downing College (1800)	8	Emmanuel College (1584)	9	Fitzwilliam College (1869)
10	Girton College (1869)	11	Gonville & Caius College (1348)	12	Homerton College (1976)
13	Hughes Hall (1885)	14	Jesus College (1496)	15	King's College (1441)
16	Lucy Cavendish College (1965)	17	Magdalene College (1428)	18	Murray Edwards College (1954)
19	Newnham College (1871)	20	Pembroke College (1347)	21	Peterhouse (1284)
22	Queens' College (1448)	23	Robinson College (1979)	24	Selwyn College (1882)
25	Sidney Sussex College (1596)	26	St Catharine's College (1473)	27	St Edmund's College (1896)
28	St John's College (1511)	29	Trinity College (1546)	30	Trinity Hall (1350)
31	Wolfson College (1965)	( )内の数字は、創立年			

- 大学(University)の運営は学部(Department)と31のカレッジ(学寮)が並列して行われます。
- 英国ケンブリッジ市に位置しています。
- 英語圏では英国オックスフォード大学に次ぐ古い歴史をもっています。
- 世界大学ランキングで常にトップレベルの世界有数の名門大学
- 13世紀に創立
- 現在の総長(Chancellor)は、エディンバラ公フィリップ
- 世界中の指導的学者、ノーベル賞受賞者、オリンピックメダリスト、ならびに政治家を輩出
- 教育体制は学科とカレッジが複雑に相互依存しています。
- 指導は、主に少人数制（1人の教員Tutor に対し学生3人～6人）の個別指導（Tutorial）
- 学生数 — 約19,000人
- 受験制度 — 通常の試験及び面接、客観入試点を重視



ケンブリッジ大学のカレッジ数は31校。この“カレッジ”には、学生たちが寝食する学生寮があります。このカレッジ群をひとつにして“ケンブリッジ大学”と称します。

また、理系に強いケンブリッジ大学のある街のためシリコン・フェンと呼ばれるイギリスにおけるハイテク産業の中心地にもなっています。

- ロンドン市内からバスで約1時間30分～2時間、電車で約45分
- ヒースロー国際空港からはバスで約2時間

ケンブリッジはロンドン「キングス・クロス駅」からノンストップの電車で約45分！週末にロンドンへショッピングや観光へかけることもできます。市内は路線バスが発達しており、日常生活での移動はもちろん、観光なども有意義に楽しむことができます。

# Oxford English Programme

<b>実施場所 研修期間</b>	<p>プログラムによって異なります。</p> <p>ご自身の正確な日程や研修場所・滞在先（寮・ホームステイなど）については、ICCより発行される書類（合意書・ホームステイ先情報、お出迎え書類等）にてご確認くださいませようお願い致します。</p>
<b>クラス編成</b>	<p>レベル別のクラス分けあり。（1クラス人数 約15人～20人）</p> <p>クラスは英語のレベル別に編成します。多国籍のクラス編成を努めますが、同国籍が多くを占める場合があります。</p>
<b>滞在形式</b>	<p>ホームステイ（個室は確保されますが、他国からの留学生と同居する場合があります。） / 学寮</p>
<b>オリエンテーション</b>	<p>クラス分けテストの実施及びクラス編成授業、ホームステイや学寮での諸注意</p> <p>プログラム中の相談先のご案内：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Student Supporter (ホームステイ・学寮や生活全般)</li> <li>2. Teacher (英語レッスンやプレゼン、質問など)</li> <li>3. AL (Activity Leader 課外活動、ツアーなど)</li> </ol>
<b>研修内容</b>	<p>WritingとSpeakingのプレゼンテーション能力育成を重視し、英語での発信力を訓練する研修</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 英語の正確な知識と流暢な運用能力を高める。英文の機能・構造の理解とその応用力を養成</li> <li>② リサーチテーマについて口頭発表する力を養成します。</li> <li>③ 教員は授業による指導のみならず受講生との関係を築くことに関しても高い技術・資格をもっています。</li> <li>④ プロジェクトクラスや、文化に関するテーマで授業を進行します。</li> </ol> <p>Oxford English Programme の研修は、その特徴を生かして、コミュニケーション能力と異文化を受容する力、国際レベルで対等に自己表現する発信力、主体性と協調性、論理的思考能力を養うグローバル人材育成コースです。受講生は、教室内ばかりではなくオックスフォード市街にある大学博物館や植物園、自然博物館など、様々な施設を利用し、あらゆる場所・状況で日常的に英語を使用する環境で知識を深めることができます。Queen's Englishの発音を楽しんでください。</p>
<b>通信環境</b>	<p>学校、ホームステイ先や学寮では、Wi-Fi が繋がります。</p>
<b>電話番号</b>	<p><b>緊急を要する時</b></p> <p>緊急連絡先：警察、救急車、火事、または生死に関わる緊急事態が発生した時は<b>999</b>、または携帯電話から<b>112</b>に電話する。</p> <p><b>緊急を要しない時</b></p> <p>上記以外で、警察に連絡するときは、<b>101</b>に電話する。 上記以外で、病院に連絡するときは、<b>111</b>に電話する。</p>



# Oxford English Programme

## 授業について

### 基本となる授業内容

- 英語を正確に理解し、自信を持って流暢に話すことができるよう、授業はライティングとスピーキングの進歩を重視する実践発信型英語研修です。
- 講師は英語だけではなく、受講生との関係を築くことに関しても高い技術・資格をもっています。
- 英文の機能・構造の理解とその応用
- リスニング、ライティングおよび英文読解力
- スピーキングの練習
- プロジェクトクラスや、文化に関する授業



### 受講生の学習環境

- オリエンテーション開催、クラス分けテストの実施
- 少人数制（1クラス約15人～20人）の多国籍クラス
- 自習室が利用できる環境



※極力、多国籍のクラスを編成することに努めますが、レベル別テストの結果次第では同国籍が占めてしまう場合があります。



# Scale of English Language Proficiency 英語レベル別表

研修は、CEFR (Common European Framework of Reference for Languages 外国語の学習・教授・評価のためのヨーロッパ言語共通参照枠) を基準に指導し、評価します。

Scale of English Language Proficiency		
★ Achieve a precise, differentiated expression of thoughts and opinions in a natural style	10	C2 Mastery
★ Argue your case and negotiate skillfully		
★ Write virtually flawless essays and reports		
★ Feel fully comfortable in the language	9	C1 Advanced
★ Be creative in the language and develop a personal style		
★ Put across complex points of view in meetings, seminars, reports and presentations		
★ Intervene in a discussion appropriately	8	C1 Advanced
★ Develop ideas systematically		
★ Emphasise specific points in meetings, seminars, reports and presentations		
★ Keep up with a lively discussion among native speakers and interact spontaneously and comfortably	7	B2 Upper Intermediate
★ Present and defend your own point of view		
★ Reliably pass on detailed information		
★ Participate actively in longer discussions	6	B2 Upper Intermediate
★ Describe problems in detail		
★ React to the comments of others		
★ Talk on the phone without difficulty	5	B1 Intermediate
★ Join in the conversation unprepared		
★ Formulate thoughts		
★ Monitor and pass on information	4	B1 Intermediate
★ Give detailed instructions		
★ Maintain a conversation and chat with friends		
★ Respond flexibly to a different situation	3	A2 Elementary
★ Express feelings		
★ Make yourself understood in predictable everyday situations		
★ Obtain specific information	2	A2 Elementary
★ Describe events and personal experiences		
★ Obtain simple information		
★ Understand answers to questions	1	A1 Beginner
★ Discuss what to do		
★ Describe activities		
★ Simple communication on holiday	1	A1 Beginner
★ Make reservations in hotels		
★ Get what you need in restaurants and shops		

# CEFR/IELTS/TOEFL/ PTE/TOEIC/英検 スコア換算表目安

CEFR	IELTS	TOEFL iBT	TOEFL CBT	TOEFL PBT	PTE	TOEIC	英検
C2	9	120	297~300	673~677	87~90	-	-
	8.5	119	293	670	83~86	-	-
C1	8	117~118	287~290	660~667	79~82	-	-
	7.5	109~116	267~283	630~657	73~78	970~990	-
	7	100~108	250~263	600~627	65~72	870~970	1級
B2	6.5	90~99	233~247	577~597	58~64	820~870	-
	6	80~89	213~230	550~573	50~58	740~820	準1級
	5.5	69~79	192~212	521~549	42~49	600~740	-
B1	5	61~68	173~190	500~520	35~42	550~600	2級
	4.5	52~60	150~170	470~499	28~34	500~550	-
	4	45~51	130~149	450~469	~27	450~490	準2級
A2	3.5	33~44	110~129	400~449	-	300~440	-
	3	29~32	100	391~399	-	291~299	3級
A1	2.5	20~28	90	390	-	270~290	-
	2	12~19	-	350~389	-	260~269	4級
	1.5	-	-	-	-	100~259	5級

[http://ieltsnavi.com/score\\_conversion.html](http://ieltsnavi.com/score_conversion.html)

# チューターレッスン(対象者のみ)

担当チューターとの1対1の個別レッスンになります。(ハイブリッド研修参加者のみ) 開始前には、以下の流れを必ず確認してください。

## ◆メールは頻繁にチェックしよう

研修開始の2～3日前までに、担当チューターまたは現地スタッフから直接メールが届きます。

### **【重要】迷惑メールフォルダも必ず確認！**

海外からのメールは自動的に**迷惑メール**に振り分けられることが非常に多いです。すべてのフォルダを毎日チェックする習慣をつけましょう。

## ◆変更やキャンセルの場合

直前に担当チューターが変更になったり、レッスンがキャンセルになったりする場合があります。

▷その場合も、必ずメールで連絡が入ります。

▷**レッスンがキャンセルになった場合は、必ず振替が行われます。** 振替の日時についてもメールで案内が届くので、見落とさないようにしましょう。

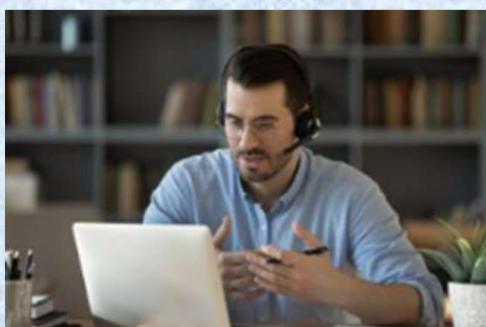
## ◆困った時の連絡先

レッスン開始までに「誰からも連絡がない」ときや、レッスンについて何か確認したいことがあるときは、以下をご確認ください。

▷連絡先が分かる場合：担当チューター、または現地スタッフへ直接メール

▷前日になっても誰からも連絡がない場合：ICC Japanへ連絡

※日本との時差があるため、返信に時間がかかる場合があります。



※使い慣れたタブレット端末、またはノートパソコン及びヘッドフォン・イヤホンをご持参ください。

※Wi-Fiのある環境のもとで、『Webinar』が利用出来ることを確認してください。

# 日常生活について

## ◆ 通学について

基本的にはホームステイ先から学校までは各自でバス、自転車、徒歩で通学します。通学時間はホストファミリーの場所にもよりますが、15分～45分くらいが目安です。学校までの行き方は、ホストファミリーが教えてくれますので、ご安心ください。

## ◆ 食事について

ホームステイ中は、朝食・昼食・夕食の3食が提供されます。昼食につきましてはお昼を持たせてくれます。学寮（小・中・高生）の場合は、寮で朝食・昼食・夕食の3食が提供されます。

朝食はコーンフレークやトースト、コーヒー、ティーという簡単なものです。ほとんどの家庭では、自分の食べるものを自分で用意して食べるか、ホストファミリーと一緒に調理して食べます。

アレルギーなどで食べられないものや、嫌いなものがあれば事前に伝え、また食事の量は家庭によって違いがあるので、「多い／少ない」などは遠慮せずに言いましょう。

※大学生につきましては、学寮内の共有キッチンにて自炊となります。昼食も持参するか、近くのカフェでとったり、スーパーマーケットで購入しましょう。



## ◆ 入浴・洗濯について

ほとんどの家庭では、バスhtubでゆっくりとお湯につかる日本のような入浴ではなく、シャワーだけ10分程度で済ませます。石鹸やシャンプー、ドライヤーなどは家庭のものを使わせてもらったり、自分独自使用のものは自分で準備しましょう。タオルは、自分用のを持参しましょう。海外のほとんどの家庭ではお湯はタンク式になっており、一定量のお湯がなくなると、次にタンクにお湯が貯まるまで待たなくてはなりません。またバスルームは洗面所とトイレが一緒になっている場合が多く、長い間バスルームを占有していると、他の人がトイレなどを使用できなくなってしまいます。「郷に入れば郷に従え」ということで、入浴はなるべく早く切り上げるよう心がけましょう。

洗濯については、ホームステイ先によって2通りの方法があります。ホストファミリーの分と一緒に洗ってもらえる場合と、自分の分は自分で洗濯する場合があります。家庭によって方法が違うので最初に確認しましょう。自分の分は自分でという場合でも、洗剤などはファミリーのものを使わせてもらえます。

## ◆ コミュニケーションは積極的に！

語学力が乏しいということだけで、コミュニケーションがうまくとれないことはありません。明るさ、積極性、礼儀正しさがあれば言葉の壁は必ず克服できます。基本的な“Please”、“Thank you”、“Excuse me”という言葉は日常生活をお互いが気持ちよく過ごす上でとても大切な言葉です。これらの言葉を自然に言えるように常に意識しておきましょう。大事なことは、自分の意思をハッキリ相手に伝えよう、会話を楽しもうとする積極的な姿勢です！思い切って、“Hello,,,”、“Excuse me,,,”と話しかけてみて！

# ホームステイについて

## ホームステイは“現地に住む一般家庭での 普段の生活を体験する”ものです

ホームステイを体験することで、生活習慣や文化の違いなど、  
現地の生活を身近に体感することができます

### ◆その国の素顔を発見！

ホテルに泊まっているだけではわからない、その国の素顔。例えば、家の間取り、日本と違う調味料や食材、手入れの行き届いた庭、家庭の家事分担の様子、家族の関わり、子供たちの遊び、休日の過ごし方など、一緒に暮らしてみなければわからない発見はたくさんあります。

### ◆ホストファミリーの家庭はさまざま

ホストファミリーになってくれる方々は、日本の私たちの家庭が一つ一つ違うようにさまざまです。家族構成や習慣などはファミリーによってそれぞれ違います。それぞれのファミリーを比較するのではなく、お互いに尊重し理解しあえる心がけが大切です。

### ◆思い切って話しかけてみて！

「英語が通じなかったらどうしよう」という不安はもっともありがち。初対面の人と、しかも英語でコミュニケーションをとれるかどうか不安を感じる人もいるかもしれません。しかし、心を開いて意思を伝えることが重要です。コミュニケーションは片言の英単語と身振り手振りで十分です。重要なことは、自分の意思をハッキリ相手に伝えようとする努力と、会話を楽しもうとする積極的な姿勢です。

ホストファミリーと良い関係を築くためには、その国の文化やものの考え方を理解しようとする気持ち、積極性と柔軟性、そしてホストファミリーとのコミュニケーションが大切です。

語学力不足による誤解を避け、お互いに理解し合うためにも、自分から積極的に話し、ここから国際交流の第一歩を踏み出しましょう。



イギリスのホームステイでは、受け入れ家庭の人種的・宗教的背景は様々です。

英語圏だからといって、白人家庭とは限りませんし、子供のいる家庭、父子・母子の家庭、子供が巣立っている老夫婦の家庭など、様々です。留学生を家族の一員として迎え入れ、お互いの文化を分かち合おうとする気持ちは皆同じです。どの家庭も事前に慎重に選定されています。また、異性、同性を問わず他国籍の学生が同居する場合があります。

**(注意)** ホストファミリーはマッチングを重視するため、出発間際まで決まらない場合が多々あります。また、やむを得ない事情によって、到着直前にホストファミリーが変更することもありますので、ご了承ください。

# イギリスでのホームステイについてガイドライン

- 1 食物について嗜好、アレルギー、菜食主義など、必ず知らせてください。
- 2 食事の時間は通常、毎日決まっています。夕食をしない場合、または夕食に間に合っず帰宅できない場合は、必ず事前に連絡してください。
- 3 自分で調理する場合は、必ずホストファミリーに了解を得てください。
- 4 歯磨粉、歯ブラシ、ソープ、シャンプー、クリームなどの洗面用具や化粧品、タオルは個人的な物なので自分用の物を準備してください。
- 5 喫煙者の場合は、ホストファミリーにどこで喫煙できるか、事前に尋ねてください。通常、屋内では喫煙しません。
- 6 シャワーをする時間（帯）についてはホストファミリーと相談してください。普通、朝はシャワーは混みますので夕方シャワーすると言われるかもしれません。
- 7 寝具は1週間に1度替えます。アイロンやアイロン台はホストファミリー宅のものを使用できますが、アイロンは自分でしてください。
- 8 万一、ホストファミリーの家のもので破損した場合は、直ちにホストファミリーに伝えてください。弁償しなければならない場合は、海外旅行傷害保険会社に連絡してください。
- 9 夜間遅く帰宅する場合は必ずホストファミリーに知らせてください。
- 10 夜間はヒーターのスイッチを切られるかもしれません。寝室が寒い時は、ホストファミリーに余分の毛布など求めてください。
- 11 ホストファミリーの家の鍵は責任をもって管理してください。万一、鍵を失くしても、その鍵がどこの家の鍵かわからないように、ホストファミリーの住所と一緒に鍵を保管しないでください。
- 12 友人（家族）がホストファミリーのうちを訪れる時は必ず事前にホストファミリーの了解を得てください。原則、友人や家族は、ホストファミリー宅に宿泊はできません。

# 英国の見どころ

下記はオックスフォード市またはケンブリッジ市から日帰り、または1泊旅行で見学可能な場所の例です。

- イギリスの電車の時間表 <https://www.thetrainline.com/train-times>
- イギリスの電車の時間表および料金 <https://www.thetrainline.com/>; <https://www.nationalrail.co.uk/>

## 公共交通機関を利用してー

### ● 約1時間

- **London** 欧州連合最大の都市。フリーマーケットや高級店、象徴的な史跡、ファッションやアートの最先端が入り混じる

### ● 約2時間

- **Cotswolds** 時の流れが止まってしまったような緑の丘に点在する小さな村々、イギリスの中世の名残
- **Oxford** 英国のもう一つの学府の都
- **Hampton Court Palace** テューダー様式建築の代表、16世紀ヘンリー八世の宮殿
- **Windsor Castle** 900年以上の歴史を誇るゴシック建築の王城
- **Eton College** 英国一の名門男子パブリックスクール
- **Greenwich Observatory** グリニッジ標準時を決める天文台

### ● 約3時間

- **Warwick Castle** 英国15世紀の城
- **Blenheim Palace** バロック様式建築の傑作、世界遺産、チャーチル英国元首相が生まれ、幼少時を過ごした宮殿
- **Canterbury Cathedral** カンタベリー大聖堂、英国教会の総本山
- **Stratford-upon-Avon, Shakespeare Museum** イギリス16世紀ルネサンスの華シェイクスピアの生家
- **York Minster** ヨーク大聖堂、英国教会（北部）の総本山

### ● 約4時間

- **Liverpool** 世界文化遺産海商都市、ビートルズ博物館
- **Wales** アングロサクソン系とは異なるケルト系民族文化が色濃く残り自然や歴史遺産が多い
- **Bath** ローマ時代に浴場を建設
- **Stonehenge** ソールズベリー平野にあるヨーロッパ随一の巨石遺跡文化

### ● 5時間以上

- **Scotland** 産業革命以前より科学・技術の中心地であったが、何故か時代の波に取り残されたような手つかずの素朴さが楽しめる



# 社会文化研修

ロンドン、コッツウォルズ、ストーンヘンジ&バース等の見学の社会文化研修はオプションで、プログラム費用に含まれていません。現地の AL (Activity Leader) や友達と相談しながら、授業以外の時間を有意義に過ごしてください。

**Liverpool**  
世界文化遺産海都市  
ビートルズ博物館



**THE BEATLES**

**Warwick Castle**  
英国15世紀の城



**Stratford-upon-Avon Shakespeare Museum**  
イギリス16世紀ルネサンスの華  
シェイクスピアの生家

**Cotswolds**  
時の流れが止まってしまったような  
緑の丘に点在する小さな村々、イギリスの中世の名残

**Wales**  
アングロサクソン系とは異なる  
ケルト系民族文化が色濃く残り自然や歴史遺産が多い



**Bath**  
ローマ時代に浴場を建設

**Stonehenge**  
ソールズベリー平野にあるヨーロッパ随一の巨石遺跡文化



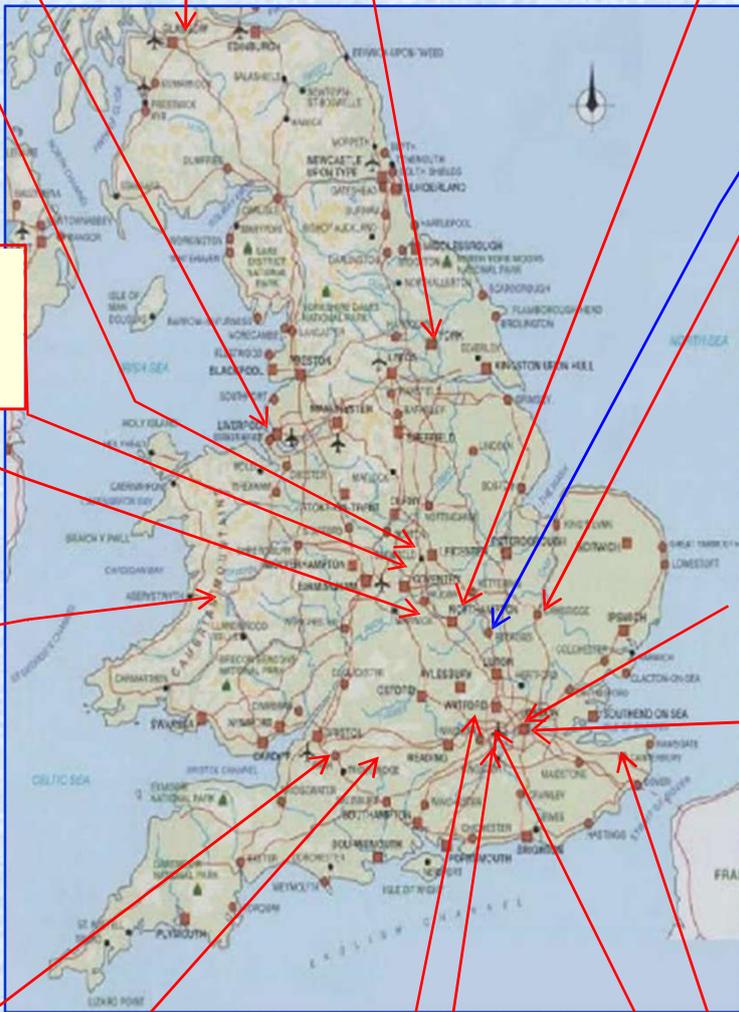
**Hampton Court Palace**  
テューダー様式建築の代表、  
16世紀ヘンリー八世の宮殿



**Scotland**  
産業革命以前より科学・技術の中心地であったが、何故か時代の波に取り残されたような手つかずの実直な美しさが楽しめる

**York Cathedral**  
ヨーク大聖堂  
英国教会（北部）の総本山

**Blenheim Palace**  
バロック様式建築の傑作 世界遺産、チャーチル英国元首相が生まれ、幼少時を過ごした宮殿



**Oxford** 学府の都



**Cambridge** 学府の都



**グリニッジ天文台**  
グリニッジ標準時を決める天文台

**London**



**Eton College**  
英国一の名門男子パブリックスクール



**Canterbury Cathedral**  
カンタベリー大聖堂  
英国教会の総本山

**Windsor Castle**  
900年以上の歴史を誇る  
ゴシック建築の巨城

# ロンドン

紀元前にブリテン島に侵入していたローマ人が、テムズ河畔に「沼地の砦」を造り、沼地をラテン語でロンドンニウムと言った。それがロンドンの街の名前の語源となった。人口800万人以上の屈指の世界都市であり、芸術、商業、教育、娯楽、ファッション、金融、メディア、観光、交通といった広範囲にわたる分野において強い影響力をもち、ニューヨークと並び世界をリードしている大都市である。

ウェストミンスター寺院やバッキンガム宮殿、世界一の収蔵を誇る大英博物館にもぜひ足を運んでみたいもの。ピカデリー・サーカスやウエストエンドには、エンターテインメントが集結。ロンドンっ子に混じって、にぎやかな街を散策しましょう。

## The British Museum 大英博物館

大英博物館の起源は、古美術収集家の医師ハンス・スローンの収集品にさかのぼり、収蔵品は多くは個人の収集家の寄贈によるものである。世界最大の博物館の一つで、古今東西の美術品や書籍や略奪品など約800万点が収蔵されているが、そのうち常設展示されているのは約15万点である。収蔵品は美術品や書籍のほか、考古学的な遺物・標本・硬貨やオルゴールなどの工芸品、世界各地の民族誌資料など多岐に渡る。イギリス自身のものも所蔵・展示されている。余りに多岐にわたることから、常設展示だけでも一日で全てを見ることはほぼ不可能である。



## The Buckingham Palace バッキンガム宮殿

バッキンガム宮殿は、イギリスのロンドンにあるイギリス王室の宮殿。

外周護衛を担当する近衛兵の交代儀式を見物出来る、ロンドンで最大の観光名所。宮殿はエリザベス女王のロンドンの公邸であり、女王の執務の場でもあり、ロイヤルファミリーが諸外国からの賓客を迎える際の迎賓館でもある。

約1万坪の敷地を誇り、舞踏会場、音楽堂、美術館、接見室や図書館等が設置されている。

部屋数は、宴会場19、来客用寝室52、スタッフ用寝室188、事務室92、浴室78、部屋総数775である。宮殿に勤務する人は約450名。



## The National Gallery ナショナル・ギャラリー

1824年に設立され、13世紀半ばから1900年までの作品2,300点以上を所蔵文化・メディア・スポーツ省の非省公共団体（非政府部門公共機構）である。

そのコレクションは大衆に広く公開されており、特別な企画展示をのぞいて入館は無料となっている。ただし、維持管理費用の一部を寄付でまかなうため、寄付を募る箱が入口ほか数カ所に設けられている。ナショナル・ギャラリーは、コレクションの基礎が王室や貴族のコレクションの由来ではないという点で、ヨーロッパでもあまり例のない美術館である。



# ロンドン

## The Kensington Museum ケンジントン博物館

1851年ロンドンで開催された万国博覧会を契機とし万博の収益や展示品をもとに、イギリスの産業美術、工芸、工芸教育を発揚するために、1852年に産業博物館として開館した。

1851年の万国博覧会で欧州諸国に比して英国の産業製品のデザインの質が著しく低いことが指摘され、公衆の「趣味」を教育によって啓蒙し高めるべきであるという議論が沸き起こり、装飾美術館 (Museum of Ornament Art)と改名し、1857年、現在のサウス・ケンジントンに移転しサウス・ケンジントン博物館と名を改める。

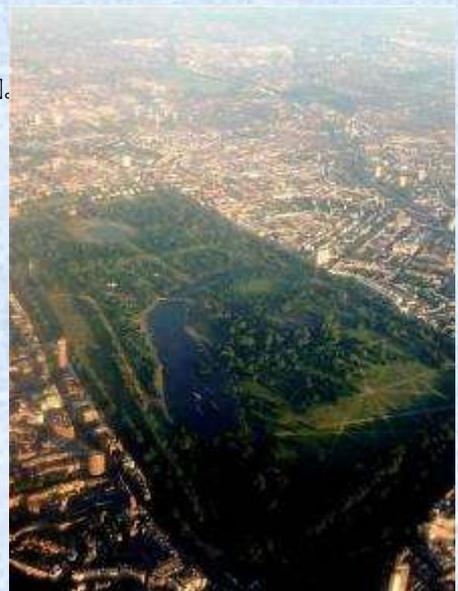
もともと、ヴィクトリア朝の産業・技術の発展を背景に、イギリスの工芸品やインダストリアルデザインの質を高め、工業の振興を図るための博物館として構想された。

ビクトリア朝時代の植民地拡大により、内外の美術工芸品、珍品が多く収集され、57年博物館の複合体として現在地に建設された(サウス・ケンジントン博物館)に移る。その後も収蔵品は増大し、99年、増築工事の定礎式の際、ビクトリア女王は夫君アルバート公の名を連ねた現在の名称を与えた。



## The Hyde Park ハイドパーク

ロンドン中心部ウェストミンスター地区からケンジントン地区にかけて存在する王立公園の1つサーペンタイン・レイクにより敷地は二分されている。総面積は350エーカーの巨大な都市型公園。1851年には世界初の万国博覧会であるロンドン万国博覧会の会場となった。



## The Oxford Street オックスフォード通り

オックスフォード・ストリートは、古代ローマブリタンニア時代に軍事道路の一部として、ロンドンの主要な道路となって以来、1500年以上の歴史を誇る。ロンドン市中心部ウェストミンスター区を東西に貫くロンドンの大動脈であり、7.5 kmの一直線の道路である。年間2億人以上が訪れる、ヨーロッパで最も人通りが多いストリートであり、

300以上の店舗が連なる世界的なショッピング・ストリートとして有名である。オックスフォード・ストリートは、12月の最初の土曜日に限り、歩行者天国となる。



# ロンドン

ウェストミンスター寺院やバッキンガム宮殿、世界一の収蔵を誇る大英博物館にもぜひ足を運んでみたいもの。ピカデリー・サーカスやウエストエンドには、エンターテインメントが集結。ロンドンっ子に混じって、にぎやかな街を散策しましょう。



## エリザベスタワー (ビッグベン)

ウェストミンスター宮殿にある時計塔の名称。言わずと知れたロンドンの象徴です。鐘の音は学校のチャイムと同じ。

## 世界遺産 ウェストミンスター寺院 Westminster Abbey

英国王室の戴冠式などが行われるイギリス国教会の教会です。ゴシック建築の壮麗な建物で、ダイアナ元妃の葬儀も行われました。政治家などが多数埋葬されている。国会議事堂が隣接している。

▼バッキンガム宮殿の衛兵交代の儀式は必見



## ピカデリー・サーカス

エンターテインメント施設や店が密集。観光客や買い物客で常ににぎわっています。エロスの像は記念撮影スポット。



## タワーブリッジ

100年以上もの歴史がある跳ね橋。タワーの高さは約40m。左右にあるゴシック様式のタワー内部には展望通路・歴史博物館が。



## ロンドン塔

ウィリアム1世によって、要塞兼宮殿として建造されました。王族たちの悲劇の場所として知られます。



## B.A. ロンドン・アイ

上空約135mからロンドン市内の絶景が楽しめる、テムズ川沿いのほとりにある世界最大の観覧車。2000年のミレニアム・プロジェクトで誕生しました。



## ロイヤル・アルバート・ホール

ヴィクトリア女王の夫である、アルバート公に捧げられた歴史ある演劇場。約8,000人を収容できます。



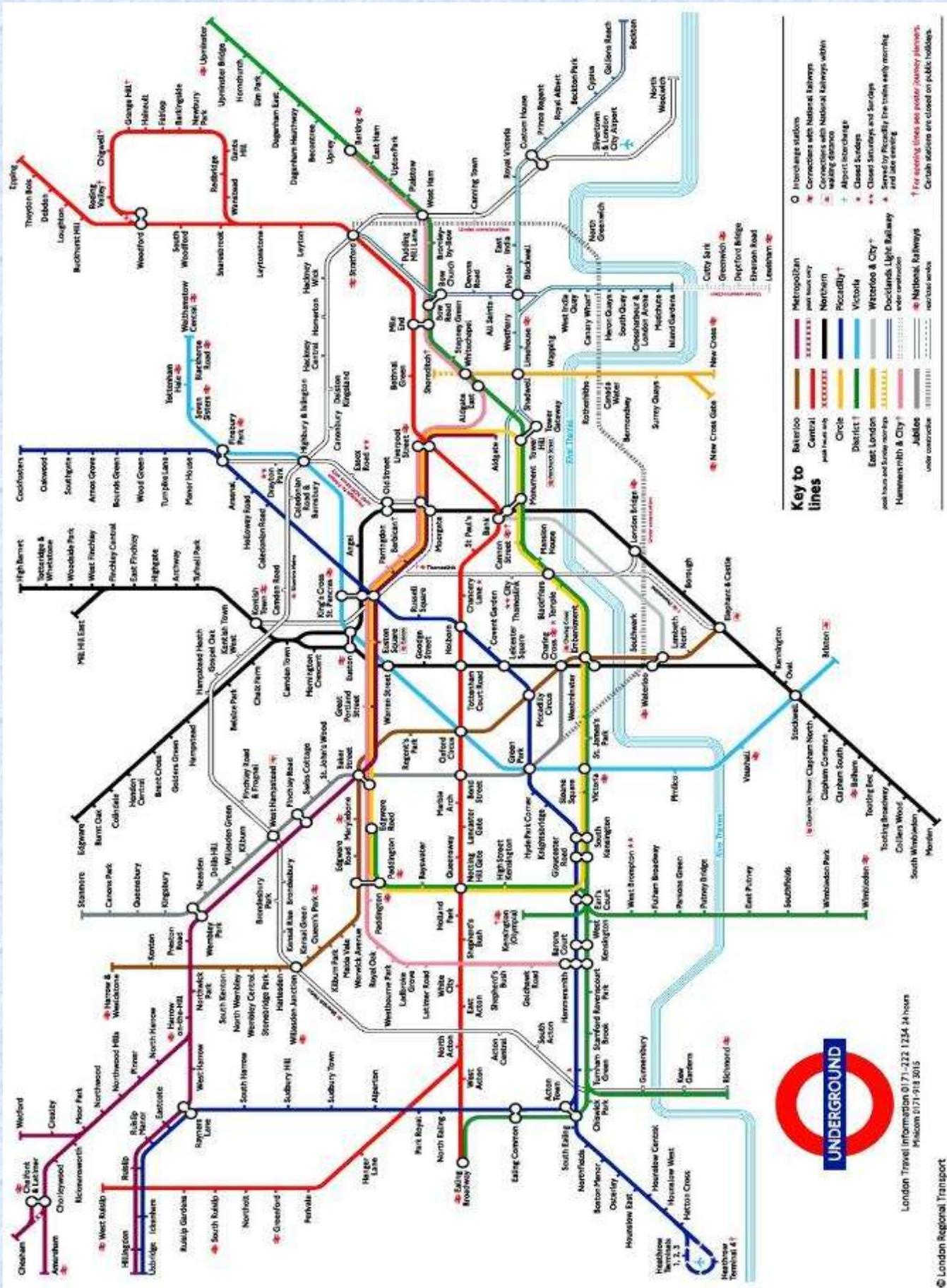
## トラファルガー・スクエア

様々なイベントで賑わう巨大な広場。クリスマスのツリーが有名です。高くそびえるネルソン記念碑がシンボル。

**マダム・タッソー館** マリー・タッソーが創立した蝋人形館。歴史上の人物や政治家、芸能人などを精巧に再現。

**リージェントストリート** 優雅なカーブの建物が特徴。道沿いに並ぶ老舗の名店でショッピングを楽しみましょう。

# ロンドン地下鉄路線図 (全体)





# オックスフォード

オックスフォード周辺は、水のある浅瀬があり、**Ox**「雄牛」が **ford**「浅瀬を渡る」通過点でした。その意味をとって、Oxford と地名がつけました。

詩人マシュー・アーノルドが「夢見る尖塔の都市」と表現した12世紀に遡る、英語圏最古の学府の都です。



## オックスフォード大学図書館 Radcliffe Camera

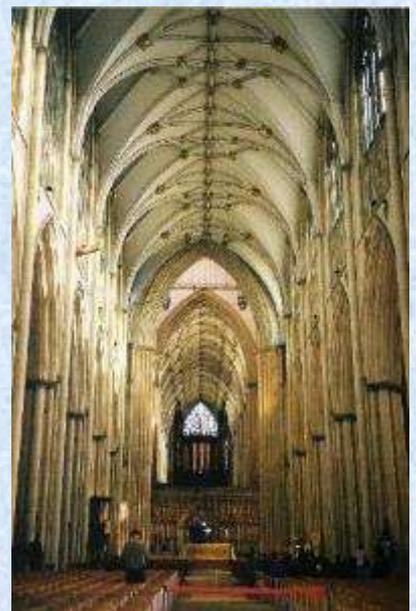
この建物の地下6階までが図書館になっている。1737年に着工し、完成までに10年以上かかった。



## クライスト・チャーチ Christ Church

俗称「ハリー・ポッター・カレッジ」  
“The House”との呼び名でも有名な、オックスフォード最大のカレッジ。  
カレッジ内にある大聖堂のステンドグラスや、映画「ハリー・ポッター」の撮影で使われた大学の食堂などが有名です。

ハリー・ポッター・カレッジの礼拝堂



## アッシュモリアン博物館 Ashmolean Museum

荘重な新古典様式の博物館内には、**国**芸家のジョン・トレイスカント親子が17世紀に収集を開始した美術品・アンティークのコレクションがおさめられています。



## ブレナム宮殿



イギリスを代表するバロック様式の宮殿。スペイン継承戦争で将軍ジョン・チャーチルが宿敵フランス軍を破った功績を讃えてアン王女から贈呈された。戦場となったブレンハイム（英語名ブレナム）より宮殿の名前が付けられた。その後チャーチル家の居城となり、1873年に首相ウィストン・チャーチルが誕生した場所としても知られている。チャーチル首相の生まれた部屋や英国の公爵の華やかな生活ぶりを垣間見ることができる。

## ブライトン Brighton

イギリスのイングランド南東部に位置する都市。知名度・規模ともにイギリス有数の海浜リゾートである。観光都市であることから、ホテルやレストラン、エンターテインメント施設が多数あり、これらの施設を活かしたビジネスカンファレンスなども頻繁に開催されている。このほかの側面として、大学や語学学校をはじめとする教育施設が多く、このため学生が多い。

ロイヤル・パビリオンやパレス・ピアなど見学できる場所が多い。政党による年次大会を中心として、ブライトンでは数多くの会議も開催される。また、スポーツやレジャー施設の種類も豊富で、中でもサイクリングやモータースポーツが盛んであるため、毎年ロンドン-ブライトン間のレースが開催されている。



上流社会の保養地であった**バース**。当時の栄華を思わせる三日月型建築のロイヤル・クレッセント、社交場だったパンプ・ルームなどは必見。



## 歴史と不思議のイギリス ストーン・ヘンジ & バース

### ストーン・ヘンジとは？

ソールズベリー平野のほぼ中央にあり、紀元前に3段階に分けて造営されたと考えられていますが、未だに造った目的などが謎の遺跡。世界遺産の神秘的巨石群です。



ローマ人が造った浴場は世界遺産



# サイエンス発祥の地ケンブリッジ

街を流れるケム川に沿って、緑あふれる美しい風景が広がる、英国の伝統を感じる学府の都です。ケム川に橋（ブリッジ）を架けることにより街は発展し、ケンブリッジという街の名前の由来になりました。



## キングス・カレッジ

ケンブリッジでもっとも有名なカレッジ。キングス・カレッジ・チャペルは他の建物より200年近く古く、世界最大の扇形ヴォールトの美しさと繊細さには圧倒されます。



## フィッツウィリアム博物館

世界で屈指の博物館。アンティーク、工芸品、コインやメダル、写本や書籍、そして絵画や素描の5つの部門があり、モネやルノワール、ピカソといった巨匠の絵画も見れる。

## ケム川（パンティング）

ケンブリッジの語源である「ケム(River Cam)でのパンティングはケンブリッジ名物の一つ。船から見える景色は一味違うケンブリッジを味わうことができます。



## トリニティ・カレッジ

これまで31人ものノーベル受賞者を輩出したケンブリッジ大学群の1つ。かの有名なニュートンも卒業生の1人で、カレッジの中には「ニュートンのリンゴの木」があります。



ケンブリッジ大学のカレッジ数は31校。この“カレッジ”には、学生たちが寝食する学生寮があります。

このカレッジ群をひとつにして“ケンブリッジ大学”と称します。

オックスフォードに並んで、英国の教育を代表し、世界の科学を牽引してきた大学がある学府の都

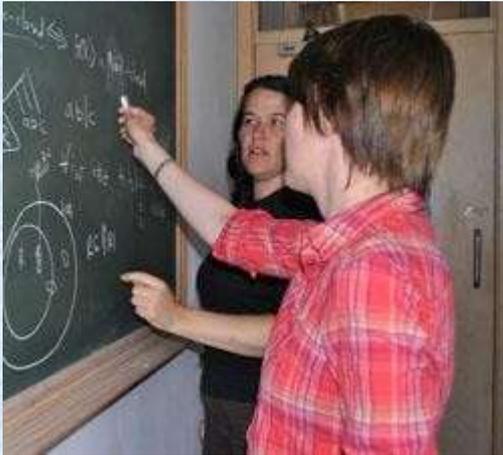
また、理系に強いケンブリッジ大学のある街のためシリコン・フェンと呼ばれるイギリスにおけるハイテク産業の中心地にもなっています。

- ・ロンドン市内からバスで約 1 時間 3 0 分～2 時間、電車で約 45 分
- ・ケンブリッジはロンドンの地下鉄 Tube「キングス・クロス駅」から直行の列車で約 45 分！

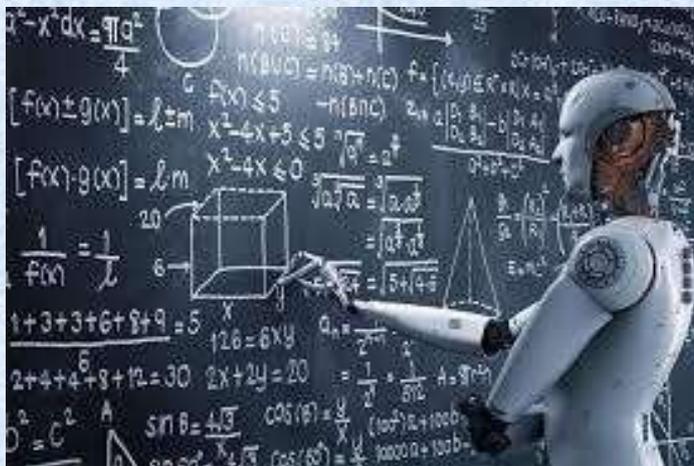


# Isaac Newton Institute for Mathematical Sciences

Isaac Newton Institute for Mathematical Sciences



## フィッツウィリアム博物館



# コッツウォルズ はちみつ色の小さな村々

人々が自然とともにのどかな暮らしを営むコッツウォルズ。緑の丘と愛らしい家、時間が止まったかのような田園風景は、絵本の世界そのまま。北はチップング・カムデンから、南はカッスル・クームまで約160 kmにわたって美しい村々が点在しています。



絵本から抜け出したようなコッツウォルズの家並み

## マナーハウス

かつて、貴族などが暮らした邸宅マナーハウス。まるで、古き良き英国にタイムスリップしたよう！



## カッスル・クーム

ナルニアへと繋がる洋服ダンスのある古い石造りの家、時計を持ったうさぎが走って行く丘陵地帯、霧に霞むホグズミード村、そしてホビット・ドワーフ・エルフの世界…。「ナルニア国物語」の一場面を思い起こさせる村



## チップング・カムデン

チップングとはマーケットの意。13～14世紀に羊毛産地で栄え、当時のままの美しい家々が通りに建ち並びます。



## ストラットフォード・アポン・エイヴオン

シェイクスピアの生誕地として知られるストラットフォード・アポン・エイヴオン川のほとりの町、多くの史跡が残ります。



## ストウ・オン・ザ・ワールド

アンティーク・マーケットの中心地として有名。ここは丘の上に砦を築いて定住していた先史時代にまで遡ることができる歴史の深い街。コッツウォルズ産の石材で造られた家や、店、宿屋に四方を囲まれた、大きなマーケット広場は、何世紀にもわたり町の生活の中心である印象的なエリアです。



## ボートン・オン・ザ・ウォーター

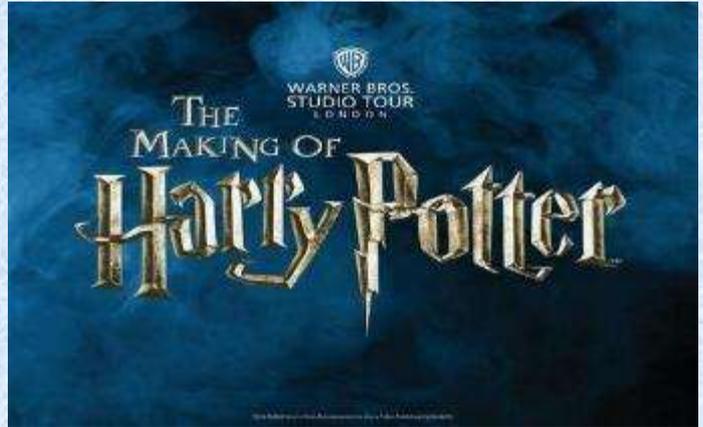
コッツウォルズで最も人気のある村。500羽以上の鳥のひそむ森林、川、そしてガーデンが素晴らしいバードランド公園及び周辺の庭園など、澄んだ川に架かる人目を引く低い橋は非常に可愛らしく、老若男女誰もが楽しむことが出来る村です

# ハリー・ポッター・ワーナー・ブラザーズ・スタジオ Harry Potter Warner Brothers Studio

ロンドン近郊のハートフォードシャーにある、ワーナーブラザーズの人気テーマパーク

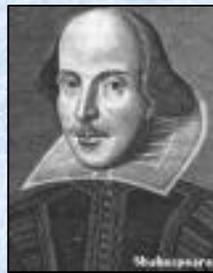
イギリスロンドン中心部から少し離れた場所にハリー・ポッターの撮影スタジオを一般公開する「ハリー・ポッター・ワーナー・ブラザーズスタジオ (Warner Bros. Studio)」

1990年代のイギリスを舞台に、魔法使いの少年ハリー・ポッターの学校生活や、宿敵闇の魔法使いヴォルデモートとの因縁と戦いを描いたイギリスの作家J・K・ローリングによる児童文学作品である「ハリー・ポッター」の、世界中で愛され続ける魔法と冒険のファンタジーを再現したものである。



# ストラットフォード・アポン・エイヴオン Stratford-upon-Avon

イギリス16世紀ルネッサンスの華ウィリアム・エイクスピアの故郷



シェイクスピア劇演出においては、世界一の権威を誇るロイヤル・シェイクスピア劇場



# ポーツマス Portsmouth

イングランド南部の海岸に位置する港湾都市ポーツマス。人口は約20万人。ポーツマスの港は歴史的な軍港であり、いまだに現役の、世界一古い乾ドックもあります。ポーツマスは日本人学生が少ないことも特長です。



# 課外活動のご紹介

授業の合間には課外活動プログラムがあります。新しい文化の習得や、初めてのことに挑戦しながら異文化理解への素晴らしい機会となります。

## パンティング Punting

オックスフォードやケンブリッジで最も人気のあるアクティビティの一つ、オックスフォードに流れるテムズ川の支流、ケンブリッジに流れるケム川で地元の人々に親しまれている舟遊び、パンティングです。

チェアウエル川にしても、ケム川にしても、市内の周辺を弧を描くように流れており、また数多くのカレッジの中を流れているので、そこを小さな船『パント平底船』に乗って、長いポールを使って漕いで行くという至ってシンプルなものなのです。

## カレッジめぐり

オックスフォード大学を構成する44のカレッジやケンブリッジ大学を構成する31のカレッジのいくつかは、有料、或いは無料で一般に公開していますので敷地内に入れます。例えば、Christ Church College は、通称ハリー・ポッターカレッジと呼ばれ、ハリー・ポッターのロケ地となりました。



## The Eagle & Child

一見ただけでは何の変哲もないパブ。

ここには、「指環物語」のJ・R・R・トールキンや、「ナルニア国物語」のC・S・ルイスといった英国が誇る文豪たちが通い詰めていました。

店内中央に今も残る「ラビット・ルーム」という名の小部屋は、まさに彼らが陣取っていた場所であり、無造作に置かれた丸椅子とテーブルと暗い照明。この店内の空間そのものがまるで物語の世界のようです。

## The Turf Tavern

週末になると、オックスフォード大学の学生たちや町の人たちで賑わうパブ。アメリカ合衆国元大統領クリントンが留学中によく過ごした隠れ家的な場所。

## St. Mary Church Tower

傾斜度90度に近いはしごをあがって外にでると、そこから見えるオックスフォードの街は中世そのもの。

## Covered Market

オックスフォードの街の中心にあるアーケード。18世紀にオープンした商店街の建物は、創業当時のままで、時間が止まったような空間。

日本の法律では、飲酒・喫煙は20歳からです。本プログラムの日本人受講生は日本の法律を遵守してください。

## 色々なイベント

週末や、レッスン後は、研修から一息つけるようなお楽しみイベントに参加できます。

任意参加ですが、友達と、現地ですぐに出会った人達との交流を楽しんでください。



# イギリスの気候



## イギリスの気候・服装

一年中霧のような雨が降るため、日本より肌寒く感じることが多いのがイギリス。



### 3月～5月

日中暖かい日でも朝晩は冷え込みます。一日の中でも**天気**が変わりやすく、晴天と思えば、突然激しい雨が降ることもあります。

### 6月～8月

30度近くになる日もありますが、湿度が低いのでカラッとしています。日没後は急に肌寒くなることもあるので袖付きの上着を準備しましょう。

### 9月～11月

秋は曇りの日が多く、9月中旬を過ぎると朝晩はかなり冷え込むようになります。上着やセーターを用意して寒さに備えましょう。

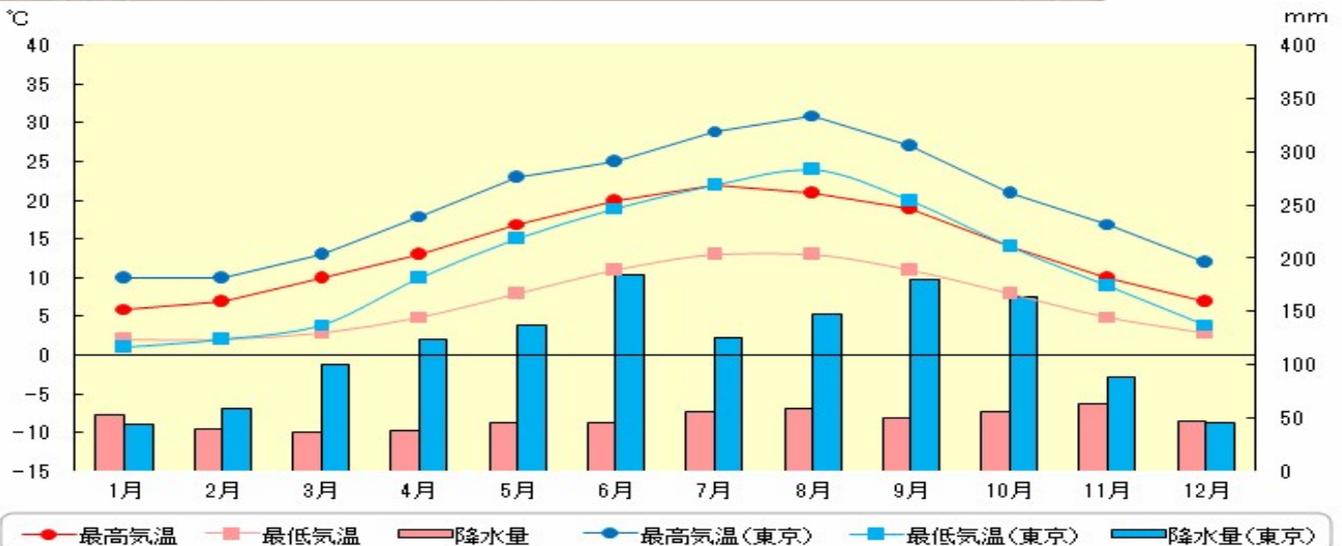
### 12月～2月

冬は日照時間が短く、寒い日が続きます。霧が発生する回数も多く、霧が出た日は特に冷え込むので、使い捨てカイロが重宝します。



## ロンドンの気温と降水量

London



## ロンドン London

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
最高気温	6	7	10	13	17	20	22	21	19	14	10	7
最低気温	2	2	3	5	8	11	13	13	11	8	5	3
降水量	53	40	37	38	46	46	56	59	50	57	64	48
● 東京 Tokyo												
最高気温	10	10	13	18	23	25	29	35	27	21	17	12
最低気温	1	2	4	10	15	19	22	24	20	14	9	4
降水量	45	60	100	125	138	185	126	148	180	164	89	46

# イギリスの交通手段やマナー

## ロンドン市内の交通手段

ロンドンでは、地下鉄やバスで市内全域を移動できます。

■ **地下鉄** もっとも確実に手軽な移動手段。Tube(チューブ)と呼ばれ、市内をくまなく網羅しています。1日乗り放題のカードなどがあるので、2回以上乗るなら購入するとよいでしょう。

■ **バス** バス停留所はRequestとBus Stopの2種類があり、Bus Stopは普通にバスが停まりますが、Requestでは手を上げないと停まらないので注意しましょう。

■ **タクシー** ロンドンでは、Black cabと呼ばれている黒い車。基本的には手を上げて停車したら乗り込み、料金は降車して窓越しで支払います。(全車両カード決済) 乗る前に目的地までいくぐらいの料金になるか確認しておきましょう。また、Black cab 以外のタクシーは危険なので乗らないように要注意！

■ **ダブルデッカー** ロンドンの2階建てバスに乗るときは、事前にチャージしたOysterカード、またはタッチ決済ができるクレジットカード(スマホのApple Pay等も可)を、乗る時に運転席横の黄色いリーダーにかざします。現金や紙のチケットは買えないので注意！



地下鉄は混雑しているので、貴重品の管理を！ イギリスのタクシーは自動開閉ドアではありません。ロンドンのバス停では、礼儀正しく並びましょう！

## イギリスでのマナー

エスカレーターでは右側に立ち、急ぐ人のために左側を空けます。また体の接触に関しては、日本人より神経質なので混雑している場所でも他人と身体が触れたら「エクスキューズ・ミー」とひと言を。

■ **チップ** サービス料の含まれていないレストランでは10%前後のサービス料金を追加しましょう。タクシーも通常は10%前後を加算。チップもカードで払えるお店がほとんどです。念のため少しだけ小銭を持っていると安心ですが、基本はスマホ一つで完結します。

■ **喫煙** イギリス全土の屋内(パブ・駅・公共施設)は全て禁煙。違反は高額な罰金対象です。18歳未満の所持は禁止されており、購入には大学生でも必ずパスポートが必要です。

■ **写真撮影** イギリスでの写真撮影は、撮影禁止区域はもちろん、空港などでも注意が必要です。判断に迷ったら、必ず周囲の人に確認しましょう。人物を撮るときは、ひと言断ってからがマナー。

■ **服装もTPOを考えよう** レストランで食事をしたり、劇場鑑賞の際にはドレスコードの確認や雰囲気合った服装を心がけましょう。一流レストランであれば男性は上着にネクタイ、女性もセミフォーマルな洋服が望まれます。



### レディーファーストを心がけましょう

レディーファーストのお国柄です。エレベーターを降りる時や、お店を出る時など、イギリスでは常に、女性を先に通すようにしましょう。

また、自分の後ろから続けて誰かが入ってくる時はドアが閉まらぬよう支え、後ろの人を待つマナーが定着しています。

# イギリス 入国・出国



## 1. 日本出発前の準備

出発前に以下の書類がそろっているか、必ず確認しましょう。

- **パスポートの確認**：日本帰国時まで有効なパスポートが必要です。
- **電子渡航認証（ETA）の申請**：日本国籍の方も取得が必須です。オンラインで申請し、承認メールの保存に加え、スクリーンショットやPDFでも保存しておきましょう。チェックインの際に確認される場合がありますので、すぐに見せられるようにパスポートと一緒に準備しておきましょう。
- **重要書類の持参**：以下はスーツケースに入れず、スマホにダウンロードもしくは印刷しパスポートに挟んで手荷物に入れておきましょう。
  - ・ **受講許可証（Letter of Acceptance）**：入国時に必要となる場合があります。
  - ・ **Eチケット**：往復両用の為、帰国時まで大切に保管してください。
  - ・ **お出迎の書類（Transfer Confirmation）**：ヒースロー空港に到着時必要となります。到着時の緊急連絡先、滞在するホームステイ先や学寮の住所が記載されています。
  - ・ **18歳未満の渡航同意書（WRITTEN CONSENT FOR CHILD UNDER 18 YEARS TRAVELING WITH ONLY ONE PARENT OR WITHOUT EITHER PARENT）**：18歳未満の場合は必要となる書類です。入国時に提示が必要になりますのでスマホにダウンロードもしくは印刷してパスポートに挟んで手荷物に入れておきましょう。

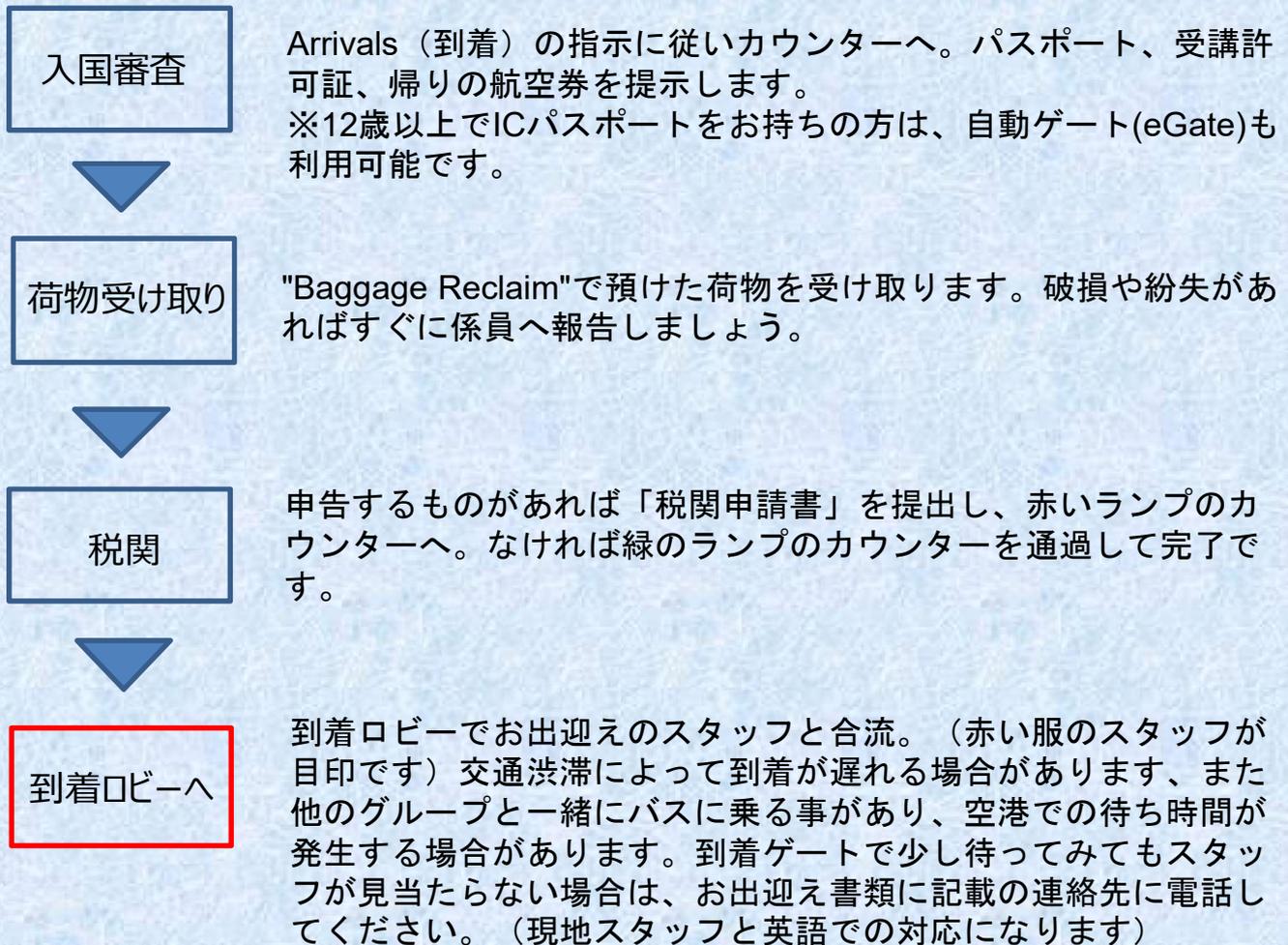
## 2. フライト・機内持ち込み

- **飛行時間**：直行便で東京からロンドンまで約12時間半かかります。
- **機内持ち込み手荷物**：原則として3辺の和が115cm以内です。詳細な規定は航空会社により異なるため事前に公式HPで確認。
- **手荷物に必ず入れるもの**：**モバイルバッテリーは火災防止のため、預け荷物厳禁！**リチウムイオン電池は衝撃や短絡で発火の恐れがあるため、貨物室への預け入れは禁止されています。
- **預け荷物（スーツケース）へ入れるもの**：爪切り、カミソリなど刃物類。
- **液体の機内持ち込み**：100ml以下の容器に移し、透明な袋にまとめましょう。

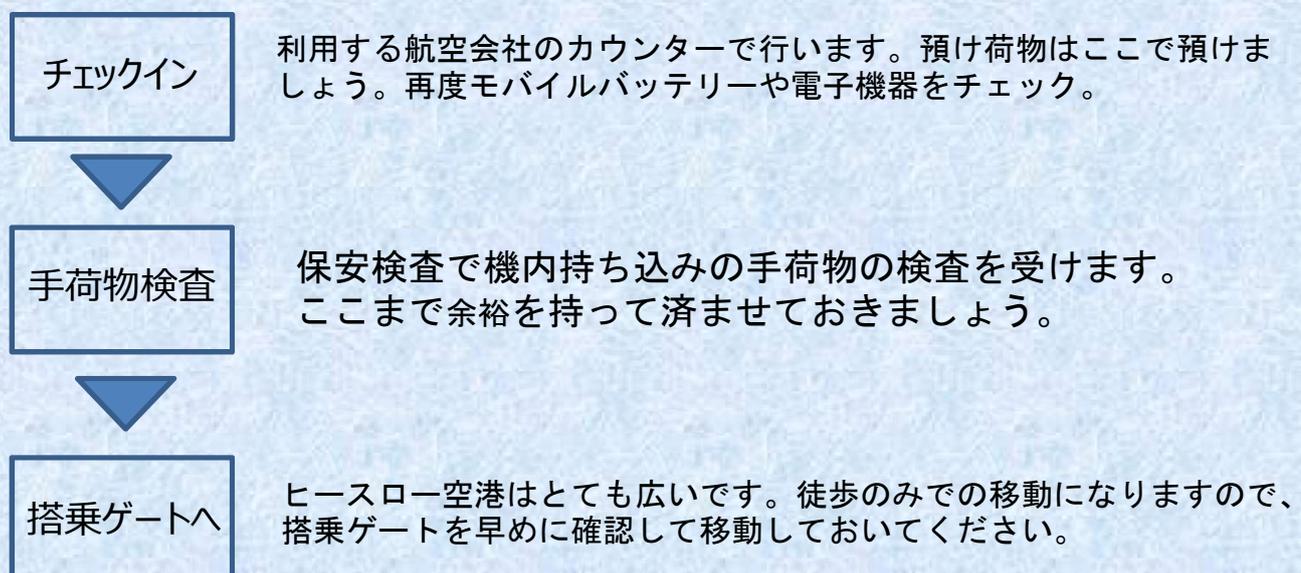
※モバイルバッテリーは2026年4月からの新ルールにより、機内では使用や充電が禁止されています。詳細は航空会社HPでご確認下さい！

# イギリス 入国・出国

## 3. イギリス入国の流れ



## 4. イギリス出国の流れ



# 帰国する前に準備する事

## Visit Japan Web の登録（通常）

日本へ入国前にスマートフォンで入国手続きを行う事ができるWEBサービスです。各自でアクセスし、帰国のフライトに乗る前までに登録を完了させましょう。登録しておくとも入国がスムーズにできます。

※登録には、航空券、パスポート、メールアドレスが必要になります。



Visit Japan Web

≪登録手順≫ 1人1アカウントが原則です。

- ① アカウント作成・利用情報の登録。日本到着日を登録
- ② 検疫（健康状態確認）、税関申告（携帯品・別送品申告）の登録  
※免税範囲を超えていない方も「携帯品・別送申告書」作成してください。
- ③ ②の登録後、QRコードを表示させ画面のスクリーンショットを保存しておきましょう。日本到着時に専用端末での手続きが可能になります。

## 未成年の場合の登録

未成年の登録方法は、以下の2パターンがあります。

### 【単独で渡航する場合】（自分でスマホ操作の出来る中高生）

- ・各自で登録：原則として本人名義でアカウントを作成して登録。
- ※メールアドレスが必要になるため、あらかじめ準備しておきましょう。

### 【単独で渡航する場合】（自分でスマホ操作の難しい小学生）

・出発前に保護者がお子様の名前で登録を済ませ、QRコードを印刷してパスポートケースなどに入れておく（できれば2枚）もしくはスクリーンショットを保存しておく。保護者のスマホにもスクリーンショットを保存しておけば紛失時に安心。日本に帰ってきたら見せる事を伝えてく。

※もし印刷後、帰国時にフライトが急に変更になっても、日本から保護者が編集するか古い情報のQRコードを提示して空港の係員に伝えるか、その場で紙の申告書を書けば大丈夫です。

編集後新しいQRコードをスクショし、LINEなどで子供に送ってあげてください。

※紙の申告書には住所や電話番号を書かなければなりません、あらかじめメモを持たせておくか携帯で確認できるようにしておきましょう。

# イギリスのお金

イギリスのお金は硬貨が8種類、紙幣が4種類ある。  
(1ポンド=100 ペンス)



1	1ペニー (銅貨) 1ペニー (ペンス) X100=1ポンド	2	2ペニー (ペンス) (銅貨) 2ペニー (ペンス) X50=1ポンド	3	5 ペンス (銅貨) 5 ペンス X20 = 1ポンド
					
4	10 ペンス (銅貨) 10 ペンス X10 = 1ポンド	5	20ペンス (銀貨) (20ペンス X5 = 1ポンド)	6	50ペンス (銀貨) (50ペンス X2 = 1ポンド)
					
7	1 ポンド (厚めで金色)	8	2 ポンド (周囲が金色、中心は銀色で、大型きいコイン)	9	5 ポンド札
					
10	10 ポンド札	11	20 ポンド札	12	50 ポンド札 (ほとんど流通していない)
					

# 個人情報取扱／受講規則などについて

## 受講生の個人情報について

- ・受講生に緊急事態が発生した場合には必ず保護者または保証人が対応できることを確認してください。
- ・受講生の身体的ならびに心理的（例：過食症、拒食症など）状況について必ず報告してください。これは、受講の可否を決める基準ではありません。
- ・受講生の食事療法（例：食物または動物アレルギー、菜食主義など）について必ず報告してください。
- ・到着時に身分証明書発行のために受講生の写真を撮る場合もあります。ご了承くださいますようお願いいたします。

## 留学の充実と促進のための資料作成について

英国での留学は、より一層の充実と促進を求めて、オックスフォード大学、ケンブリッジ大学、その委託団体であるOIEG Oxford International Education GroupやICC International Communications Councilの広報媒体用に受講生の写真や活動をビデオに撮ります。ご協力をお願いいたします。しかし、写真が掲載されたり、ビデオを撮られることにご同意いただけない場合は、その由、学生本人ならびに保護者様より文書でご指示くださいますよう、お願いいたします。

## 英国入国について

英国入国管理事務局からの指導により、ICC（International Communications Council）ならびにICCが認める英国の運営団体は、研修受講生の年齢に関係なく、全員のパスポート（身分証明書）のコピーの提示を求める場合があります。ご了承くださいますようお願いいたします。

たびレジ



## 危機管理について

<http://www.anzen.mofa.go.jp/readme/readme.html>

[http://www.anzen.mofa.go.jp/c\\_info/useful\\_info.html](http://www.anzen.mofa.go.jp/c_info/useful_info.html)

<http://www.uk.emb-japan.go.jp/jp/index.html>

<http://www2.anzen.mofa.go.jp/info/pcinfectionsbothazardinfo.asp?id=154#ad-image-0>

**外務省 海外安全ホームページ (mofa.go.jp) <https://www.anzen.mofa.go.jp>**

### ■ 外務省「たびレジ」への登録（必須）

現地の最新安全情報（事件・自己・テロ・自然災害など）を日本語メールで受け取れる無料サービスです。万が一の緊急連絡にも使用されるため、出発前に登録しておきましょう。

## 家族・友人の訪問

留学中、受講生の保護者または友人が受講生を訪問する場合は、事前に文書(メール)で知らせてください。

## 持参物

持参物について下記を参考にしてください。

1	パスポート原本	ご自身のもの。残存期間が3ヶ月以上。
2	パスポートコピーおよび証明写真	それぞれ2枚。紛失に備えて準備しておきましょう。
3	航空券Eチケット	航空券 E-チケットは往路・復路両用です。帰国する時にも必要ですので大切に保管してください。
4	英国ETA承認メール	申請時、承認書の発行はありませんが、チェックインの際に確認される場合がありますので承認メールを印刷またはスマホにダウンロードしておきましょう。
5	海外旅行傷害保険証券及びそのコピー	ICCの研修プログラムには海外旅行保険の加入が必須となります。クレジットカード付帯の保険のみは不可。病院受診時は必ず持参してください。
6	受講許可証、お出迎え書類等	ICCがメール添付送付した資料はスマホにダウンロードもしくは印刷して持参ください。
7	現金 デビットカード クレジットカード	クレジットカードが普及しているので、ほとんどの店でクレジットカードが使えます。使い方や、支払時期、金利、注意すべき事項などには慣れておきましょう。 学寮滞在の場合は到着時に現金で保証金を支払う必要がありますので用意しておきましょう。(金額については要確認)
<b>★貴重品は、気負付けて管理しましょう★</b>		
8	斜め掛け出来るバッグ	市街地に出かける時、貴重品を持ち歩く場合は手提げバッグではなくて体に斜めがけできるバッグが重宝し、アウターの下に身に着けると安心です。また、リュックなどは後ろにではなく、できるだけ前に背負いましょう。
9	使い慣れているタブレット端末・イヤホン・PC	チューターとのオンラインレッスンのある方は、使い慣れたタブレット端末、またはノートパソコンおよびヘッドホン・イヤホンをご持参ください。
10	常備薬	普段飲んでいるものがあればお持ちください。現地で薬を手に入れなくてはならない場合は、必ず現地のコース・ディレクターに事前に相談してください。勝手に薬局に行って薬品を購入しないように！
11	折りたたみ傘 レインコート	一年中霧のような雨が降るので持っておくと重宝します。
12	カメラ	スマホで撮影する事が多いと思いますが、持って行かれる場合は盗難やひったくりに注意してください。スマホでの撮影も同様に注意！
13	厚手のソックス	防寒用に一足持っておくと便利です。
14	洗濯ネット 2枚 (大きめ)	洗濯物を自分の部屋で紐にぶら下げて干してはいけません。乾燥機をお使い下さい。ホームステイの場合洗濯についてはホストマザーにご相談下さい。

## 持参物

持参物について下記を参考にしてください。

15	洗面用具 バスタオル、フェイスタオル	現地調達も可能ですが、2,3日分持っておくと便利。
16	ヘアドライヤー	必要であれば、海外対応のもの
17	着替え、アウター	夏でも朝夜は肌寒く、薄手のジャンパーやトレーナーがあると安心です。年中カーディガンなどの羽織れるものや調整しやすいもの持っておくと重宝します。
18	各自必要な充電器	ノートPC、デジカメ、携帯電話用など
19	変圧器	100ボルト⇒240ボルト用変圧器 お手持ちの電化製品が240V対応か事前にご確認ください
20	スリッパ	部屋履き用—公共の場ではスリッパ着用はご遠慮ください。
21	プラグ	<b>形状に要注意-BFタイプ、角型3つ口</b> プラグは三つ又で、先が四角い形の「BFタイプ」という変換アダプターを用意しましょう。「ユニバーサル対応」の充電器や電源アダプターを使う時でもコンセントに差し込むプラグの変換アダプターは必須です。 日本の量販店や空港売店でも手に入ります。
22	予備のメガネ	普段コンタクトレンズの方は忘れないよう注意！！念のため持っておきましょう。
23	コンタクトレンズ用品	必要日数分。目薬等必要な物も忘れず。
24	筆記用具・（電子） 辞書、ノート等	使い慣れたもの。
25	エコバッグ	現地のスーパーはレジ袋が有料（かつ破れやすい）ことが多いので、1枚持っていると非常に重宝します。
26	ポケットティッシュ・ウェットティッシュ	日本のような街頭配布はなく、現地のティッシュは紙質が硬いことが多いです。
27	モバイルバッテリー	Mapを利用する事が多いかも知れませんが持っておくと便利です。 現地到着時は特に何かあればすぐ連絡できるよう、携帯電話の充電は切らさないようにしておきましょう。 機内だけでなく、普段も取扱には十分に注意してください。

## Q & A

(下記の質疑応答のいくつかは、団体の研修参加の学生や学寮ステイの学生が対象となっています。ご了承ください。)

Q-1	ヒースロー空港に到着しました。どこに行けばいいですか？
A-1	赤い服の迎えの者が到着ロビーで待っています。迎えの者が声をかけてきますので、名前をお伝えください。空港周辺は交通渋滞がひどくお出迎えのものが送れる場合があります。到着ロビーに誰もいなくても焦らず、何かありましたらお出迎え書類に記載の現地連絡先へお電話ください。
Q-2	特別な食べ物にアレルギーがあります。どうしたらいいですか？
A-2	サマースクール受講生のアレルギーには過去数十年にわたる対応実績があり、トラブルの経験はありません。アレルギーについては、できるだけ早くお知らせください。適切に対応いたします。
Q-3	ロンドンの街中で、皆とはぐれてしまいました。どうしたらいいでしょう？
A-3	慌てて、走り回ったり、動き回ったり、移動しないでおきましょう。落ち着いて、Activity Leaderの携帯電話に連絡しましょう。または、到着日にもらったwelcome packの中の、'Emergency Number'に電話をして、Activity Leaderに連絡してください。
Q-4	課外活動は選ぶことはできますか？
A-4	課外活動については、前もって案内されます。自分が参加したい課外活動は、必ず、サインアップして、自分の場所確保のために登録しておきましょう。
Q-5	門限は何時ですか？
A-5	10：30分までに、自分の部屋に戻ってなければなりません。消灯は11時です
Q-6	火災訓練では、何をしますか？
A-6	けたたましいサイレンが鳴ると、直ちに、階段を使って、部屋、建物の外に出てください。安全が確認されてから、部屋に戻ることができます。
Q-7	スポーツはできますか？
A-7	色々な屋内・屋外スポーツを楽しむことができます。
Q-8	食事のとり方について教えてください。
A-8	食事は、大学のカフェテリアで、セルフサービスで、お肉、野菜、チーズ、デザートなど、自分の好きな物を選ぶことができます。食事が終われば、自分でトレイを返却してください。
Q-9	治安について教えてください。
A-9	キャンパスには映像監視システムがあり大学警備員にて24時間体制で監視しています。各自の部屋は、カードロックになっています。貴重品は、大学本部のサマースクールセンター長の金庫に預けておくこともできます。
Q-10	常備薬について
A-10	医療体制は整っていますが、平常、使い慣れている常備薬は必ずご持参ください。

## Q & A

Q-11 電圧など、日本とは違いますか？

A-11 日本の電圧は100Vですが、英国は240Vです。ほとんどの家電商品（携帯電話充電器、ヘアードライヤー、コンタクト洗浄器等）は変圧器が内蔵されていますが、変圧器を持参する必要があるかどうかを確認してください。コンセントの形状はBFタイプです。BFタイプのコンセントに合うプラグの持参が必要です。

Q-12 英語の授業について教えてください。

A-12 英語の授業はCEFR（セファール）、「Common European Framework of Reference for Language」という語学のコミュニケーション能力のレベルを示す国際標準規格のもとに授業を進め評価します。

Q-13 先生はどのような人ですか？

A-13 語学に関しては、ブリティッシュ・カウンシル、イングリッシュUK等の公認の先生で、外国語としての英語教授法の高い資格をもっています。

Q-14 インターネット接続はできますか？

A-14 Wi-Fiまたはケーブル接続が可能です。

Q-15 パソコンや何らかのタブレット端末を持参した方がいいですか？

A-15 タブレット端末は持参した方が便利です。しかし、貴重品ですから、しっかり管理してください。

Q-16 携帯電話やスマートフォンを持参してもいいですか？

A-16 持参してもよいです。貴重品ですから、しっかり管理してください。

Q-17 洗濯は、できますか？

A-17 カレッジに、洗濯機があります。ホームステイの場合はホストファミリー宅で洗濯ができます。

Q-18 自由時間はどのように過ごしますか？

A-18 色々なOnsite-Activities（課外活動）が計画されています。必ず、サインアップ（登録）して、参加しましょう。

Q-19 パーティー用の服は要りますか？

A-19 研修中は、フォーマルではなく、色々な略式パーティーがあります。ちょっとおしゃれな服（男子はボタン付きシャツ・ネクタイ、女子はワンピースなど）を準備しておくといでしょう。

Q-20 お小遣いはどのくらいありますか？

A-20 各自買物は自由ですが、1週間に50～70ポンドもあれば、小物やおやつは購入できます。ほとんどキャッシュレスでお買い物ができます。

Q-21 ミネラルウォーターは容易に手に入りますか？

A-21 キャンパス内に売店があります。（キャンパスによる）ミネラルウォーターやスナックは、売店で購入できます。イギリスの水道水は、衛生上、飲めます。





# International Communications Council

16-1  
Aoba-dai  
Kita-ku  
Kobe-city  
Hyogo-prefecture  
651-1231  
Japan