

[025]言語文化叢書：英国学術渡航学生の準備作業  
：ケンブリッジ大学英語・学術研修事前研修ガイド  
：類似研修の参考にも

鈴木，右文  
九州大学大学院言語文化研究院

廣田，稔  
九州大学大学院言語文化研究院

<https://doi.org/10.15017/7378124>

---

出版情報：言語文化叢書. 25, 2025-08-22. Faculty of Languages and Cultures, Kyushu University  
バージョン：  
権利関係：



# 第1部 研修参加者の事前学習

## 鈴木 右文

第1部では、事前に学習しておくべき次の項目について扱います。

- 英語学習
- 英国の社会文化などの学習
- 英国の歴史
- 自由旅行の準備
- 自由旅行時の注意

研修によっては事前研修のメニューとして取り扱う部分もあるでしょうし、自身で対応するしかない部分もあるでしょうが、いずれにしても、本書とその研修の示す説明など(ケンブリッジ大学英語・学術研修(以降「本研修」と略記)の場合はHP (<http://yubunsuzuki.com/concept.html>)の記述)と総合して、全体としての取り組みをお願い致します。

## I 英語学習

一般的な英語力をつけるということはもちろん大切ですが、特定の短期研修で渡英するのであれば、その研修のために特に傾注すべき部分があります。本研修では10か月弱の研修期間を前後半に分け、前半では、参加者が伸ばしたいと思う英語関係の能力の向上のための計画を自ら作成して、教員がメンターを務め、後半では、参加者が現地での受講を選択した専門科目についての用語の獲得や文献の講読、長い講義を聞き取るための長めの講義動画でのリスニング訓練などを計画に含め、教員に計画や報告を提出します。いずれの場合も語彙獲得とリスニング能力向上が特に重要です。なぜなら、知らない語は理解も使用もできないので語彙はすべての基礎であり、リスニングは英語を実際に使用する場で4技能のうち唯一自分の好きなペースで行うことができないからです。

また、なによりも大切なことは、下記です。

- ① 現地に行って英語力を伸ばすことを期待するのではなく、現地研修を目指して事前に培った力を現地に試しに行くということ
- ② 英語だけに時間を取るわけにはいかない中、何を実行可能なものとして計画するのかという選択と集中の方略
- ③ 取り組むのであればしっかり自分に負荷をかける(漫然としても効果が薄い)

このほか実際に研修を経験した方々が悔やむことを2つだけお知らせしておきます。まず疎外感です。「現地スタッフの方々は参加者に話を向けてくれるけれども、私たちがほんの一言しか言えず、曖昧ににこにこしているだけだと見てとると、次第にスタッフ同士で話の内容に熱中して行って、私たちは置いていかれる。これほど辛いものはない」。次に重大な語彙・表現です。「私は映画好きですが、好きな映画のタイトルをまとめて調べておけば、会話の中で相手にどの映画のことか伝えられたのに悔しい」「自分は持病がありますが、重要な薬を英国では何と呼ぶのか調べておかなかったので後悔した」。現地研修の効果の最大化のため、準備は絶対必要です。

以下本研修で推奨している学習方法の概要を記します。

## 【ボキャブラリー】

市中に様々な語彙集が出回っていますが、自分が不足を感じるかあるいは伸ばしたい分野の語彙を学習できるものを選びます。一般的な抽象語彙、自分の専門分野の語彙、日常生活の語彙などの区別、見てわかる認知語彙と頭の中から取り出して使える使用語彙の区別、配列がアルファベット順か他の一定の基準に沿ったものかなどに注目しましょう。また、自分の語彙不足に焦って高度過ぎるものを選んだり、無闇に先を急いで定着しない失敗を避けましょう。そして学習の際には発音もあわせて学ぶ必要があります。単語の学習そのものは楽しい作業ではないかもしれませんが、スポーツを楽しむには基礎体力やトレーニングが必要であることに似て、基礎トレだと思えば少しは気が楽ではないでしょうか。

本研修では単語集に迷う方に下記を推奨しています。

- 『九大英単』(研究社):平易で一般的抽象語彙の強制注入向け
- 『Word Quest』(九州大学出版会):高度で分野別テーマ別の現代人向け

## 【リーディング】

速読と精読が車の両輪です。読んでいる文献が何を述べることを目的にしているのかを素早くつかむ(skimming)には、また検定試験受験や新聞でどの記事を読むかを定めるためにざっと目を通すなどの場面では、かなりのスピードが求められ、それも能力のうちなのですが、他方では、意味の読み取れない箇所が粘って分かったときに、確実に局所的な読解力も成長します。

また、長大な文書から必要な情報を発見する読み方(scanning)も、学術目的で文献を読んでいるときには必要になる技能です。

## 【リスニング】

全体の大意把握(skimming)と聞き取れなかった特定箇所を繰り返し聞いて粘ることが車の両輪です。細かいことを捨象しながら大意をつかむことも、いざ肝心な部分となったときに情報をつかみだすことも、どちらも息の長い講義などを聞く際には必要です。また、長大な音源の中から必要な情報を取り出す聞き方(scanning)も、学術目的で音源を聞いているときには必要になる技能です。

研修の効果を最大化するための事前のリスニング能力向上の取り組みでは、

主に講義の理解が目的になるのですが、英国各地を自由旅行すれば、研修先での洗練された音声だけでなく、そこは違う地域の英語、学術関係者でない方の英語にも触れることになるでしょう。それらをターゲットに対策を事前に行うのは極めて困難と思われ、現地でしっかりそれらを体験してくるのが重要だと思われまます。編著者も教科書的な英語はなんとかなっても、訛りが入るだけで、個性の強い発音に出会うだけで、列車のアナウンスなどスピーカーを介するだけで、とたんに何にもわからないという状況にもよく出会います。

さらに、知らない単語が聞き取れないのをはじめ、リスニング能力はいろいろな要因と関連しています。音声の変化も日本語に比べ頻繁に起きるので、少し音声の基礎知識を勉強しておくことも役に立つかもしれません。

### 【スピーキング】

ここに悩みを抱えている方も多いでしょう。しかし昨今は英語を使う機会も増え、学習方法もネットワークやAIの進歩でだいぶ実用的になってきています。日本人が話せない最大の理由は使う機会が少ないことであり、機会を増やすことが最大の対策です。

しかし言いたいことを書けますか？簡単に書きたいこととその表現が出てくるのであればあとは練習ですが、思いつかずさっとは書けないとすれば、それは単語、表現、文法などの基礎知識が不足していることを意味します。ですので、話す訓練だけに絞る他は無視してというのではなく（遠回りです）、全体として英語に力を注ぐなかで話すことを重視するという姿勢で臨んでください。

対話の練習には、大学などが提供する対話訓練のできる施設を利用すること、留学生の世話役になることのほか、予算に余裕があればオンラインの英会話サービスなどの利用もよいでしょう。昨今はAIを対話相手とするサービスもあり、好きなききに練習できるうえ、人間相手では自分の実力不足が恥ずかしいといった場合にも役立ちます。さらに、相手の言うことがわからないと対話にならないので、やはりリスニングも重視する必要があります。

スピーキング能力向上を手助けしてくれるものに、発音の基礎知識と練習があります。シャドーイングも効果があるでしょう。同じ研修に参加する仲間との英語セ

ッションを持つのもよいでしょう。

しかし、短期間でも学術目的で渡英する場合に、挨拶程度の短い口語対話为目标でしょうか。もう少し学術的社会的な話題について、文を複数組み合わせ、一気に伝えるべきことを述べるができるようになりたいものです。そのような話題のうち、自分が好きなもの、現地で話題になりそうなもの、日本や英国や世界の現況についてのニュースなどのリストを作成し、もしそれについて聞かれたら何と答えるのか、練習してみてください。数秒なら誰でも一言言えるでしょう。しかし 30 秒、1分でまとまったことを話せと言われると途端に難易度が上がります。最初は途方もなく感じるでしょうが、この試行ひとつひとつが力になり、現地科目で教員から質問を受けたときなどに、ほんの一言しか言えないという状況を打開します。

### 【ライティング】

英文を書く目的は様々ですが、短期研修を念頭に置けば、レポート提出と試験対応でしょう。レポートは時間をかけることができるため、よい成績を取るためには、内容と英文の品質を上げるべく、じっくり取り組みたいところですが、試験は時間制限があるので、答えの内容を短時間で素早く書くことが求められます。これらのうち対策がより必要なのは試験対応の方でしょう。所要時間を計測して特定のテーマについて書く練習を、事前研修の後半に取り入れるとよいです。これは同じく制限時間のある検定試験でのライティング問題の対応にもなり、100語を考えながら10分で書けるように練習してみてください。レポートでは、序段落、本段落、結語段落の構成に注意し、英語は語彙が豊富ですから、goodなどの超基本語を避け、似た意味でも単語や表現、文法に変化をつけるとよいです。

## 2 英国の社会文化などの学習

特定の国・地域で実施される研修に参加する上で、当該国・地域の歴史や文化、社会などについての事前の学びの努力が望まれますが、それは訪問する側の礼儀であるとも言えます。本研修では、その長い歴史の中で、下記のような項目を参加者に割り当て、スライド作成、研究発表、質疑応答を行います。下記の項目では、標題は一般的なものとしていますが、その次に掲げている細目や項目設定の狙いについては本研修を念頭においた例であり、適宜修正をお願いします。なお、用語や固有名詞については英語のスペルを発表の中に入れてください。

### ○ 01 研修先親機関概要（本研修ではケンブリッジ大学）：

<大学の概要／大学の組織構造／学部とカレッジ／研究所／博物館・図書館>  
一般に受入先大学・機関の現状、組織構造、歴史などの下調べをすべきです。本研修の場合、数え方によってはノーベル賞世界一と言われるこの大学は世界的に珍しいカレッジ制を有しており、大学全体の構造と歴史を把握して欲しいです。また博物館類が多く、滞在中に精力的に見学していただきたいです。

### ○ 02 受入先部署の概要（本研修ではペンブローックカレッジ）：

<カレッジの概要／歴史／有名な卒業生／学生数／学費／国際プログラム>  
受入先の部署の概要や歴史について調べて欲しいです。受入側としても、自分の部署についての知識を研修生が持っているのは嬉しいことのはずです。本研修では、ケンブリッジ大学でも1347年創立と31カレッジ中3番目の最古参グループに属するこのカレッジの諸側面を調べてください。

### ○ 03 ケンブリッジ大各カレッジ概要（他の多くの研修には相当物がない）：

<各カレッジの基礎情報／創立年／場所／有名な関係者／特徴>  
ケンブリッジ大学の諸カレッジは、それぞれが独立採算の小さな総合教育機関の側面を持ち、歴史も特徴も様々です。ぜひカレッジとは何なのかを現地で理解を深められるように、各カレッジについて予習してください（市内における位置や見学者への開放に関する情報なども含める）。

### ○ 04 政治制度概要：

<法制度／憲法／内閣／議会／政党／選挙／連合王国／政策>

王制と民主主義の両立、4つの国から成る連合王国という国の形に始まり、国政を担う体制である法規（不文憲法の意味を含む）、機関、内閣、議員選挙などの制度を調べ、さらに具体的に政治を行う諸政党やそれらの政策について学んでください。

○ 05 医療・社会保障制度：

<医療制度（GP；NHS；病院；救急；保険）／福祉制度（福利厚生；年金）>

無料の国民医療制度である NHS を中心に、GP 制度などの医療制度について日本との比較研究をお願いします。それが現在掲げる問題点も含めてください。また労働者の福利厚生や、老後の年金の制度がどうなっているのかを中心に、社会保障についても日本との類似・相違を調べてください。

○ 06 国内外問題：

<EU 離脱／外交路線／軍事／スコットランド独立／王室の存廃>

現在の英国の立ち位置に大きな影響を与えている EU 離脱とその影響についてのほか、外交関係や軍事力や移民受入の状況などの外部との関係や、王室の存廃、スコットランドの独立、NHS の財政、物価上昇、国民の経済格差などの国内問題について取り上げてください。

○ 07 文学：

<歴史（人物；作品；特徴）／シェイクスピア／児童文学>

英国は文学で有名です。エリザベス朝のシェイクスピア（応分の重点を）、ヴィクトリア朝のディケンズをはじめ、古英語、中期英語、初期近代英語、現代英語の時期別、流派別、詩・演劇・小説などのジャンル別に、児童文学を含め、主要な作家と作品と、文学史上の流れについて調べてください。

○ 08 英語の歴史：

<歴史的変遷と外国語の影響／ヨーロッパ言語の系譜／方言など>

インド・ヨーロッパ語族の枝分かれの中で英語が占める位置から始まり、古英語、中期英語、初期近代英語、現代英語などの変遷の特徴を調べ、英語における外来語の影響や方言などにも目配りし、全体としてブリテン島で話されて

きた言語の変遷について解き明かして欲しいです。

### ○ 09 演劇・ミュージカル:

<有名作品／有名劇作家／劇場と席の種類／現行の演目(ウェストエンド)>

演劇の起源から始めて、主要な劇作家(シェイクスピア以外)と作品を取り上げながらその歴史の流れを示し、同じことを簡単にミュージカルについてもまとめ、劇場の内部構造と観客席の種類などを調べ、現在ウェストエンドやストラトフォード・アポン・エイヴオンで興行中の演目と劇場について御紹介ください。

### ○ 10 映画:

<有名作品／有名監督／有名俳優／歴史的流れ>

英国における映画の創成期から始めて、歴史上の流れを調べてください。また、戦後から現在にかけての主要な監督や作品や俳優を取り上げてください。そして英国映画の特徴を見出すことができるかどうか考察をお願いします。日本映画の受入れ状況などにも目配りしていただくとありがたいです。

### ○ 11 クラシック音楽:

<有名作曲家／有名オーケストラ／有名イベント／歴史的流れ>

クラシックと呼ばれる音楽が英国ではどのように発達してきたのかの歴史から始まり、主要な作曲家、作品、オーケストラについて取り上げてください。また、BBC Promsのような研修中に経験することができるイベントを紹介してください。音源を聞かせていただくのもよいと思います。

### ○ 12 ポピュラー音楽:

<ロック／ポップス／民族音楽／歴史的変遷>

古くは民族音楽から始め、ロックやポップスについて、草創期から現代まで主要なアーティストや作品を取り上げ、その流れを説明してください。特にロックの類別についても調べてください。英国内で経験するとよい施設・博物館、ゆかりの地などがあれば紹介してください。

### ○ 13 スポーツ:

<英国発祥(?)の競技(サッカー／テニス／ゴルフ／クリケット／クローケー)>

英国発祥と言われるスポーツについて、起源、歴史、現状、主要な競技場（関連博物館などを含む）などについて調べてください。日本でなじみのないものについては、競技の概要についても紹介してください。クローケーについてはペンブロックカレッジで体験が可能なので、簡単なルールもお調べください。

#### ○ 14 伝統的建築様式の歴史：

<ロマネスク／ゴシック／新古典／バロック／ジョージアン／ヴィクトリアン>

建築様式の歴史的変遷における各々の特徴と具体的建造物（一般家屋も含む）をお調べください。また大聖堂の構造や各部分の名称（例 cloister / nave / quire / tracery / spire / pinnacle / flying buttress / vault / transept / crypt）も調べましょう。Sir Christopher Wren も。

#### ○ 15 科学者と業績：

<有名科学者とその業績／ケンブリッジ関係の科学者>

英国の科学者たちは多くの科学的発見を成し遂げてきました。世界をリードした科学者やその業績について調べてください（ノーベル賞は特記してください）。ケンブリッジに関係したものには印をつけてください。生没年、業績の年、出身地、最終学歴などの表記もお願いします。

#### ○ 16 キリスト教：

<起り／英国への伝播／英国での歴史／英国国教会>

ここでは英国を離れ、キリスト教の起源から始め、英国に伝播した状況（いくつか異なる時代とルートがあります）と国内での歴史、特に英国国教会の起源と歴史についてもお願いします。さらに、英国の人口における宗教やキリスト教宗派の割合について紹介していただけるとありがたいです。

#### ○ 17 食文化：

<特徴と現状／英国伝統料理／ベジタリアン文化／紅茶>

英国の食事はまずいという評判の真偽から始め、食物生産や自給率の歴史や現状などを調べ、現在食べられている伝統料理の数々を紹介してください（酒類は除く）。紅茶の渡来、歴史、文化について、また昨今のベジタリアン文化についてもコーナーを加えていただけるとありがたいです。

## ○ 18 酒類:

<ラガーとエール／スコッチウイスキー／サイダー類／飲酒文化／パブ文化>

現地研修直前で 20 歳以上の方にお願ひすることになります。日本でもおなじみのスコッチの製法と特徴、英国でのビールの種類と特徴、日本ではあまり知られていないサイダーなどを調べてください。飲酒に関する法規の定め、パブの役割などの周辺のことも含めてください。

## ○ 19 園芸文化:

<歴史の変遷／類別／有名なガーデン／英国人と園芸文化>

庭園の始まりからの庭園の歴史を調べ、様々な庭園の種類を紹介してください。有名な庭園（世界遺産キュー・ガーデンを含む）、協会、イベントについても言及し、英国の庭園の特徴と、なぜ庶民にまで園芸文化が根付いているのか考察してください。Capability Brown への言及もお願いします。

## ○ 20 絵画:

<有名画家／有名作品／歴史の変遷／有名美術館／技法>

英国における絵画の歴史をまとめてください。技法の発達・変遷についても含めてください。有名な画家、作品、美術館（特に自由旅行で容易に訪問できるもの）についての言及をお願いします。このほか、本研修の場合はケンブリッジで見られる絵画についても若干含めてください。

## ○ 21 自治体:

<国／王室属領／海外領土／英連邦／国別自治体多層構造（含ロンドン）>

英国は4つの国（四大地域）からなる連合王国で、王室や海外の領土もあること、英国に関係した単位として英連邦があることを説明してください。また四大地域それぞれにおける自治体の多層構造（日本の県と市町村のようなもの）について解りやすくまとめてください。特にロンドンは詳述をお願いします。

## ○ 22 王室と貴族:

<王族（政治との関係／王室財務）／貴族（爵位／呼称／生活）>

国王は天皇と違い政治と完全分離なわけではないこと、王室の経済システムはどうなっているのかを調べてください。現在の王室のメンバーを御紹介くださ

い。紋章院に言及してください。貴族については、爵位と呼称 (Your majesty など) や人数などについてまとめ、現在の生活ぶりを調べてください。

#### ○ 23 地理的条件:

<地形／気候(気温、湿度、降水量年変化)／人口／日出日没／サマータイム>  
地形や気候は地域による差を織り込んでください。人口は四大地域や都市のランキングを作成してください。日出日没は年間推移がわかるようにしてください。サマータイムは実施時期、実施方法、目的などについてお調べください。また緯度ほどには寒くないのはなぜか考察してください。

#### ○ 24 教育制度と大学のランク:

<学校制度(歴史を含む)／パブリックスクール／大学入試／大学ランキング>  
日本との比較で歴史的変遷や現在の一覧表を御用意ください。政府の教育内容関与の仕組み、パブリックスクールの簡単な歴史と実態、大学の公立私立の別、大学の入学試験制度についてお調べください。いわゆる大学ランキングの世界版、英国版について御紹介ください。

本当は、英国でのイースターやバンクホリデーなどの休日制度、ウェールズでの2言語政策、アイルランド解放運動、四大地域の議会や守護聖人、産品や貿易、有名企業など、取り上げたい項目は尽きませんが、無制限にはできません。本研修では中央図書館4階に英国コーナーを設けてもらい、様々の参考図書を用意していますので、発展的自己学習をお勧めします。

これらの課題は、全員がすべて自学するのではなく、割当による発表で学び合うので、興味のある部分だけ扱うのではなく、基礎的知識を網羅した汎用的構成を求めています。発表内容以上に幅広く資料にまとめ、他の参加者の閲覧に供してください。グループの中で当該項目に最も詳しい存在となり、吸収すべき事をグループを代表してよく吟味する役目を持ちます。こうして成果をグループ全体で共有し、集団研修のメリットを活かそうということです。本書ではそれらの具体的項目を全て挙げてひとつひとつ解説することはしません。それはまさに各年によって少しずつ異なる作品となるべきものであり、主催者から与えられるものではないと考えています。従って本書は教科書ではなく、あくまで参考書なのです。

### 3 英国の歴史

日本では、戦争で歴史がリセットされた面が強く、戦前と戦後では大きく時代が変わり、ものごとを考察するのに戦後を中心に考えることも多いのに対し、英国はこのようリセットを経験しておらず、現在の諸相が昔からの歴史としっかり結びついています。従って英国の諸相を扱ううえで、長い歴史を背景にしないと適切に理解できないということになります。

本研修では歴史学習として次の教科書を使用しています。

Cunningham, A. (1991) *Essential British History* (Kaibunsha)

これは 50 頁程度で英国の通史をカバーするハンディな教科書です。これを 48 のセクションに分けて、振り分けられた参加者がグループを代表して読み込み、解りやすいスライドを作成して発表し、全員で学び合います。補助的に他の文献に当たることをお勧めします。参加者には、英国の歴史が頭の中で流れるくらいに学習しようと呼びかけたいです。

#### 【英国史の流れ】

まず英国史を大きく2つに分割すると、その境界に来るのがノルマン大征服 (The Norman Conquest) です。そこで打ち立てられたノルマン朝 (The Norman Dynasty) 以降、王の血脈は現在のウィンザー朝 (The Windsor Dynasty) に続いています。それ以前は、ケルト人 (The Celts) の渡来、ローマ人 (The Romans) の渡来、ゲルマン諸族 (The Germanic Tribes) の渡来、バイキング (The Vikings) の渡来と続いて、ノルマン人 (The Normans) の渡来により後半へと入ります。

ローマ人は領土に含めただけでしたが、ゲルマン人は大ブリテン島 (Great Britain: フランスのブルターニュ半島の巨大版) に定住し、七王国時代 (The Heptarchy) からサクソン族 (The Saxons) のウェセックス (Wessex) による統一へと向かいました。このときに様々な政治的制度ができ、北方からの諸民族との闘いがありましたが、その後、フランスに定住しフランス国王に仕えていた北方からの人々 (ノルマン人 (The Normans)) がブリテン島に乗り込み、1066 年にアングロ・サクソン人 (The Anglo-Saxons) をヘイスティングズの戦い (The

Battle of Hastings)で破り、王朝を開きました。フランスで国王の臣下である者たちが海峡をはさんだ対岸に王朝を築いたのですから、以降の英仏が戦争をするなど、なにかとこれまでぎくしゃくとした関係であったのは当然です。

以降王位の血脈はノルマン朝の最初の王であるウィリアム1世 (William I) (征服王 The Conqueror とも) から現在でも引き継がれていますが、様々な要因により途中で別の家系に移りました。ノルマン朝の後は跡目争いの結果プランタジネット朝 (The Plantagenet Dynasty)、ランカスター朝 (The Lancaster Dynasty)、ヨーク朝 (The York Dynasty) と続き (ここまではヨーロッパでも大国ではなかった)、戦乱が収まってチューダー朝 (The Tudor Dynasty) が成立した後英国は力をつけて列強に加わり、エリザベス1世 (Elizabeth I) が結婚しなかったためにスチュアート朝 (The Stuart Dynasty) に引き継がれ、それも直系が絶えて王位継承権に従い英語を話せない継承者がドイツから王に招かれてハノーバー朝 (The Hannover Dynasty) となり、その後王家の2回の改称を経て現在のウィンザー朝に至っています。

### 【分担箇所】

#### ○ 01 初期の英国 :

大ブリテン島での紀元前の諸時代について、旧石器時代 (The Old Stone Age) から始めて、新石器時代 (The New Stone Age)、青銅器時代 (The Bronze Age)、鉄器時代 (The Iron Age) と下り、初期の人々の生活や文化や宗教のこと、ケルト人渡来のことなどについてまとめてください。ストーンヘンジ (Stonehenge) について特に取り上げてください。

#### ○ 02 ローマ支配時代の英国 :

ローマの占領時代には法制度、作物の種苗、浴場など何が持ち込まれ、どのような支配が行われ、なぜ支配が終わったかをまとめてください。-caster/-chester (ラテン語で城 (壁のある町)) が含まれる地名がローマ由来で円形闘技場がよく見られること、占領地北限の防壁 (世界遺産 Hadrian's Wall など) などのローマの足跡も指摘してください。

#### ○ 03 アングロ・サクソン時代の英国 I :

大ブリテン島に侵入したゲルマン諸族が打ち立てた七王国と、なかでもウェセックスがアルフレッド大王 (King Alfred the Great) によりイングランドを統一した流れを説明し、どのような政治制度を導入したかをまとめてください。統一後文化や学術が栄えたこと、州名語尾の-shire がこの時代の行政区を表していたことや-burgh が彼らの言語で砦を意味したことなども指摘してください。

#### ○ 04 アングロ・サクソン時代の英国 2 :

バイキングとの闘いと共存をバイキングの居留地 (The Danelaw) にも言及しながらまとめてください。その後のアングロ・サクソン人とバイキングとのせめぎ合いによる混乱を扱ってください。さらに先住民のピクト人 (The Picts) を抑えてアイルランドから渡来したスコット人 (The Scots) がスコットランドを統一したことも取り上げ、スコット人に M(a)c-のつく名前が多いことを御紹介ください。

#### ○ 05 ノルマン朝 1 :

ノルマン大征服が成功した理由から始め、ノルマン人が支配を強固にすべく封建制度 (feudal system) を採用した統治の形をまとめてください。それまでのアングロ・サクソン人支配層をどう処遇したのかへの言及も必要です。また、スコットランドとウェールズにはどのように対応したのかについても、両地域のこの時代近辺の歴史を少しまとめる形で取り上げてください。

#### ○ 06 ノルマン朝 2 :

フランス・英国双方に領地を持つことになって、ウィリアム1世が別々の相続人にそれぞれの領地を与えたために始まった跡目争いの経緯を中心に、ノルマン朝後半の歴史をまとめてください。人物関係がかなり入り組んでいるので、図表を用いて本質をわかりやすくお願いします。そしてどのようにプランタジネット朝へと王家が交代していったかを明らかにしてください。

#### ○ 07 プランタジネット朝 1 :

プランタジネット朝はじまりの経緯を押さえ、王権と教会との権威争いに言及し、十字軍 (Crusade) やフランスとの闘いのための課税強化から、王権制限のマグナ・カルタ (Magna Carta)、初期議会に至る経緯をまとめてください。エドワード1世による領土拡大の動きによるスコットランドやウェールズとの関係もお願い

します。その際王太子を Prince of Wales とした経緯にも言及してください。

#### ○ 08 プランタジネット朝 2 :

百年戦争(The Hundred Years' War)や黒死病や議会との関係などを含めて激動の治世の概略をまとめ、その後のヨーク家とランカスター家による権力争いであるバラ戦争(The Wars of the Roses)をまとめてください。その際、歴代王朝の中でも次々と王が入れ替わる時代だったので、王を時系列で羅列して説明するより(資料に記載)、何がどう動いたのかを中心に据えてください。

#### ○ 09 中世の教会 1 :

国外のことになりますが、ローマカトリック(Roman Catholicism)の組織構造を概観し、英国での職階や教区(diocese/parish)の構造や教会が英国において果たしていた役割を、修道院(monastery/nunnery)なども含めてまとめてください。巡礼文化もお願いします。さらに、カンタベリー(Becket に言及)、ヨーク、ウェストミンスター、聖ポール寺院の役割の違いを調べてください。

#### ○ 10 中世の教会 2 :

当時の教会と人々との関係、教会と国家との関係をまとめてください(カトリックと正教会の分割を含む)。また経緯も含めて十字軍について押さえてください。さらに教会が当時抱えた腐敗などの負の側面(魔女狩りを含む)と、ウィクリフ(Wyclif)の宗教改革の萌芽にも言及してください。このほか幅広に当時のキリスト教理解に資する諸項を挙げてください。

#### ○ 11 プランタジネット朝外交 1 :

長い百年戦争の経緯について、対フランスの項目として、この回で最も本格的に扱ってください。さらにスコットランドの当時の歴史の流れを押さえる形で、英国との関係をまとめてください。特にスコットランド人の誇りの源泉であるバノックバーンの戦い(The Battle of Bannockburn)、ブルース(Robert Bruce)、ウォレス(William Wallace)についての言及が必要です。

#### ○ 12 プランタジネット朝外交 2 :

英国の歴史はイングランドだけではなくありません。まずウェールズについて、公国

(principalities)の群雄割拠からこの時代までをお取り扱いください。ウェールズ語人名は英語で何と読むか調べた上で日本語表記をお願いします。アイルランドについては、この時代までの簡単な歴史と、英国との敵対関係がどのように始まったのかについて調べていただきます。

#### ○ 13 中世の経済 1 :

当時の農業に焦点を当て、封建社会のもとで、どのように生産性を向上させたか(特に三圃制(The Three-Field System))、農地の面積はどうなったか、労働力はどう変化したか(飢饉や黒死病に言及)、荘園(manor)とはどんな構造で後にどうなったかなど、農業生産に係る動きをまとめてください。さらにこの時代に発生した一揆(peasants' revolts)についても言及してください。

#### ○ 14 中世の経済 2 :

当時の経済の農業以外の面に焦点を当て、「町」の起源と発展を扱い、そこで展開された生産者が構成するギルド(guild)の概要を調べ、主要輸出品目となった布地の発達の経緯、当時の輸出入品目や主な取引先の国々と輸出入の体制などについてまとめてください。また、教科書のコーナーの関係で、騎士と騎士道(chivalry)についても簡単に触れてください。

#### ○ 15 チューダー朝前半 1 :

チューダー朝のはじまりを簡単にまとめた後、ヘンリー7世による財政基盤、スペインやスコットランドなどに対する政略(政略結婚を含む)などの観点から、強国への基盤づくりの様子をまとめてください。次に、ヘンリー8世が行ったことを、フランスとの関係、王位の絶対化と政務の体制、6回の結婚、カトリックへの排撃と実力行使などの観点からまとめてください。

#### ○ 16 チューダー朝前半 2 :

ヘンリー8世の世継ぎの野望を巡る離婚騒動とローマカトリックへの攻撃と資産の没収、ローマからの破門(excommunication)と英国国教会(The Church of England)の設立とその教義などの観点から、この大きな流れの変化をもたらした時代をまとめてください。引き続いた婚姻についてどの程度触れるかは15の担当者と協議してください。

○ 17 チューダー朝後半 1 :

ヘンリー8世より後の英国初の女王であるメアリ1世と英国を強国に向かわせたエリザベス1世を中心とした時代の内政に関する諸項目をまとめてください。メアリのカトリック政策、エリザベスによる宗教政策、諸法の整備、財政の強化、福祉対応などを取り上げてください。なお、エリザベス時代は文学が栄えた時代だったこと、スコットランドのメアリとの関係についてもお願いします。

○ 18 チューダー朝後半 2 :

この時代の外交についてまとめてください。外交政策が宗教から影響を受けていたこと、それによりスペインとの関係が悪化したことは必須です。アイルランドやスコットランドの動きにも注目し、大航海時代を背景に海外進出を進めたことなどを含め、ヨーロッパがどのような状態だったかがわかるような補助的な取り組みもお願いします。最後にチューダー朝終焉の理由を述べてください。

○ 19 スチュアート朝前半 1 :

スコットランドから血筋上迎えられたジェームズ1世と次のチャールズ1世がどのように議会と関わったのか(11年の専制(The 11 Years' Tyranny)と権利の請願(The Petition of Right))、宗教的には政策がどう影響されたかにまず注目してください。王の権威だけではうまくいかない経済の問題もあります。また、海外進出の中でアメリカ植民地の動きについても取り上げてください。

○ 20 スチュアート朝前半 2 :

主にチャールズ1世の為政に替わる共和制(The Commonwealth of England)実現までの経緯をまとめてください。背景となる宗教的野望からのスコットランドとの戦いから始め、戦費調達を巡る対立(短期議会(The Short Parliament)、長期議会(The Long Parliament))によるイングランド内戦(The English Civil War)がチャールズ1世処刑に至る経緯をお願いします。

○ 21 スチュアート朝後半 1 :

クロムウェル(Cromwell)による独裁政治の様子とその終焉から始め、王政復古(The Restoration)により王となったチャールズ2世によるカトリック復活を含む為政、オランダとフランスを中心とした諸外国との争い、議会の動き、二大

政党(The Tories/The Whigs)の起こりになどついてまとめてください。あわせてこの時代を中心としたアイルランドの状況について調べてください。

○ 22 スチュアート朝後半 2 :

カトリックのジェームズ2世が議会の反発を受けるに至った経緯から始め、名誉革命(The Glorious Revolution)を経てメアリ2世とウィリアム3世(オレンジ公)の共同統治成立過程と権利の宣言(The Declaration of Rights)と権利の章典(The Bill of Rights)をまとめてください。その後のスコットランド合同(The Union with Scotland)や、スチュアート朝終焉の事情に触れてください。

○ 23 農業改革 :

人口増の背景から始めて、四圃制(the four-field crop rotation system)、それによる家畜の飼育の発達のほか、農業機械の発達(条播機(seed-drill)など)、囲い込み(enclosure)の影響(土地の再分割、都市への人口流出)などに触れながら、全体としてどのように農業が発達したのかをまとめてください。また当時の主要な農産物・畜産物を御紹介ください。

○ 24 商業改革 :

商工業の発達に伴う経済社会の変化についてまとめてください。貿易の発達による諸外国との関係に注目してください。東インド会社(The East India Company)をはじめとする諸貿易会社の設立、航海条例(The Navigation Acts)、当時の輸出入産品と相手国、関税と密輸(smuggling)対策、三角貿易(triangular trade)などに触れてください。

○ 25 18世紀前半 1 :

科学の発展と植民地などにより、この時代に英国が世界の大国になっていく様子をまとめてください。ジョージ1世即位に始まり、初期内閣制度の諸項や議会と選挙の実態について扱ってください。事実上の初代首相であるウォルポール(Sir Robert Walpole)とその国内外の政策について述べ、首相としての終焉を迎えた経緯についてまとめてください。

○ 26 18世紀前半 2 :

経済の発展に伴う銀行制度、国債の発行、早くも起きる南海泡沫事件(The South Sea Bubble)などの展開についてまとめてください。また当時の宗教状況として、非国教徒(nonconformists)への政治的対応の変化や、メソジスト派(Methodism)の起こりについてお取り扱いください。さらに、一連のジャコバイトの乱(The Jacobite Rebellions)についてもお調べください。

#### ○ 27 18世紀の戦争 1 :

ヨーロッパの18世紀は覇権争いの戦争の時代であり、スペイン継承戦争(The War of the Spanish Succession)とユトレヒト条約(The Treaties of Utrecht)、オーストリア継承戦争(The War of the Austrian Succession)とアーヘンの和約(The Peace of Aachen)について、わかりやすく経緯や結果と英国との関わりをまとめていただきたいです。

#### ○ 28 18世紀の戦争 2 :

27に引き続いて18世紀の戦争についてまとめてください。まず英仏がインド、アメリカ、ヨーロッパ(七年戦争(The Seven Years' War))で戦っていたこととそれらの結果、次にアメリカ独立戦争(The American War of Independence)の経緯(ボストン茶会事件(The Boston Tea Party など))とその結果であるパリ条約(The Treaty of Paris)をまとめてください。

#### ○ 29 18世紀後半 1 :

ジョージ3世時代の政治状況をまとめてください。特に英国最年少の首相(しかもケンブリッジ大学 Pembroke College 出身)である小ピット(William Pitt the Younger)については、税制改革、選挙改革、自由貿易政策、フランス革命後の治安対策などをまとめてください。また、ウィルクス(John Wilkes)と言論の自由についても言及をお願いします。

#### ○ 30 18世紀後半 2 :

この時代の植民地を中心にした海外との関係をまとめてください。インドでの領土拡大に伴う貿易と統治の政策について、カナダにおける領地の拡大と統治について、そしてオーストラリア・ニュージーランドの英国への併合と入植についてをお願いします。また、アイルランドと英国との関係も取り上げ、英国への合同に至

るまでの経緯を調べてください。

### ○ 31 産業革命 1 :

まず英国が一番のりした産業革命(The Industrial Revolution)の全体的流れを概観してください(どうして起きたのか、内容として何がどのように生じたのか、それが何をもたらしたのか)。次に詳細としては、羊毛産業製糸産業の発達の様子、石炭の需要の理由と採掘の進展、鉄の種類とその製造の発展についてお願いします。関係世界遺産にも言及するとよいでしょう。

### ○ 32 産業革命 2 :

産業革命の流れや意義については 31 に譲って、特定の項目の詳細についてお願いします。まず蒸気による動力の開発と発展、そしてそれが工場の機械化、鉄道(機関車)や海路(蒸気船)の輸送手段の発達をもたらしたこと、運河が果たした役割など。いずれも用語や固有名詞を含めたまとめ方が必要です。関係世界遺産にも言及するとよいでしょう。

### ○ 33 19世紀内政 1 :

この時代は産業革命による生産や輸送の発達に伴って、都市部に集まった人々による政治への参加の機運が盛り上がりました。そこで、議会や政党による改革の動き(選挙の詳細は 34 に譲る)や当時の政党別の政策の相違などについてまとめてください。あわせて、ラッドライト運動(The Luddite Movement)に焦点をあて、そのような民衆による行動の背景について言及してください。

### ○ 34 19世紀内政 2 :

まず数回にわたる選挙法の改訂について、各回毎の内容を順を追ってまとめてください。また選挙法の初期の改訂が不十分だったために起きたチャーチスト運動(Charterm)やトルパドルの殉難者((The) Tolpuddle Martyrs)などの反発、労働組合(trade unions)やその上位団体の結成にも言及してください。工場法の改訂、のちに労働党となる動きなどについても言及してください。

### ○ 35 19世紀内政 3 :

この時代の教育、衛生、宗教の近代化の側面をまとめてください。本格的な義

務教育やその無償化を含めた教育の法整備、病院の設立や麻酔の発達、近代看護、防腐手術法などを伴う公衆衛生分野の法整備や制度の発達、非国教徒の公職就任が選挙やアイルランドでの暴動などの面から成し遂げられた宗教的  
前進(大学でも見られる)などに言及してください。

○ 36 19世紀外交 1 :

当時の外交でとても重要だったのが植民地を拡大しその地域を治めること  
です。各政党がどのような立場であったかをまとめてください。またとかく因縁の深  
い英仏ですが、フランス革命の影響による共和制移行の恐怖とナポレオンへの対  
応についてもまとめてください。さらに、インドでの反乱に起因して、植民地から英  
国と同君の帝国になるまでの経緯をまとめてください。

○ 37 19世紀外交 2 :

欧州列強がオスマン帝国衰退に起因する周辺の独立の動きに介入したいわ  
ゆる東方問題(The Eastern Question)をまとめてください。また、英印間に割  
って入るようなロシアの南下によるクリミア戦争(The Crimean War)、貿易上  
の野望による中国とのアヘン戦争(The Opium War)、スエズ運河(The Suez  
Canal)の支配権を英国が握った経緯も調べてください。

○ 38 19世紀外交 3 :

英国が関与したこの時代のアフリカ大陸の状況についてまとめてください。ま  
ずエジプト支配下のスーダンでは、英国がどのような行動をしたのかを取り上げ  
てください。次にオランダが英国より先に植民地を作っていた南アフリカについて、  
現地人やオランダから入植したボーア人(The Boers)との関係に言及しながら  
英国の取った行動について調べてください。

○ 39 第一次世界大戦 1 :

まず大戦の原因と経緯(戦地となった場所などの情報を含む)と結果について、  
全世界を念頭にわかりやすく対戦の構図を示しながらまとめてください。その後、  
英国とこの大戦との関わりのうち、東部戦線(The Eastern Front)と西部戦線  
(The Western Front)についてお取り扱いください。日本がどのタイミングで  
何を旗印に参戦することになったかについてもお願いします。

○ 40 第一次世界大戦 2 :

戦闘の技術的变化(海戦が重要になったことも含む)による戦争の様相の変化について言及してください。また大戦の国内への影響(人々の生活、徴兵なども含む)をまとめてください。また、39 で扱われた時期以降の戦いについてもお願いします。最後に大戦の結果としてベルサイユ条約(The Treaty of Versailles)によって何が決められたのかについて調べてください。

○ 41 社会と政治の変化 1900-1939 1 :

まず当時の学校、医療、年金分野、労働災害などでの改善についてまとめてください。また 1900 年代のストライキや、それ以降の産業・貿易のダメージに起因する失業や賃金の問題とゼネ・ストについて取り上げてください。続いて世界恐慌(The Great Depression)の経緯と、英国における影響と回復について調べてください。この間の政府の構成にも注目してください。

○ 42 社会と政治の変化 1900-1939 2 :

この時代の動きとして、女性の参政権(suffrage)の運動と選挙権の改善についてまとめてください。次にアイルランドの自治問題について、アイルランド自治法の成立、プロテスタントとカトリックの義勇軍の結成、イースター蜂起(The Easter Rising)、アイルランド共和国軍(IRA=The Irish Republican Army)の結成などの経緯から、この国の形がどのように変化したのかまとめてください。

○ 43 第二次世界大戦 1 :

まず大戦のきっかけから簡単な構図(連合国(The Allied Powers)と枢軸国(The Axis Powers))・経緯と結果について、太平洋戦争(The Pacific War)も含めてまとめてください。次に、英国に関係するダンケルクの戦い(The Battle of Dunkerque)とブリテンの戦い(The Battle of Britain)などについて、ロンドン大空襲も含めて紹介してください。

○ 44 第二次世界大戦 2 :

英国が関係した北部アフリカでの戦い(エルアラメインの戦い(The Battle of El Alamein))、ナチスによるホロコースト(The Holocaust)、ノルマンディー上陸作戦(The Normandy Invasion)などをまとめてください。副次的に、日

本の真珠湾攻撃 (The Pearl Harbor Attack) やミッドウェー海戦 (The Battle of Midway) などにも触れてください。

○ 45 戦後の英国 1 :

第二次世界大戦後の諸変化についてまとめてください。まず福祉国家への舵切りによる諸政策について、次に産業の国有化について、さらに教育制度の修正についてまとめてください。その後の 60 年代以降のストライキの頻発から経済危機が生じ、福祉の国から保守党のサッチャー (Margaret Thatcher) 政権による緊縮財政へと移行していく経緯をお願いします。

○ 46 戦後の英国 2 :

戦後の外交的事項のうち、まず人種関係法の制定についてまとめてください。次にアイルランドにおける IRA による解放運動とプロテスタント系のアルスター義勇軍 (The Ulster Volunteer Force) の動き、冷戦 (The Cold War) と英国との関係 (NATO を含む)、ヨーロッパにおける EC (The European Community) と英国との関係などを中心に取り上げててください。

○ 47 戦後の英国 3 :

英国の植民地が次々に独立していく背景と具体例をまとめてください。時期の順にインド、アフリカ諸地域でお願いします。次に、英国がイスラエル (Israel) とパレスチナ (Palestine) にどういう対応をしてきたのかを取り上げててください (これが現在まで尾を引いています)。また、スエズ運河について英国が支配権を握った後どのようにかかわったのかを調べてください。

○ 48 教科書の続き (現在まで) :

教科書が最後に扱う時代以降現在までの歴史として、冷戦後の世界の変化と英国との関係をまとめてください。関係キーワードとしては、EU (The European Union)、移民問題、イラク戦争 (The Iraq War)、スコットランド独立問題、EU 離脱 (Brexit)、貧富の格差拡大などがあり、サッチャー以降の歴代内閣の紹介とからめて発表していただくと好都合です。

## 4 自由旅行の準備

せっかく外国に滞在しても、受入先機関の中に留まってばかりいてはもったいないです。現地では現地だからこそできることをすべきであり、積極的に町へ出、週末などのオフの日には英国内を動き回って欲しいと思います。しかし比較的短い期間の滞在である場合には、現地で暮らすうちに英国内を動き回る能力が自然に身につくということにはなりにくいものですし、学生さんだけで旅行するのは危険という方もおられます。そこで、英国へ行く前にしっかり事前準備をすることが必要です。本研修参加者には HP に詳細がありますので、そちらを確認しながらとなりますが、全体的ステップや注意項目について本書で確認してください。

### 【目的地の選択とグループの形成】

どこに行けるかは、下記の諸条件によります。本研修以外の場合は、責任者の方にお問合せください。トラブルに巻き込まれて研修の将来に影響を与えることがないように、それぞれの項目について御留意ください。

#### ○ 目的地の選択：

どこに行くかはグループ内での合意形成が必要ですが、そのためには自分はどこへ行きたいか、何を体験したいかの候補を用意する必要があります。こだわりの地へはぜひ行くべきです。人生は短いです。特殊な場所の場合、同じ問題を抱える方と組んで互いの地を訪問という方法もあります（本研修では単身旅行は不可）。テニスファンが Wimbledon の博物館、Wittgenstein ファンが墓地、ボーイスカウト経験者が発祥の地 Brownsea 島、建築家志望者が Forth 鉄橋へといった具合です。特に希望がない場合、よい機会なので英国全土を見渡してください。ガイドブックでもオンライン資料でもよいので、よくご覧になってください。

#### ○ 旅行可能な期間と門限：

本研修では日帰り、2泊3日の2回の週末旅行があり、日程によってはこれに1泊2日の週末が加わります。日帰りの日は土曜か日曜のどちらかですが、現地に行くまでわかりませんので、予め手配を要する旅行はできません。それに後述のとおり、日曜日は宗教関係の施設が休館であったり、バスが運休したり、列車の始発が遅いなどの変則があるので、曜日によって予定を変える必要があります。

また本研修では条件付でロンドン発の夜行列車の寝台利用を認めていますので、前夜出発も可能です。しかし帰着門限があります。本研修ではケンブリッジ駅に 21:30 までに到着する予定の列車で戻り、自室に直行することが条件です（翌日の授業などに差し支えないようにするためです）。さらに、グループのリーダーには帰着後に担当教員にメールで誰が到着したかを報告していただきます。

#### ○ 旅行グループの条件：

本研修での単独行動は昼のケンブリッジ市内のみが可能で、参加者のみでの市街への外出は全員共通のオフの日に限定され、単独ではできません。グループの場合も男女1名ずつは避けてください。宿泊や寝台列車個室利用の際も男女同室を避けてください。訪問先の博物館などでグループを分ける場合もひとりになることは避けます。また、窓口としてリーダーを定めてください。なお、親類のところへ行くといった場合については別途ご相談ください。寝台列車 Caledonian Sleeper 利用の場合、2人部屋利用になり、なるべく偶数人数のグループがよいですが、奇数人数グループ同士で協力もできます。

#### ○ 外泊の可否：

外泊が可能であれば出かけられる距離が伸びます。本研修では旅行期間が日帰りを超えるのであれば外泊が可能です。英国在住の親類宅などの場合も連絡先を担当教員に予め相談することにより原則可能になります（但しケンブリッジ市外での単独行動が生じないように工夫してください）。

#### 【旅程の作成】

#### ○ 移動可能な範囲：

本研修では「島としての Great Britain 内および道路、鉄道、所要 15 分程度までの船で渡ることのできる島」としています。例えば、The Isle of Wight は可ですが、The Isle of Man や The Isle of Islay は不可です。編著者は、かつて Isle of Islay からの帰路朝方の Glasgow 行の飛行機が欠航となり、荒天の中、航空会社手配のタクシーで島の港へ、そこから航空会社の運賃負担によりフェリーで本土の港へ、そこから自費で定期路線バス（所要 3 時間半）に乗り Glasgow へ（航空会社に電話すると航空会社手配のバスは到着に 1 時間以上

かかるとのことで急遽判断)という一日がかりの移動を経験したことがあります。こうした事態になると、研修の授業や行事に遅れることになりかねません。またこうした初めてで下調べをしていない非常ルートは、英語と英国に慣れない方々には難易度が高過ぎます(本研修では飛行機の利用を禁止しています)。

#### ○ 利用可能な交通手段：

飛行機は速いですが、天候キャンセルの可能性が高く、禁止しています。

レンタカーは、23-25 歳以上とする会社が多く、そもそも利用困難です。他研修で利用する場合、運転集中のためナビを付けましょう。ヒッチハイクは禁止です。

タクシーは完全利用禁止ではなく、つかまえられることをあてにして計画を立てることが禁止で、現地の様子を知らずにオンライン予約をすることも控えてください。しかし緊急時に目の前のタクシーを利用することまでも禁じるものではありません(今でもクレジットカードが使えないタクシーもありますので御注意ください)。

夜行列車は個室寝台利用に限定しており、座席車両の利用は禁止しております(スコットランド方面の Caledonian Sleeper は BritRail Pass があれば同列車専用のウェブサイト上での berth supplement の購入だけで済みますが、Cornwall 方面の Night Riviera はパスが使えません)。なお、この列車は1年前から予約できるため、なるべく早く利用確定としてください。

路線バス、都市間バスは利用可ですが、ツアーバス(ミニバンのこともある)も効率的に巡るのに有用で、次のようなものが便利です(宿泊を伴うものもあり)。

\*Edinburgh や Glasgow 発のハイランド方面のツアー

\*Windermere 発の Lake District のツアー

\*London / Bath / Moreton-in-Marsh 発の Cotswolds のツアー

レンタサイクルは、隣の町程度であれば可ですが、ヘルメット着用、専用レーン走行、信号遵守、手信号励行など、日本とは別世界だとわきまえてください。

#### ○ 鉄道の時刻検索：

英国の列車時刻は大きく夏冬ダイヤに分かれており(それ以外にも頻繁に時刻変更が行われる)、本研修では夏ダイヤ(12 週間程度前に発表されるが、いったん発表されてからも随時手直しが行われる)利用になるにもかかわらず、現

行の冬ダイヤで大まかな計画を立てておき、夏ダイヤが発表になったら確認し、必要に応じて旅程の修正をお願いします。ここで多少の時刻修正や予定していた列車がなくなるといったことがあった場合に、全体の日程が成立しなくなるようでは、計画の立て方に余裕がなさ過ぎることになります。

さらに、2,3分の遅れを遅れと呼ぶなら、英国の列車は頻繁に遅れるので、3分で乗り継ぎができることを前提に旅程を組むなどというのは不適切です。15分を切符への補償の目途にしている nationalrail の会社が多いので、その程度の接続時間を取って計画するか、乗換時間の長短に応じて複数のパターンで旅程を作成し、どれになっても旅行が続けられるように予め計画してください。なお、英国では運転士不足でその場で運休などということもあります。

Nationalrail のウェブ時刻検索は、常に列車の最適乗継を提示するとは限りません。区間を細かく分けて精査するとより早い乗継パターンが分かることがあります。検索には、経由駅指定のオプションなどがあることも確認してください。

ロンドンを縦断横断する旅程の場合、乗換に時間がかかり、また地下鉄がウェブ時刻検索のとおりには運行しないことが多く、さらに nationalrail の時刻検索が必要以上に乗換所要時間を取っている場合もあり、運賃も別払いです。できる工夫としては、ロンドンを唯一縦断する St Pancras から Blackfriars, London Bridge へ抜ける nationalrail 路線を利用すること(パスで利用可)、可能ならロンドン市交通局の高速路線である Elizabeth Line を利用することです。

ロンドン市内の移動の場合、地図をよく見れば意外に歩ける場合があります。1マイルくらいまでは地下鉄で1区間移動するのと時間的に大して変わりません。但し通りの名称のよく掲載された地図を持参するのが安全です。

#### ○ 宿泊施設利用の条件：

18時までに全員一斉にチェックインしてください(チェックインが遅いと予約を流してしまう施設もあります)(ばらばらにチェックインとして、ホテルの位置がわからなくなった例があります)。遅れそうときは勇気を出して電話を入れ、予約を流さないように依頼してください。早朝の出発はなるべく控えてください。特にB&Bで朝食をいただく場合は8:00または8:30からというところが多く、ホテ

ルなどでも平日は早くても週末は遅いことがあります。精算も前日までに済ませておくといいです。旅行中に研修の受入先機関の宿泊施設に深夜に戻って早朝に再度出発するのは、健康上控えた方がよいです。

#### ○ 曜日による条件：

大聖堂などキリスト教関係施設は日曜が完全閉鎖の場合が多いので、事前の調査が必要です。また日曜は安息日で、バスは減便か運休、列車も始発が平日よりも数時間遅いことが多いです。博物館などによっては週末休みというところもあり、金曜は夜にかけて開館時間の延長をすることもあります。保存鉄道もボランティアベースのため、週末のみ運行のところも多いです。また、Bank Holiday といって、月曜が休日扱いになることがあります（事前にウェブで調べられますが、四大地方ごとに異なることがあります）、その日は銀行関係が休みで、交通機関が休日扱いとなることが多く（必ずなるとは限りません）、3連休になるので混雑が見込まれます。スーパーの営業時間なども変則がありえます。

#### ○ 日付による条件：

ミュージカル、サッカーの試合、コンサート、イベント、遊覧船運行日、ツアー催行日、公開の学会などの特定の日に予定しなければならない訪問地が含まれている場合は要注意です。交通機関が異様に混雑する可能性があります。

#### ○ 博物館などの入場時間：

閉館時間は、あくまで利用者が外へ出る時刻のことで、実際にはそれよりも前から奥の部屋から順次施錠されていく施設もあるので御注意ください。また入場時刻を指定したチケットを事前に用意した場合は、施設によって入場前の手荷物検査がありうるので、若干早めに到着するとよいです。

#### ○ 保存鉄道の乗降：

利用する鉄道のHPなどを精査してください。かなりの保存鉄道が路線の端ではなく途中駅に拠点があり、路線の端にはホームもなく乗降できない場合があります。こうした地点で乗降を予定しないでください。

### 【旅程の点検と手配】

## ○ 旅程の点検：

12週間程度前に発表される鉄道のダイヤに基づいて、いったん作成した旅程のうち、鉄道関係の時刻を確認します。当初の作成時よりもかなり時刻が変わっている場合がありますので、組み替えが必要な場合があります。

同時に、利用列車の発着時刻だけでなく、列車の行先(降車駅とは限らない)を記録しておいてください。駅の発車予定電光掲示板上で列車は発車時刻と「最終」目的地で表示されるからです。列車の普通、快速、特急などの区別もなく(高速列車も各駅停車も同じ運賃です)、それを頼りにすることもできません。

さらにこの際、nationalrailのウェブサイトのStatus and Disruptions上で、旅程上の日にちについて何か障害がないかどうか確認してください。線路の保守作業などによる計画運休や列車運行会社によってはストライキ(industrial action)の可能性があります(英国では軌道を保持保守する会社と列車を運行する会社が分かれており、同じ線区を別々の会社の列車が走りますので、同じ区間でも、ある会社の列車がストライキの場合に他社の列車もそうだとは限りません)。駅名を複数挙げてその区間に支障が出るのが公示されていることがありますが、nationalrailのウェブサイトのTravel InformationにあるMaps of the Nationalrail Networkで閲覧できる全駅掲載の地図をブラウザで開き、駅名を文字検索すると地点が特定できますので、大変な作業ですが、グループで手分けをして定期的に確認することをお勧めします。万一不都合が見つかった場合は旅程を修正することになります。

計画運休はこの時期を過ぎて新たに追加される可能性があること、ストライキは実際に回避の有無がしばしば直前まで不明、という点に御注意ください。研修で日本を発する頃になって突然ストライキが設定されることすらあります。

いずれにせよ、列車時刻の確認は利用前日にも必ず行ってください。実は前日になって急遽ダイヤ変更というケースが意外に多いのです。

## ○ クレジットカード：

宿泊の予約にはクレジットカードが必要な場合が圧倒的に多いです。キャンセルの考えにくい宿泊では予約時に支払ってしまうとよいです。そうすれば渡航月

の利用限度額を食いつぶすこともありませんし、誤って予約が取り消される確率も低くなります。また、出発前に4桁の暗証番号や紛失時に利用を差し止める手続きのできる連絡先電話番号を調べておく必要があります。2枚持ちだと片方で何かあったときにも悲しい思いをしなくて済みます。

### ○ 宿泊の予約：

本研修では一般ホテル(特に廉価ホテルチェーン)、B&B、Guest Houseなどで、個室で施設可能な専門施設に限定します。Youth Hostelは不可です。予約時キャンセルや返金が不可の形しか選べない予約は避けます(詐欺の可能性があり、編著者に経験があります)。ではキャンセル不可の安い料金とキャンセル可能の通常料金の両方ある場合はどうかと言えは、前者を選ぶことを禁止はしませんが、その後旅行グループ内の都合や鉄道ストライキによる宿泊不能の事態もありうることを前提に、グループ内での合意に基づいて判断してください。

予約はその施設固有のHP上に直接設けられているフォーム(そこから予約業者サイトのその施設用のページに飛ぶ場合も含む)やメールで行ってください。いわゆるホテルなどを数多く集めた予約業者サイトだけを見ての予約は認めません。また民泊も避けてください。予約の際には交通も重要で、最寄りの駅やバス停から歩いて行くルートと距離を確認してください。極端に高いところは実用的でなく、極端に安いところは鍵がなかったり、危険地区にあたりします。グーグルマップで周辺の画像を確認するのも安全上推奨します。

また近年増えていて要注意なのは、Guest Houseなどの名称で素泊まりのみ提供し、予約はすべてネット上で行い、施設には管理者が全く無人であるようなタイプの宿です。宿泊日にメールで玄関や部屋のテンキーのナンバーや鍵の位置を教えてくるようなところが多く(親切なホストにfull breakfastを用意してもらおうといったいわゆる昔風のB&Bとは似て非なるものです)、慣れないうちは適切とは言えません。そのあたりは予約して初めて知らされるといったところも多いので、施設の下調べは可能な限りしっかり行ってください。

朝食を提供する場合でも、チェックインから朝まで管理側が無人というところもあり、これを避けるとなると選択肢が極めて限られてしまうので、仕方ない面がありますが、朝管理側が施設に来ている時間帯でのチェックアウトが求められるこ

とが多く、早発ちの場合は予め相談する必要があります。親切なところでは、朝食前に出発の場合、紙袋入りの冷蔵不要なパッケージを用意してくれるところもありますが、あくまでサービスであり、引き受けてくれなくても苦情は言えません。

B&Bの類では、最低2泊を要し、1泊だけの利用を認めていないところもありますので御注意ください。また、部屋は二人部屋が多く、two beds と明記していない限りダブルベッドだと考えた方が安全です。

オンラインで予約する際に、現住所が求められることがあります。日本の住所を記載してください。最初に居住国を選ばないと先へ進めない場合があります。英国滞在中に予約する場合は滞在先機関でもよいでしょう。

安いからといってホテルの地下の窓無し部屋だと、洗濯物があまり乾きません。また用心のため、予約や支払いを証明する書類を現地に必ず持参してください。

#### ○ レイルパスの用意と Caledonian Sleeper :

レイルパスは、ヨーロッパ系の業者(例えば <https://www.uktrainpass.com>)のオンライン手配を利用するのが今後のためになります。レイルパスの通用地域、種類、日数などについては、自分で確認してください。ユースパス(25歳までの若者用で1等車には乗れない)で、滞在期間の複数の週末に利用するような場合は、多少割高でも1日ずつ分けて使える flexy pass がよいだろうと思います。ばらばらに切符を購入した方が圧倒的に安いのであればそれでも良いです。ストなどで旅行ができなくなる場合もあり得るので、activation は現地で行うのが基本です。またパスは外国人専用なので、英国への出発前に購入します。なお、東幹線の Lumo 社便のように、パスでは乗れない列車が出始めています。

また、Caledonian Sleeper は出発翌日の分のパスで出発できます。ですので、この列車の発車日にこの列車の前に乗る nationalrail 列車の利用が少ないときは、その分だけにパスの1日分を使うのではなく、別途乗車券を購入すると旅行計画全体のコストが下がる可能性があります。なお、この列車をスタンダードのパス(ユースパスはこれです)で利用するときはバス・トイレのない個室(Clubでなく Classic)を選んでください。Club は first class のパス・乗車券用です。

#### ○ 列車の座席予約 :

Nationalrail の列車の座席予約は、そもそも受け付けない列車や区間（例えばケンブリッジ・ロンドン間）、受け付ける区間（座席指定が伴う場合と指定なしで受け付ける場合があります）、予約しないといけない列車（例えば東幹線の LNER 社便（エルニアと読みます））というのがあります。パスがあればもしくはパスを後日購入予定なら、日本からオンラインで予約だけを取ることができます。個別切符を予約付でオンライン購入することもできますが、これは「予約だけ」とは異なります。例えばパスの項の URL の会社では 2025 年現在 1 件 1000 円でパス利用の場合の「予約だけ」が可能です（日本の業者からの直接予約は 2025 年現在できないので、注意してください）し、一度に 9 人まで予約可能です。現地では駅窓口でパスの提示により座席指定券を無料でもらえますが、それよりはるか前から予約できるので、1000 円は決して高額ではありません。

#### ○ 駅やバス停の位置、バス会社名・時刻など：

ガイドブックに地図があり、駅やバス停は行けばわかるはずと思って詳しい位置を予め調べずにいると、現場で慌てるかもしれません。初めての駅は地図があっても迷うくらいで、グーグルマップなどでしっかり歩く経路の通りの名前を調べておくべきです。英国では通りの名前を建物に表示してあることが多いです。

また駅での列車の乗換は、余裕を持って計画していても、列車が遅れると際どい乗換になることもあり、その可能性のある駅については nationalrail のウェブサイトの Stations のページで Station Map（ホームの構造や番線がわかる）を入手して、駅構内の乗換経路を確認しておくべきです。

バス停については、グーグルマップや bustimes.org などズバピタとした位置を確認しておくべきです。また rail station がバス停名に含まれていても、駅のどの出口にバス停があるのかを知っておく必要があります。また乗継が際どくなったときのために、同じ名称のバス停でも stand（スコットランドでは stance）の番号（記号）を調べておいてください。同じ名称のバス停でも stand が数十もあって、スタンド同士が最大数百 m 離れていることすらあります。さらに困ったことに、グーグルマップなどの地図と bustimes.org のバス停名が異なることがありますし、グーグルマップ上のバス停の系統番号もずれていることがあります。複数の情報源から事前に多角的にアプローチしておいてください。

また利用するバス便の運行会社名を調べてください。現地で切符を購入する際、同じ会社の路線を同じ日に複数回利用する場合、その会社が一日乗車券（乗り放題）を設定しているとそちらの方が安いことがあります。さらに乗車予定のバスの経路上の時刻表情報のスクショを撮っておくと、降車バス停まであとどのくらいかの参考になります。

最後に、かなり希なケースですが、終点付近が円形ルートになっていてその円形上に多くのバス停があり、最奥部でないところに時刻表上の終点が設定されていて、目的地のかなり手前までしかバスが行かないと勘違いすることがあります（例：Newport から世界遺産 Blaenavon へ行く X24 系統）。実際のバスはその終点を単なる通過点としてさらに見かけ上の折り返し便となり、円形を辿って奥へ向かうのです。これは予め調べておかないと現場で混乱します。

### 【持ち物など】

#### ○ 書類の用意：

パスポートがなければ国際線に搭乗できませんが、現地でパスポートを紛失したときに大使館での再発行手続きで戸籍謄本が必要になります（抄本は不可）。再発行が帰国に間に合わない場合は「帰国のための渡航書」になり抄本でも可能ですが、謄本ならオールマイティなので、持参するなら謄本です。それらの交付手続きから6カ月以内に発行されたものが有効です。紛失が発生してから取り寄せようとすると、御家族が不在などで時間がかかるかもしれないですし、大使館も予約制になっており、渡航前に現物を確保して早々と予約するのが一番です。

また、パスポートのコピーも用意して、パスポートとは別の場所に保管しましょう。上記の手続きを進める場合に役立つことがあります。

航空券購入の証拠である e-ticket およびそのプリントアウトを用意してください。「帰国のための渡航書」で必要になります。

こうした事項は大変重要なので、一度在英国日本国大使館のウェブサイトを確認して、1次情報を得てください。

#### ○ 宿泊用品：

通例宿泊施設には体を洗うための手ぬぐい・あかすり、歯磨き用具、櫛などは

ありません。中には石鹸やボディシャンプーの類がないところすらあります。

#### ○ 携帯電話：

安全上必要です。担当教員をはじめ、周囲の関係者に、英国にいる自分に日本からかけるときの番号と英国からかけるときの番号を知らせておいてください。一般に日本の番号の場合は、日本から家族などがかけるときは国内の番号のまま、英国で旅のメンバーなどがかけるときは+81-90-XXXX などとなり、英国でSIM交換する(日本からSIM交換のための穴差しピンを持参し、国際通話が受けられるタイプのものにしてください)などして英国の番号である場合は、日本から家族などがかけるときは+44-(0を抜く)XXXX-XXXXXXとなり、英国で旅のメンバーなどがかける場合は 0XXXX-XXXXXX となります。また、紛失したときのために、通話を差し止める場合の連絡先を調べておくようにお願いします。

#### ○ 無線海外 wifi ルータ：

これに海外でのアクセス権を組み合わせれば、良好な電波状況のもとでネットワークに携帯やPCを接続できます。以前は駅や店舗などの公衆 wifi 利用で充分でしたが、昨今では列車の遅れ対策などでそれ以外の場所での接続が望ましくなっています。しかし必ずしもグループの全員が持つ必要もなく、代表者が旅行中の情報検索をすれば充分とも言えます。しかし全員がLINE電話でつながるようにするなどのケースでは、全員が持たないと意味がありません。但し受入先機関によっては、手持ちのルータをその機関のLANへ接続することを禁止している場合もあるので御注意ください。

#### ○ 保険関係書類：

海外旅行関係の保険証書と、現地医療機関に提示する英文の説明書を持参してください。多額の際は現地医療機関から直接保険会社に請求してもらうこととなりますが、立替が必要な場合は領収書や診断書を発行してもらいましょう。

#### ○ 現金類：

最近では一定金額以下ならクレジットカードのコンタクトレスが主流なため、現金はほとんど使いません。ただし5ポンド未満では現金でという小規模な店舗もあり、カードリーダーが故障中やカード可のタクシーでも携帯圏外へ行くと現金

払いになります。しかし日本出発前に用意する必要は必ずしもありません。

#### ○ 薬品類：

概して英国では処方箋なしで買える薬（over-the-counter medicine）は日本の市販薬より弱く、日本人の体には効かないと思った方がよいため、日本から薬品類の持参をお勧めします。風邪薬、乾燥対策の軟膏、硬水対策の胃腸薬あたりが重要ですが、団体行動となるため、コロナの判定キットや体温計も欲しいところです。化粧品や生理用品も慣れたものを持参することをお勧めします。

#### ○ 雨具：

よく英国では誰も傘を持たないと言われます。確かに降ってもすぐ止みますし、日本のような大雨は滅多にないので、持っていない人が多いのは確かですが、さしている人も一定数います。折り畳み傘程度は持参するとよいと思います。

#### ○ エコバック：

レジ袋が有料となった現在では買物で威力を発揮します。

### 【訪問する目的地に関する研究】

これが不足していて後悔しているという過去の研修参加者が多いです。目的地に関する事前勉強が実際の訪問時の学びを深めるのです。人生そのものにも通じることです。勉強とは経験を充実させるためにするわけです。

### 【その他】

#### ○ ETA：

ヴィザを取得する場合を除き、6カ月未満の短期プログラムへの参加の場合は、事前に英国入国にあたりETA（Electronic Travel Authorisation）の手続きをする必要があります。英国政府の公式ページで手続きしてください。2025年現在、50KB以下の顔写真のアップロードとクレジットカードでの料金支払いが求められます。詳しく調べてから手続きを開始してください。

#### ○ スポーツ、ミュージカルなどのチケット：

日本の業者より現地業者のオンライン販売の方が安いことが多いです。

## 5 自由旅行現場での注意

### 【現場での安全に関すること】

#### ○ 防犯：

荷物を路上に置いて目を離さないこと。路上で荷物を置いてガイドブックを見るようなときは、誰かが荷物を見張ること。知らない人からいっしょに写真を撮ろうと言われたら犯罪と思ってください。すりの被害を防ぐには、パスポートとそのコピーを別の場所に入れておくこと、鍵のついていないジッパーは体側にすること、ハンドバッグ類はたすきがけにしてジッパーは体側に向けること、衣服が汚れているから取ってあげようと言われたり警官や駅員と思しき人から荷物の中を見たいと言われたときに周囲を警戒すること、などが重要です。そのほか、街頭でいきなり品物をつかませる押し売りや、珍しい服装や動物の写真を撮らせて料金を請求する人などに注意してください。また、知らない人から飲物や菓子を勧められても口にはいけません（催眠強盗の可能性あります）。

#### ○ 紛失・盗難：

旅先で物品の紛失や盗難に遭うことがあります。（\*以下\*）は「ここは日本ではない」の注意点）英国の警察は紛失物の届け出を受け付けません。交通機関や宿泊施設に問い合わせるしかありませんが、過去に取りに行行って戻ったケースがあります。しかし、その物品の価値が、グループのメンバーを待たせて捜索したり取りに行ったりするほどのものかどうかの判断が必要になります。盗難の場合は下記で届け出ができるようです（編著者には経験がありません）。

<https://www.met.police.uk/ro/report/ocr/af/how-to-report-a-crime/>

#### ○ パスポート：

飲酒や酒類の購入時に、若く見える日本人はしばしば年齢確認で求められます。鉄道パス利用時の携帯も必須です。命の次に大切ですが、紛失・盗難の際には、日本国大使館に再発行の手続きと受取で2回でかける必要があります。

#### ○ 歩行中：

信号のない横断歩道では歩行者が優先ですが、（\*）横断歩道がない交差点では車優先で、日本の感覚のままでは、右左折の車にひかれそうになります。ま

た通常の交差点でも歩行者用信号は原則押しボタン式で、青が極めて短いです。

### ○ トイレ :

(\*) 公衆トイレは早朝や深夜に施錠されていて使えないことが多いです。中には有料のところもあり、昔はコイン式だったのですが、最近はコンタクトレスのところも急速に増えています。鉄道駅のトイレで日曜は閉鎖というところもあります。

## 【鉄道利用】

### ○ ロンドンの地下鉄 :

一番簡単なのは改札をクレジットカードのコンタクトレスで通過することです。1日乗車券以上の課金がされないようになっています。

### ○ 発車番線 :

駅では乗る列車(写真のように時刻と最終目的地で表示)の発車番線の確認が必要です。時刻検索で予定番線は表示されますが、現場で頻繁に変更されるので、通例乗客は電光掲示板での表示が wait から具体的番線に変わるのを待ちます。



しかしホームに出た後で入線の直前に変更がホームの電光掲示やアナウンスで知らされることがあるので、乗客が移動したり聞き取れなかったときは周りの乗客に聞きましょう。また遅れてきた列車が自分の乗る列車の時刻に入線することもあるので、常に列車正面・側面の最終目的地表示をよく確認してください。

また、長いホームの同じ番線が複数に区切られ platforms 2a/2b/2c のようになっていることがあります。この場合、別々の列車が番線を共有したり、分割併合を行う場合があるので、目の前の列車が正しい列車かを確認しましょう。

### ○ 乗降 :

Nationalrail ではドア横の「open」ボタンを押さないと乗降できない列車が

ほとんどです。列車が停車しても、車掌の操作でボタンが点灯してから押します。

#### ○ 乗り越し：

車掌 (guard) による切符の検札は頻繁に行われますが、(\*)いわゆる乗り越しは高額なペナルティを要求されますので厳禁です。

#### ○ 乗り過ごし：

旅の疲労で降りる駅を乗り越すことがあります。複数人数で寝ずの番をして交替で寝るとよいです。離れた席の仲間や寝台の個室利用者が取り残されないように注意してください。予め電話で起こすように合意しておくといいです。

#### ○ 座席指定を受ける：

現地でパスを見せるか乗車券購入の場合、窓口で座席指定を受けられますが、通常利用列車の前日までで、当日可能な場合も5時間前とか始発駅発車前までになります。日曜日や平日早朝夜間は窓口でも座席指定ができません。

なお、利用当日自分の乗る号車がはずされていて座れないということもありますが、座席指定は無料なので補償はないようです(日本で1件 1000 円での場合も座席指定料金ではなくオンライン手数料ですから戻らないようです)。

#### ○ 指定された座席：

電光掲示で available となっている席は事前予約なしで利用できますが、予約区間が表示されている座席はその区間予約者本人のみの利用になります。

#### ○ 満員：

稀ですが、最繁忙期には全席予約が入った上で予約なしの乗客がデッキまで満員という列車があり得ます。特にストライキで減便された状況下で発生します。

#### ○ 個別割引切符：

パスでなく通常の乗車券購入の場合の割引詳細は各自で確認してください。区間により、Group Save / Day Return / London Travelcard などの割引切符があります (Group Save は全員全行程同一行動が条件)。利用時間帯に制限のある割引切符では、有効時間帯に近い時間帯にならないと買えません。

### ○ Caledonian Sleeper :

ペットボトルの水などが各個室に用意されています。また、隣り合った Classic の部屋同士は、境のドアを開けると4人部屋になります。

### ○ 列車遅延に気づいたら :

乗車中に nationalrail の時刻検索でその列車を調べれば(過去の出発時刻では検索不可ですが、現在より後の時刻を設定して検索し earlier trains をクリックすれば閲覧可)、遅れている場合、途中停車駅と予定時刻の情報に、遅れの実態と修正後の到着予定が示されることが多いです。(\*) 接続予定列車が発車時刻を過ぎて待つことは普通ないので、乗り継げないことがわかったときには、予め用意してある代替プランに切り替えます。

### ○ 早着 :

寝台列車が数十分も早着することがあります。編著者の経験では、乗務員が個室にやってきて、本来1時間先に到着する途中駅に 15 分後に着くと言って起こしに来たことがあります。啞然とします。

## 【バスの注意】

### ○ バス停と時刻 :

まずバス停が正しいか確認するため、バス停表示の系統番号や時刻を見てください。英国のバス停は、上り下りで離れていたり、一方だけにスタンドが立っていて他方は道路の反対側で待つとか、ルートが複雑で上り下りが道路の同じ側の同じスタンドに止まる(この場合は来たバスの系統番号だけでなく行先も要確認)など様々な形がある上に、(\*) 表示されている時刻が数年前の日付のもので、その後変わっていないのか新しい時刻の掲載が怠られているのか判別不能なことや、スタンドはあってもバス停名や時刻表がないことすらあります。またバス内で扱われるバス停名が bustimes.org と全く違うことがあります。一番正しいのは運行バス会社のウェブサイトにある時刻表です。自治体の HP ですら古い時刻のことがあります。予めしっかり調べておくと安心です(編著者は情報源によって時刻がばらばらなので運行会社へ電話せざるを得ないケースも経験しました)。(\*) またバスは2~3分くらいなら早発することがあります。早めにバス停へ。

### ○ 乗車時 :

英国のバスは、(\*)近づいてきたら乗る合図を送らないと通過されることが多いです。合図しても停車のウィンカーが確認できないときは急いで手を振ってください。また(\*)都会で同じバススタンドに複数台のバスが前後に並ぶとき、2番目以下のバスでも時刻が来れば先発します。バススタンドの最も近いバスから順に出発するという原則はないので、自分から移動して乗車しないといけません。

乗車時は前乗り前払いです。降りの方が先ですので注意してください。最近ではほぼ全バスがクレジットカードによるコンタクトレス決済を導入済みです。購入する切符ですが、片道だけなら single、往復するなら return の購入が基本ですけれども、その日に同じ運行会社の路線をばらばらに複数区間利用するような場合は、乗り放題の切符(会社により呼称は Day Rider; One Day Ticket など様々です)を買うと安いことがあるため、その日に乗る区間を運転手に知らせて、乗り放題の切符がお勧めかを尋ねてみてください。とっさに運転手がわからないことも多いと思うので、あまりこだわらないこと。

### ○ 降車時 :

降車時はボタンで知らせます。次のバス停のアナウンスかモニター表示があるバスはよいのですが、(\*)まだそれがないバスも多く、その場合は、予め用意した時刻表のスクショと止まったバス停のスタンドに表記されているバス停名を見比べて現在位置を把握するようにすると参考になります。不安な場合は予め運転手の近くに座り、必要に応じて直接尋ねるとよいです。

降りたとき、道路のどちら側に降りているのかが道路のレイアウトにより思った方向と逆で迷子になることがあります。予め調べておきましょう。

また、ローカルバスは時に沿線の学校の下校時にとんでもない数の生徒を乗せることがあります。降車予定バス停より手前のバス停でもの凄い数の生徒を目にしたら、バスの出口付近に移動しておいたほうがよいです。2階建てバスの2階にゆうゆうと座っていると、立客ですし詰めになり、降車困難になることがあります。

### 【ツアーの注意】

### ○ 集合場所・下車場所 :

意外に迷うことが多く、事前に調べ、前もって行ってみておくといいです。ロンドン帰着のツアーでは、渋滞時便宜的に郊外の地下鉄駅近くで降ろしてくれることがあるので、とっさに判断できるよう路線図や地図を持っておきましょう。

○ **車酔い**：

ミニバンは高速で飛ばすので、車に酔う体質の方は遠くを見て予防しましょう。

○ **チップ**：

ツアーを終え最終的に下車するときに、ガイドにチップを渡してください。

**【スタジアムの注意】**

○ **試合のある日**：

試合日のスタジアム往復の交通は混雑し、移動に時間がかかります。

**【宿泊の注意】**

○ **場所**：

通りの番地は単純に数字の順番に並んでいることが多いですが、通りの両側で奇数と複数に分けられているケースもあります。

○ **チェックイン**：

チェックイン時に名前を伝えて「予約されていない」と言われたとき、氏名が逆に登録されていることがあります。

○ **門限、鍵**：

宿泊施設で確認して欲しいことは、避難経路、玄関の施錠時間帯、連泊のときに鍵(カード)をフロントに預けるのか持ち出すのか、チェックアウト時にフロントが無人の場合どうするのか、チェックイン日にその時刻より前からあるいはチェックアウト日にその時刻より後まで荷物を預かってもらえるかどうか(どちらもありませんし、有料のところもあります)、朝食付の場合はその提供時間帯など。

○ **寝坊対策**：

過去に多数発生。全員枕元に携帯を置き、怪しい方には早めに電話しましょう。

## 【食事について】

### ○ どこで食べるか：

レストランだと相当高額かつ時間がかかり、目的地に使える時間が減少します。ストリート・フードやスーパー・マーケットを利用するのが現実的と思います。

### ○スーパー・マーケット：

Tesco (Express); Sainsbury's (Local); Asda (Express); Morrisons (Daily); Marks & Spencer (Simply Food); Aldi (Local); Lidl; The Co-operative Food のようなスーパー・マーケット (括弧内付の名称はコンビニ版) で購入するのは賢いです。これらのうち多くが Meal Deal または類似の名称で、サンドイッチか類似のメイン+菓子や総菜などのスナック+ソフトドリンクの組合せで大幅に割引販売 (2025 年現在で 3 ポンド後半から5ポンド程度) しています (これらの対象商品のうち何でもよいから3品選ぶと最も安いものが無料になるという方式のスーパーもあります)。店内ベーカリーのパン類もおいしいです。

なお、ほとんどのスーパーはセルフレジが基本です。また営業終了時間は厳格で、中には(\*)5分前に商品の陳列棚にシャッターが降り、営業終了時刻にはセルフレジでの店員による酒類確認ができなくなることもあります。

### ○ 経験するとよい食べ物：

clotted cream / scone / Cornish pasty / shepherd's pie / ale pie / fish and chips / smoked mackerel / doner kebab / Sunday lunch / British breakfast / haggis / Welsh cake

### ○ 簡単なテーブルマナー：

\*イスは左側から座ります。

\*ナプキンは二つ折りで膝に掛けます。口を拭くときは、折りたたんだ内側で。食事中にどうしても中座する必要がある時はイスの上に。食事を終えて席を立つ時は、使ったことがわかるようにしてテーブルの上に。

\*ナイフは右手、フォークは左手。テーブル上にナイフ・フォーク・スプーンなどが並んでいる時は、左右の外側から順に使います。食事中は、皿に少し深めにハの字型におきます。ナイフは刃を手前に、フォークは背を上に向けます。食後はナイフは刃を手前に、フォークは背を下に向け、2つを斜め右にそろえます。左利きの人どうしても使いにくい時は、ナイフ・フォークを左右逆に持っても問題ないですが、食べ終わってナイフ・フォークを揃えておく時には、右利きの人と同じようにします。食べるときは、その都度食べ物を左側から一口分の大きさに切り、一度に全部切ることはしません。落としたら自分で拾わず、手を挙げてウェイタ

- ーさんと呼び、取り替えてもらいます（（\*）大声で呼ぶのはマナー違反）。
- \*スプーンは手前から向こうへスプーンを動かします。少なくなったら皿手前を少し上げてすくいます。ずるずる音を立てません。取手付カップは手に持ち直接口をつけてよいです。済んだらスプーンは皿の上に横向きに裏返さずおきます。
  - \*パンは自分から見て左側のものを取り、スープからデザートまでの間に食べます。丸かじりせず、手で一口分の大きさにちぎります。魚や肉料理のソースをつけて食べてもよいです。
  - \*バターがテーブルにバタークーラーなどに盛られている際、直接パンにつけず、まず一切れをパン皿に取り、その後パンにぬって食べます。
  - \*魚は裏返さず、中央に横にナイフを入れ、手前半分と向こう半分を食べ、次に背骨を外し、下の身を食べます。
  - \*グラスは自分から見て右前にあります。使うグラスは酒の種類によって違います。食事中に飲み物を飲む時は、面倒でも一度ずつナプキンで口を拭いてからグラスに口を付けます（脂がグラスに付着しないように）。

### 【支払いの注意】

#### ○ 現金を要求される場合に備えて：

日本で両替していく必要はないと思いますが、現地で現金での支払いを要求されるケースが皆無ではないため、現地到着後早めにポンドの現金を少し準備するとよいと思います。使う機会がなければ帰路空港でお土産を買うのに使えはよいのではないのでしょうか。ポンド現金の入手の方法としては、両替所を利用するか、もしくはクレジットカードで引き出すATMを利用するのが現実的です。

#### ○ カード決済通貨の選択：

場合によって、クレジットカードによる支払いにあたり、ポンドと円のどちらで支払うかを尋ねられることがあります。どちらが得策かは正直なところわかりません。

### 【荷物の軽量化】

旅行では荷物の軽量化が負担軽減に必要です。要変圧器の機材は避けましょう。グループでひとつあれば足りるものは重複して持ち出さないようにしましょう。

### 【具合が悪くなったとき】

緊急であれば遠慮せず 999 で救急車 (ambulance) を呼んでください。この番号は警察、消防と共用です。全員救急車に同乗することが無理な場合は同乗しない者が複数になるように分かれ、携帯で連絡を取り合ってください。そこまで緊急でないケースでは、状況に応じて、加入している危機管理スキーム、海外旅

行保険での健康相談連絡先、受入先機関の関係者、引率教員などに連絡してください。これらの連絡先を控えておくことが重要です。

### 【レンタカー利用の場合】

ランナバウトのルールを調べてよく理解してください。特に(\*)直進車よりランナバウトに先に進入した車の方が優先です。制限速度は日本よりはるかに高く、そのかわり速度超過に敏感です。(\*)ハンドルから見てウィンカーレバーとワイパーレバーが日本と左右逆です。(\*)鉄道の踏切の一時停止はしません(しなくてよいことになっているので、後続車に追突されます)。週末に開かないオフィスが多いですが、国際空港だと週末も営業し、営業時間も長いです。また、店舗の都合で予約したクラスより大型の車をあてがわれたり、大手で予約した場合は空港オフィスを現地の委託先業者名で開いている場合があるので要注意です。

### 【先輩方からの耳打ち】

- Buckingham Palace : 出口→衛兵交代式まで混んで、歩いて30分。
- Christchurch Oxford : ホールは予約がないと入れない。
- 9 3/4 home : Kings Cross 駅で設置されるのは午前9時。
- British Museum : 2時間でも足りない。開館延長の対象外の部屋あり。
- Harry Potter Studio : 興味により所要時間が大幅に異なるので、グループの分割を考えるとよい。その際分割したグループごとにロッカーを借りること。
- Edinburgh Castle : 手荷物検査がある。
- Holmes Museum : 受付を済ませてから列に並ぶ。