

埼玉発



埼玉県マスコット「さいたまっち」

海外留学のすすめ



埼玉県マスコット「コバトン」

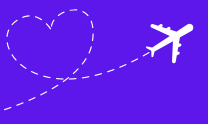


留学ってどうしたらいいの？

埼玉県マスコット「コバトン」



この冊子は「埼玉発世界行き」奨学金を得て留学した奨学生の体験をもとに作成しています。
 留学情報は国や地域、留学時期によって様々です。
 必ず大使館や留学先学校等の最新情報をチェックしましょう。





✈️ 「埼玉発世界行き」奨学生に聞く
留学が気になったら考えてみよう

① あなたの留学のイメージは？ P1

② 留学へのロードマップ P2

③ 留学タイプ・国別費用 P3

✈️ 先輩たちの留学体験談 P4

✈️ 後輩たちへメッセージ P5

✈️ 埼玉県の主な留学支援制度/奨学金獲得のために力を入れたこと P6

✈️ 『夢を掴んだ先輩』からのメッセージ P7

✈️ 『埼玉県で活躍している先輩』からのメッセージ P8

✈️ 留学に関する各種情報一覧 P9

グローバル人材育成センター埼玉（GGC）は、
埼玉から世界を舞台に活躍し、さらに企業の即戦力となる人材を育成する拠点です。
「埼玉発世界行き」奨学金による留学支援から、帰国後のネットワークづくりや活動の場の提供などにより、グローバル人材の皆さんをトータルにサポートします。



「埼玉発世界行き」
奨学生に聞く

留学が気になったら考えてみよう

①あなたの留学のイメージは？

何のために留学したい？

異文化体験？ 語学習得？
学位取得？ 技術習得？

大学では英米文学、大学院では英文学を専攻しており、研究している作家がどのような環境で、どのような風景を描いたのかを実際の土地で学びたいと強い思いがあり、その作家が活躍したイギリスへ行きたいと決めました。



海外で長期間生活することで、高校時代にESSで培った英語でのコミュニケーション能力をさらに伸ばせると気づき、ぜひ留学したいと考えるようになりました。



それは日本ではできない事？

行き先（国、地域）や学校は
どんなところにする？

その留学の『成功』とは？

語学試験で特定の点数を取得？または、特定の級に合格？
学位・修士や資格の取得？

卒業式では卒業する生徒にスピーチの機会がありましたが、多くの聴衆を前に自信を持って英語で思いを伝えることができ、自分の成長を確かに実感できた瞬間でした。



留学先では、楽しむことは楽しみ、休む時は休み、勇気を出すときは勇気を出すというように、無理をせず自分のペースで生活することを心がけていました。そのため、自分の意思をきちんと持ち、主体的に行動をするという力が以前よりも身についたように感じます。



留学資金は？

授業料や生活費、保険や渡航費
はいくらかかる？

公的機関、大学などに奨学金制度について問い合わせをしました。貸与型、給与型などの種類も調べた方が良いと思います。



現在の予算内で実現できる？

国、地方自治体、民間の奨学金
は調べた？

留学後の進路は？

国内外で進学？何を勉強する？
働くならどのような業界？

現在は留学時代の人脈を使って、日本とミャンマーの学生の交流プログラムおよび日本とタイの学生の交流プログラムの運営を行っています。



研究面では、留学時代で得た知識や研究内容、現地で築いたアカデミアの人脈が、現在の研究に直結しています。留学に行く前と後では、専門分野への理解も深まり、研究テーマも大きく変わりました。



大学・
大学院留学？

高校留学？

学位取得？

語学留学？



「埼玉発世界行き」
奨学生に聞く

留学が気になったら考えてみよう

②留学へのロードマップ

目的の明確化

何を学びたい？どんな経験がしたい？
帰国後どう活かす？
自分の言葉で書き出してみましょう！

大学でドイツ文学を専攻しており、ドイツ語も学習していたため、自分の専門分野を実際に現地で学びたいと思い、ドイツに留学することに決めました。



長期

1年半前

短期

半年前

大学では英語で行われる授業を履修したり、国際交流イベントに参加していました。



渡航中に行う埼玉県でのPR活動の準備にも注力しました。



情報収集

留学の種類、必要書類、テストや条件、奨学金情報、費用の目安、留学先の情報など調べましょう！

同じ留学先に行ったことのある先輩から情報を得ました。住居は、大学からおすすめの学生寮、アパート、ホームステイを紹介してもらいました。



3カ月前

条件の確認

留学先で必要な試験やスコアを確認しましょう！
渡航費、学費、生活費を具体的に調べて、無理のない資金計画を立てましょう！

大学の国際交流センターに相談した時にTOEICが留学に使えない事を知り、そこから他の試験を受験する準備をしたため、時間がかかり焦りました。



1年前

入学準備

願書、志望理由書、履歴書、卒業（在学）証明書、成績証明書、語学・学力試験の成績証明書、預金残高証明書、推薦状、健康診断書、申請料など

ビザには複数種類があり、交換留学や正規留学によっても種類が違うので注意してください。



渡航準備

パスポート・ビザの申請、保険加入、銀行口座の開設、送金方法の確認、クレジットカード作成、航空券・常備薬など

留学先で風邪をひいてしまいましたが、自分にあった薬を持って行っていたので、現地で探し回らずすみませす。体温計も持って行く事をおすすめします。



1カ月～2カ月前

最新の渡航情報を確認しましょう！





「埼玉発世界行き」
奨学生に聞く

留学が気になったら考えてみよう

③留学タイプ・国別費用

黄色 大学生留学

緑

高校生留学

アメリカ

在籍大学での交換留学
(令和7年度)



◎総額 約225万円

学費：日本の大学の学費のみ（上記含まず）

生活費：約165万円

渡航費：約40万円

保険・その他：約20万円

4ヶ月

アメリカ

在籍大学での交換留学
(令和5年度)



◎総額 約280万円

学費：日本の大学の学費のみ（上記含まず）

生活費：約206万円

渡航費：約34万円

保険・その他：約40万円

9ヶ月

イギリス

私費留学
(令和6年度)



◎総額 約700万円

学費：約400万円

生活費：約248万円

渡航費：約27万円

保険・その他：約25万円

11ヶ月

イギリス

在籍大学での交換留学
(令和5年度)



◎総額 約265万円

学費：日本の大学の学費のみ（上記含まず）

生活費：約140万円

渡航費：約30万円

保険・その他：約95万円

9ヶ月

ドイツ

在籍大学での交換留学
(令和6年度)



◎総額 約245万円

学費：15万円（日本の大学の学費含まず）

生活費：約160万円

渡航費：約30万円

保険・その他：約40万円

10ヶ月

タイ

在籍大学での交換留学
(令和6年度)



◎総額 約170万円

学費：日本の大学の学費のみ（上記含まず）

生活費：約130万円

渡航費：約5万円

保険・その他：約35万円

9ヶ月

オーストラリア

在籍大学での交換留学
(令和6年度)



◎総額 約390万円

学費：日本の大学の学費のみ（上記含まず）

生活費：約330万円

渡航費：約20万円

保険・その他：約40万円

1年

ニュージーランド

民間エージェントを通じた留学
(令和7年度)



◎総額 約70万円

学費：約16万円

生活費：約22万円

渡航費：約22万円

保険・その他：約10万円

3週間

※実際の渡航にあたっては最新情報をご確認ください！





先輩たちの留学体験談

令和7年度留学 ニューヨーク州立大学
オスウェゴ校（アメリカ）
Tさん



●留学を考えたきっかけ

幼い頃から英語に興味があり、将来は海外を舞台に働きたいと考えていました。その準備として語学力を伸ばすために、海外留学を考え始めました。所属大学で国際関係学を専攻しておりアメリカを研究対象としていたことや、自分自身がマイノリティの一人として生活してみたいという思いから、多様性に富んだアメリカを留学先を選びました。

●思い出

北東部のニューヨークから南西部のラスベガスまで大陸横断鉄道を使用して陸路で旅したことです。日の出、夕焼け、雪景色、広大な砂漠など、壮大な景色に圧倒されながらアメリカという国の様々な側面を肌で感じることができました。この旅は、挑戦して本当によかったと思える経験の一つです。



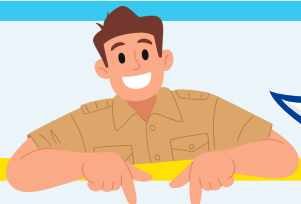
●留学時代の経験が活きていると思うところ

留学を通して、「完璧でなくてもいい」ということを学びました。綺麗な文法で話せなくても言いたいことは伝わるし、寛容な気持ちであれば自然と人と仲良くなれます。社会人になると人と関わる機会がさらに増えると思いますが、留学で身につけた完璧を求めすぎないマインドが、これからの交友関係でも活きるのではないかと感じています。

●これから留学する人・考えている人へ



私は、留学は自分自身をより立体的にしてくれる時間だと思っています。私自身、現地コミュニティへの参加や一人旅など新たなことにたくさん挑戦しましたが、「やらなければ良かった」と感じたことは一つもありません。こうした挑戦の積み重ねが世界を見る視野を広げ、自分自身や日本を捉え直すきっかけになり、そこで得た出会いや経験が皆さんの人としての厚みや魅力に繋がっていくのだと思います。私も、留学中に好奇心のままに行動してみたことで、それまでは気づかなかった新しい興味に出会うことができました。少なくない時間やお金をかけるからこそ、本当にわくわくできることにぜひ飛び込んでみてほしいと思います！



令和6年度留学
チュラロンコン大学（タイ）
Kさん

●留学を考えたきっかけ

もともと東南アジアを中心とした新興国に興味があり、これからの将来を考えると欧米圏ではなく新興国に留学した方が面白い経験ができると思ったからです。またその中でもタイは食事や文化が魅力的で、一度訪れたことがあったため、タイへの留学を決めました。日本以外の国で暮らすとはどういうことかを知るとともに、タイを中心に世界中に友達を作り、また英語の運用能力を高めることに加え、第三言語も習得することを目標としました。

●留学前日本でしたこと

奨学金獲得は情報を得るのが一番重要だと思ったので、まずは奨学金の情報についてアンテナを高く張りました。また奨学金の申請時には自分が留学に行きたいという熱意を伝えるように意識しました。

●思い出

留学時代の一番の思い出はコムロイ祭りというタイの有名なランタン祭りの運営ボランティアです。タイ人の学生のみならずミャンマー人からネパール人、中国人、フランス人、ロシア人に至るまでタイにいる様々な国の学生がボランティアとして働き、全員で協力して会場設営から観光客の誘導までを行いました。観光客は様々な国から来るため、お互いが使える言語を駆使して協力して対応するなど、国籍を超えて協力し合えた瞬間がとても楽しかったです。またイベントの最後に見たランタンが空に舞い上がる風景は、忘れられない思い出です。



●これから留学する人・考えている人へ



留学は私にとって、間違いなく人生の転換点になりました。新しい出会いや挑戦に対してオープンになることができ、多様な価値観を持つ人々と協力する楽しさを知ることができました。帰国した今も、海外に気軽に連絡を取れる友人がいることは大きな心の支えになっています。留学を迷っているなら絶対行くべきです!!! 私は留学中がこれまでの人生で一番幸せな時間でした。留学を通して絶対人生大きく変わります。行き先を工夫したり、このような素敵な奨学金を受給すれば金銭的負担も少なく行けるので、ぜひ留学に行きましょう。



後輩たちへメッセージ



令和5～6年度留学

Iさん（大学院生）

コロンビア大学 School of
Social Work（アメリカ）

留学は専門知識を深めるだけでなく、自分の価値観や社会の見方を大きく広げてくれる経験です。言語や文化の違いに戸惑うこともありますが、その過程で得られる気づきは何にも代えがたい財産になります。

留学に年齢は関係ありません。何歳からでも挑戦できます。完璧な準備が整っていなくても、目的意識と学びたい気持ちがあれば道は開けます。

ぜひ一步を踏み出してみてください。



令和7年度留学

Hさん（高校生）

Language Schools New Zealand
（ニュージーランド）

私は語学力を高めたいと思い留学しましたが、留学を通して語学を学ぶ本来の意味が見えてきました。現地での生活や人との出会いは、かけがえのない経験です。日本での日常と比べると、外国で過ごす1日は学びや発見がぎゅっと詰まったとても濃い時間でした。

留学は日本や自分自身を改めて見つめ直すきっかけにもなります。迷っていたらぜひ一步踏み出してみてください。その一步が、きっと新しい自分と世界につながると思います。



令和6年度留学

Kさん（大学生）

EFバンクーバー
（カナダ）

私は学業や就活を考えると長期留学は現実的ではなく、春休みを利用した1ヶ月半の短期留学を選びました。周りの多くの方のように長期で現地の教育機関で学んだわけではありませんが、得られたものは数知れず、心から挑戦して良かったと感じています。このような貴重な機会をくださった奨学金には感謝しかありません。時間的な制約で留学を迷っている方も、興味があれば諦めず、ぜひ一步踏み出してみてください。必ず一生の財産になります。応援しています！



令和6年度留学

Nさん（大学生）

エディンバラ大学
（イギリス）

まずは挑戦！失敗したら変えればいいくらいの軽い気持ちからでも留学に挑戦して新しい経験を積むのは今後の役に立つと思います！

一生の思い出にもなります！！

あとは支援してくれる方（埼玉県、両親など）への感謝を忘れないでください。





埼玉県の主な留学支援制度

埼玉県では、海外留学を目指す志の高い若者を対象として「埼玉発世界行き」奨学金をはじめ様々な留学支援を行っています。

◎「埼玉発世界行き」一般奨学金 ※低所得者世帯などのための特例あり

学位取得コース

海外の大学・大学院での学位取得を目的とした方が対象

2026年度は20名
100万円/1名あたり

地域活躍コース

埼玉県の産業と文化の振興に貢献する高い志を持ち、1ヶ月以上留学等の海外体験をするとともに、県内企業でインターンシップ等を行う方が対象

2026年度は50名
20万円/1名あたり

◎「埼玉発世界行き」冠奨学金

ご寄附いただいた企業や篤志家の方々の名称等を冠とした給付型の奨学金です。過去の状況と最新情報はこちらでチェック→



埼玉発世界行き 奨学金 GGS



他にも…

埼玉県姉妹友好州省 奨学生派遣事業

埼玉県では、姉妹友好州省への奨学生派遣事業を行っています。

詳しくはこちら



埼玉県姉妹友好州省 奨学生



奨学金
以外にも

埼玉県・埼玉りそな銀行・武蔵野銀行・
埼玉縣信用金庫 提携留学ローン

埼玉県から海外へ留学する方を対象に留学ローンの取り扱いを行っています。

詳しくはこちら



埼玉県 留学ローン



他奨学金
情報

●トビタテ！留学 JAPAN

<https://tobitate-mext.jasso.go.jp/>

●(独)日本学生支援機構(JASSO)

<https://www.jasso.go.jp/index.html>

教えて！
先輩！

奨学金獲得のために力を入れたこと

これまでボランティア等、専門分野での活動経験を積み重ね、自分の専門的関心と社会的課題意識を明確にしてきたことです。特に、課題に対し、具体的な目標を志望理由書で丁寧に伝えました。また、日米間の知識と実践をつなぐ役割を担いたいという国際的視点も重視して準備しました。



留学先：アメリカ



留学先：オーストラリア

「自分はなぜ留学をしたいのか」という自己分析を丁寧にやりました。自分の過去を振り返りながら、現在の自分に満足せず、グローバルな環境で刺激を受けたいという想いを、説得力を持って説明できるよう意識しました。



留学先：ドイツ

日頃から自分のやりたいこと、関心はどこにあるのか、留学を通して何を得て、何をを目指したいかという自分について考える作業をしていました。実際に、奨学金の応募では志望理由書や自己アピール、留学計画書などを書くことが多いかと思います。自分について日頃から考えることは、こうした作業にも役に立つのではないかと思います。何より、自分ができること、やりたいこと、目指す像を考えることは、自分の留学生活での指針にもなると思います。



『夢を掴んだ先輩』からのメッセージ

「埼玉発世界行き」奨学金 学位取得コース

天野 晟（あまの すん）さん

留学先：イギリス

勤務先：国際労働機関 労働条件・均等局

（現所属：厚生労働省安全衛生部安全課 課長補佐）

※育児休業中



天野さん（一番左）

仕事内容

私は、国際労働機関（ILO）にJPO派遣制度※を通じて、スイスのジュネーブ本部でジェンダー関係の仕事をしていました。具体的には、ディーセント・ワーク（働きがいのある人間らしい仕事）実現に向けた国別計画へのジェンダー視点の反映や、ハラスメント禁止条約の批准促進・好事例の収集に関する業務に携わりました。ILOは、政府・労働者・使用者の代表が共同で政策等を決定する唯一の「三者構成」による国連機関であるため、日々の業務では、多角的な視点から労働政策を捉え、様々な利害関係者の声がきちんと反映されるように心がけてきました。

※外務省のJPO(Junior Professional Officer)派遣制度とは、若手の日本人が原則2年間、各国際機関の職員として派遣される制度の事です。

留学時代の一番の思い出を教えてください

大学の時に中国で1年間の交換留学を経験した後、イギリスの大学院への進学のために「埼玉発世界行き」の奨学金を受給しました。国際公法を専攻していた私にとって、一番印象的だったのは世界遺産条約の授業でした。この授業では、大英博物館を見学したり、考古学者をゲストに招いて話を聞いたり、文化財返還問題について模擬裁判を実施したりと、座学だけではない経験を積むことができました。特に、ギリシャ出身の同級生が涙ながらに議論していた光景は今でも忘れられません。国際法が単なる理論ではなく、実際に人々の生活や感情に影響を与えるものであること、物事の見え方は一つではなく様々な当事者の背景を想像することの大切さを強く実感しました。

留学中は自分自身と向き合う機会が多く、アウェイな環境で自分を表現する方法を見つけられずにとっても苦労しました。しかし、一つ一つ課題を乗り越えていった経験が自信となり、少しずつ視野が広がり、夢や価値観を共有する仲間を得ることができました。

異なる文化背景を持つ人達との交流を通じて、多様な考え方を理解し、柔軟な思考を身につけることができたのは大きな財産です。



留学で学んだことが現在どのように役立っていますか



私が所属していた部署では、男女平等の推進に加え、LGBTQI+の方々や障がい者、移民といった社会的なマイノリティに属する労働者が働きやすい職場環境の整備に取り組んでいました。これらの業務を進めるにあたり、留学中に異なる文化や価値観に触れ、人種問題や社会情勢を通じて多様性や包摂性について深く考えた経験が活かしていると感じます。

語学力や専門知識、アカデミックライティングのスキルももちろん業務遂行に役立っていますが、それ以上に意外な形で役立っているのがリサーチ力です。衣食住がきちんと確保されていないと仕事にも集中できません。留学前の学校選びや奨学金申請、渡航準備、さらには現地での生活基盤の確立まで、自ら情報を収集し、課題を解決する過程で培った力は、海外生活の立ち上げを迅速に行い、職場での業務、同僚とのコミュニケーションをスムーズに進めるうえで不可欠なスキルとなっています。

留学を考えている後輩たちにメッセージをお願いします！

留学は、自分のコンフォートゾーンから一歩踏み出す経験です。新しい環境に適応して自分の世界を広げることもあれば、逆に閉じこもってしまうこともあります。留学の醍醐味は、未知への挑戦を通して、自分なりの「成果」に出会うことだと思います。それは人によって様々で、夢や人との出会い、趣味の発見、夢を叶えるための知識や人脈、進学のコツなどもかもしれません。私の場合は大切な友人に出会い、自分自身を見つめ直せたことでした。軽い気持ちで留学に出たって私は良いと思います。その代わりに、「留学しなくても得られる成果だった」と、未来の自分に言われぬように、必要ならば事前にしっかり調べて考えて、そして現地で沢山悩んで努力して笑って泣いて、素敵な時間を過ごしてください。応援しています！



『埼玉県で活躍している先輩』からのメッセージ

「埼玉発世界行き」冠奨学金
マレリ未来奨学金 学位取得コース
井原 淳（いはら じゅん）さん
留学先：アメリカ
勤務先：つきのみや法律事務所 弁護士



現在の仕事内容

ベンチャー企業・中小企業を中心として、様々な業種の企業様の成長を、契約書の雛形作成・契約書のリーガルチェック・労務問題をはじめとした法務相談を通して、法務の観点からサポートさせていただいております。各企業様が何を求めているのかを丁寧なヒアリングにより把握し、守りの観点からのアドバイスに徹するだけでなく、企業の成長に繋がるようなアドバイスができるよう心がけております。

留学時代の一番の思い出を教えてください



留学時代は、野球（MLB）やバスケットボール（NBA）の試合を観に行きました。在籍する日本人選手の活躍を目の当たりにすることで、同じ日本人としてもとても誇らしく感じると共に、日本を、スポーツを通して世界に発信し続けている選手からとても刺激を受けました。

また、ロースクールでの勉強だけでなく、同じ寮で暮らしていた友人をはじめとして、多くの友人たちと長期休暇を利用して、アメリカのザイオン国立公園やジョシュアツリー国立公園、ヨセミテ国立公園などの多くの国立公園を回りました。アメリカの壮大な大自然に触れられたことは、忘れられない思い出です！

留学で学んだことが現在どのように役立っていますか

私はこの留学を通して、私と同様に南カリフォルニア大学のLLMコース（法学修士課程）を履修していた他国の法律家をはじめとした多くの方々と友達になることができました。日本にいただけでは築くことが難しい国を超えた友人関係を、留学を通して築くことができたのが何よりの財産だと思います。このアメリカのロースクールへの留学を経て、ニューヨーク州司法試験に合格し、ニューヨーク州弁護士資格を取得することができたため、現在は、留学経験を活かした英文契約書のレビュー等の海外進出のサポートも行っております。



埼玉県内で勤務している理由

埼玉県は、人との繋がりを大切にされる方が多いように感じます。私は、埼玉県の多くのベンチャー企業・中小企業の皆様・埼玉県で暮らしている多くの方々にサポートすることで、生まれ育った大好きな埼玉県の経済活性化、より良い日々の暮らしに少しでも貢献できればと考えて、埼玉で勤務しています。

留学を考えている後輩たちにメッセージをお願いします！



留学は、楽しいことばかりでなく、大変なことも多いと思います。ですが、留学を終えてみると、そういった大変だったこともかけがえのない経験だったと感じています。日本では、当たり前だと思っていることが、海外では当たり前ではなく、日本の良さ、埼玉県の良さを留学を通してたくさん感じました。

本奨学金のプログラムは、サポートして下さる企業の皆様や奨学生の皆様と繋がることができることも大変大きな魅力かと思っています。今後もこの繋がりを大切に、より埼玉県に貢献できるよう活動が続けていきたいと思っています。

皆様にも是非前向きに留学にチャレンジしていただき、更なる飛躍に繋がっていただければ幸いです！



留学に関する各種情報一覧

グローバル人材育成センター埼玉 (GGS)

- 「埼玉発世界行き」奨学金情報
- WEB版『埼玉発海外留学のすすめ』



埼玉県国際課

- 埼玉県姉妹友好州省 奨学生派遣事業
- 埼玉県 埼玉りそな銀行・武蔵野銀行・埼玉縣信用金庫 提携留学ローン



文部科学省 トビタテ！留学JAPAN

- 『トビタテ！留学JAPAN日本代表プログラム』他留学情報全般



なぜ留学したい？ どの国へ行く？
何を学ぶ？ 何をしたい？
帰国後はその経験をどう活かしたい？

自分自身に何度も問いかけて。思いを形にできるように。
どうか実りある留学にしてください。応援しています♪



埼玉県マスコット
「コバトン」



(独) 日本学生支援機構 (JASSO) 海外留学情報サイト



- 国・地域別、目的別留学情報、奨学金情報
- 海外の公的な留学情報を収集できるWEBサイト情報
- 国内にある公的な情報提供機関・相談WEBサイト情報

外務省 海外留学案内

- 留学までの手順、留学フェア情報、留学後の就職情報など



外務省 海外安全ホームページ

- 感染症の情報、渡航・滞在に際しての注意情報



安全で充実した留学を！！

この冊子の内容はWEBページでも確認できます。

URL:<https://www.ggsaitama.jp/susume/>





埼玉県マスコット「さいたまっち」



彩の国 埼玉県

グローバル人材育成センター埼玉（GGS）
公益財団法人 埼玉県国際交流協会



埼玉県マスコット「コバトン」

TEL : 048-833-2995 FAX:048-833-3291

<https://www.ggsaitama.jp/>

E-mail : global@sia1.jp

令和8年3月