

ケンブリッジBreak the Shellプログラムについて

Q. どのような施設に滞在しますか？

ケンブリッジ大学の歴史あるカレッジ内の学生寮に滞在します。（例：Corpus Christi College、Peterhouse College、Jesus College、Sidney Sussex Collegeなど）カレッジの雰囲気を感じながら、学生生活を体験できます。カレッジの寮での滞在は、英国の伝統的な寄宿生活を体験する貴重な機会です。古い建築物や美しい庭園に囲まれた寮での生活は、英国文化や歴史に触れる良い機会となります。また、共同生活を通じて新しい友人との絆を築くことも期待できます。宿泊する部屋は男女別（基本1人部屋 ※2人部屋の場合もあります）で、シャワーやトイレは共有です。

Q. 食事はどのようなものですか？

ケンブリッジ大学滞在中の朝・昼・夕食は、カレッジ内のダイニングホールで食べる予定です。壮大な天井、豪華な装飾、そして長いテーブルと椅子で知られる英国のダイニングホールでの食事中、近くに座っている方たちと軽いおしゃべりも楽しい時間です。外国からの研究者や現地の学生や教員、様々な方が集まりますので、気軽に声をかけて楽しみましょう！最初はちょっと勇気があるかもしれませんが、日本の高校生だといえ、逆に興味を持たれるでしょう。また、食物アレルギーがある方は、ご自身でメニューを選んで食べてください。



Q. インターネットの環境はどうなっていますか？

寮施設内では無料Wi-Fiが利用可能ですが、SNS等でテキストのやりとりができる程度の通信速度なので、ビデオ通話や動画をみたりする用途にはあまり使えないかもしれません。いずれにしても現地で過ごす時間は1週間しかない、現地では現地でしか経験できないことに時間を使うようにしましょう。



（クラスの様子）

Q. 英語力はどの程度必要でしょうか？

英語力の目安は英検準2級程度以上で、学校の英語の授業や課外活動で英語でのディスカッションやプレゼンテーションの経験があるとより良いと思います。研究者のレクチャーなどで理解できない箇所がある場合、小グループで現地の学生が内容をわかりやすく説明する手助けをします。ただし、基本的には自ら質問しようとする姿勢がとても重要です。参加者には現地でさまざまな人々との交流や自身の体験を共有し、積極的に自己表現し、率先して行動する姿勢を期待しています。

Q. 現地ではどのようなクラスが行われますか？

学び・体験・チームワークを通じて、リーダーシップ・プレゼン力・課題解決力を育むことを目的としています。

- オリエンテーション
メンターとの顔合わせ、チーム名決定、ケンブリッジ大学&カレッジツアー
- 成功の科学（神経科学、成長マインドセット、習慣形成）、最先端技術紹介（ケンブリッジ大学の科学者によるデモンストレーション）、大学ポートレース体験
- ストーリーテリング
説得力のある表現と成功プロセスを学ぶ
研究を現実の価値に変える方法を学ぶ
- リーダーシップとチームビルディング
スピーチ&プレゼン準備（ドラマワークショップ、発表練習）
- プレゼン最終準備（メンターと共に仕上げ）
ピッチコンテスト（学びを活かした投資プレゼン）
- ロビンフッド体験（弓矢やサバイバルスキルを学ぶ）
メモリーミューラル（巨大アート制作とストーリー創作）

Q. 貴重品の管理はどうしたらいいですか？

パスポート・余分なお金など貴重品は、スーツケースに入れて鍵をかけて部屋に置いておくようにおすすめしています。携帯電話やタブレットなど貴重品を置きっぱなしにするなどは、盗難につながりますので、気を付けましょう。

Q. 寮の緊急体制はどうなっていますか？

添乗員や現地メンターがみなさんの滞在する寮と一緒に滞在し、寮に滞在するみなさんの健康・生活管理を行っています。

Q. 洗濯はどうしたらよいですか？

洗濯は1週間の滞在なので、現地での洗濯はせず1週間分の下着など持参するのがおすすめです。（コインランドリー等は使う時間がなかったり、故障でつかえなかったりする場合があるため）肌着などはシャワー室で洗って部屋に干すことも可能です。手洗いでできるような洗剤、ハンガーなどは持参しましょう。