

お茶の水女子大学国際教育センター
海外交換留学派遣生
留学報告書 2018



Study Abroad Annual Report
2018



2018 年度長期交換留学報告書の刊行にあたって

国際教育センター長 棚橋 訓

お茶の水女子大学が実施した 2018 年度長期交換留学派遣プログラムに参加し、世界各地の大学において「腰を据えて」学びを深めてきた本学学生による帰国報告書をここに刊行いたします。

本報告に掲載された学生たちの文章のそれぞれには、長期に亘る海外の大学への留学経験によって手に入れた学生個々にとっての「未来のための財産」と、どのようにしてその財産を手に入れることが叶ったのかが克明に認められておりますが、そうした留学経験の集成である本報告書自体が、お茶の水女子大学にとっては貴重な「未来のための財産」ともなっています。この「未来のための財産」は、執筆者である長期留学参加者自身にとっては、長期留学を経た自己の成長の過程と長期留学で得た自信（そして、もしかしたら、ちょっとした挫折）を改めて振り返る鏡となるでしょうし、これから長期海外留学に飛び立とうと準備を進めている学生たちにとっては、これからの道を照らしてくれる要衝の灯台の役割を果たすことでしょう。そして、私のように長期交換留学プログラムを運営する側に属するものにとっては、本報告書を読みながら、このプログラムへの参加が果たして学生たちに充実した体験を提供し、参加者個々の成長に少しでも資する機会となったのであろうかということを自省的に問い続けざるを得ない、必要不可欠な荊の道でもあります。

実は、この挨拶文を認めている今現在、日本を含む世界各国、そして日本を一員とする国際社会は、パンデミックとなった新型コロナウイルス（SARS-CoV-2）による感染症（COVID-19）の脅威に晒されると同時に、いかにこのパンデミックを制圧するのかという難題に立ち向かっている只中にあります。2020 年 1 月中旬以来、世界規模で人の移動や人の日常の営みが規制され、眼前の人と握手を交わすことも抱き合うことも儘ならず、あるところでは耳を覆いたくなる流言飛語が飛び交い、直接の対面状況で言葉を交わす機会は自粛によって激減するとともにインターネットを介したデジタル合成音に取って代わられ、世界は一変しました。

こうした世界の現状を前にしたとき、国境を越えて、異なる世界に飛び込み、そこに腰を据え、さまざまな人に出会い、さまざまな体験を通して学ぶことが「できること」の尊さと素晴らしさに、私は、改めて気づき、噛みしめています。これは、決して、私一人の想いではないでしょう。そして、それゆえに、本報告書に記された学生個々のひと言ひと言が、正に「未来のための財産」としてここにあるのだということを痛感せずにはられません。

国際交流担当の理事・副学長である佐々木泰子先生、前センター長の森山新先生はじめ、海外長期交換留学の実施にご尽力くださった松田デレク先生、鈴木芽以先生、国際本部員の先生方、国際課のみなさま、関係各位には、末筆ながら、この場を借りて改めて 2018 年度長期交換留学プログラムを滞りなく完了できたことに深謝申し上げる次第です。

2020 年 3 月吉日

CONTENTS

交換留学生 留学報告書 2018

WHO?

2018 年度交換留学派遣生

WHEN?

交換留学プロセス

WHERE?

留学先・協定校・提携校一覧

WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

WHO?

2018年度交換留学派遣生

2018年度 大学間交流協定に基づく派遣学生

2018年度交換留学派遣生

ヴァッサー大学 (アメリカ)	今井梨夏子	通年 : H30.9-H31.6
オルブライト大学 (アメリカ)	磯部沙樹	通年 : H30.8-H31.5
マンチェスター大学 (イギリス)	佐藤春花	通年 : H30.9-H31.6
ロンドン大学東洋・アフリカ研究学院 (イギリス)	松山公香	通年 : H30.9-H31.6
ロンドン大学東洋・アフリカ研究学院 (イギリス)	池水香有子	通年 : H30.9-H31.6
ロンドン大学東洋・アフリカ研究学院 (イギリス)	菊地瑞穂	通年 : H30.9-H31.6
ロンドン大学東洋・アフリカ研究学院 (イギリス)	岩澤ひかる	半期 : H30.9-H30.12
コレッジオ・ヌオーヴォ (イタリア)	西前日花理	通年 : H30.9-H31.6
モナシュ大学 (オーストラリア)	矢動丸咲季	通年 : H31.1-H31.11
国立政治大学 (台湾)	酒井毬子	通年 : H30.8-H30.7
国立台湾大学 (台湾)	木村真央	通年 : H30.8-H30.7
国立台湾大学 (台湾)	若杉七海	半期 : H30.8-H30.1
カレル大学 (チェコ)	磯千博	半期 : H30.10-H30.12
大連外国語大学 (中国)	河北華実	通年 : H30.9-H31.7
ケルン大学 (ドイツ)	後藤美穂	半期 : H30.8-H31.7
ブレーメン応用科学大学 (ドイツ)	嶋岡千紘	通年 : H30.9-H31.8
タンペレ大学 (フィンランド)	伊藤真実	通年 : H30.9-H31.5
タンペレ大学 (フィンランド)	川越桂華	半期 : H30.7-H30.12
ストラスブール大学 (フランス)	飯田りかこ	通年 : H30.9-H31.6
パリ・ディドロ大学 (フランス)	酒井綾子	通年 : H30.9-H31.6
パリ・ディドロ大学 (フランス)	萩原有紀	通年 : H30.9-H31.6
ハノイ大学 (ベトナム)	佐橋ひなの	通年 : H30.8-H31.7
ワルシャワ大学 (ポーランド)	佐藤瑞香	通年 : H30.10-H31.6

WHEN?

交換留学プロセス

STEP1 学内選考への応募

4月中旬 海外留学説明会…交換留学を含むお茶の水女子大学からの留学について、全般的な説明を行います。

7月～10月 協定校派遣学生募集要項配布……国際課で募集要項を配布します。

10月 海外留学説明会…交換留学に関する最新情報や申請書類の作成方法について説明します。

10月下旬 応募締切…申請書類（*1）を国際課へ提出します。*1 交換留学の申請書類<提出物>

申請書、志望校一覧、留学計画書、指導教員の推薦書、誓約書、学部以上の全課程にかかる成績証明書、健康診断書、語学試験結果の写し

※英語能力を証明する試験結果を必ず提出すること

STEP2 学内選考

11月上旬……第1次選考（書類審査）

11月中旬……第2次選考（面接、外国語口頭試問）

12月下旬～1月上旬……結果発表

選考基準

- ・学業成績（学部以上の本学在籍時の general GPA により評価する）
- ・外国語能力（派遣先大学にて講義、演習および研究指導を受けるのに必要な語学力を有していること）
- ・派遣先大学が要求する語学基準を満たしていること。
- ・留学の目的および計画が明確であること。
- ・明確かつ具体的な理由により派遣先大学を選定していること。
- ・留学後の進路・就職に対する計画・意識が明瞭であること。
- ・国際交流活動への意欲や経験があること。
- ・本学の代表としての適性・資質が備わっていること。
- ・派遣国および派遣先大学での学業および生活に必要な適応性があること。

STEP3 留学まで

2月～5月……派遣先大学への留学申請手続き

4月～6月……事前研修

7月以降 ……留学開始（各大学の新学期に準ずる）

大学間交流 協定大学

■ 海外協定校: 29の国と地域、80大学 ※2019年9月現在

ヨーロッパ (34の協定校)

- イギリス**
 - ・ロンドン大学キングス・カレッジ
 - ・ロンドン大学ロイヤル・ホロウ
 - ・ロンドン大学ウエストミンスター
 - ・ロンドン大学セント・マーガレツ
 - ・マンチェスター大学
 - ・バドミンスタブル大学
- イタリア**
 - ・サビエツァ・ローマ大学
 - ・国立ボローニャ大学ボリニエンターレ
 - ・コッレージュ・ヌオーヴォ
- オーストリア**
 - ・ウィーン工科大学
- スペイン**
 - ・バルゴス大学
 - ・バヨナトリッド大学
- スロバキア**
 - ・スロバキア工科大学
- スロベニア**
 - ・リュブリャナ大学
- チェコ**
 - ・カレル大学
- ドイツ**
 - ・ハイデルベルグ大学
 - ・ドレスデン工科大学
- ノルウェー**
 - ・ノルウェー科学技術大学
- フィンランド**
 - ・セントリア芸術科学大学
 - ・タンペレ大学
- フランス**
 - ・カトリン・セーヴリエ大学
 - ・パリ11大学(物理化学系)
 - ・パリ11大学(言語学)
 - ・フランス語研究機関
 - ・ヨーロッパ工科大学
 - ・ボルドー大学
 - ・ストラスブール大学
- ポーランド**
 - ・ワルシャワ大学
- リトニア**
 - ・ヴィータウタス・マグヌス大学
- ルーマニア**
 - ・ブカレスト大学
- ロシア**
 - ・トムスク国立教育大学

中東 (2の協定校)

- イラン**
 - ・アルザララ大学
- トルコ**
 - ・アンカラ大学

アフリカ (2の協定校)

- エジプト**
 - ・カイロ大学
 - ・マンソウラ大学

アジア (27の協定校)

- インドネシア**
 - ・インドネシア国立芸術大学デヤンパサル校
- 韓国**
 - ・釜山国立大学校
 - ・慶熙大学校
 - ・梨花女子大学校
 - ・慶明大学校
 - ・東国大学校
 - ・釜山大学校
 - ・釜山国立大学校
 - ・韓国芸術総合学校舞鶴院
- タイ**
 - ・アジア工科大学院大学
 - ・チェンマイ大学
 - ・アリンズ・オブ・ソングラー大学
 - ・ママラー大学
- 台湾**
 - ・開南大学
 - ・国立政治大学
 - ・国立成功大学
 - ・国立中央大学
 - ・国立台北芸術大学
- 中国**
 - ・北京外国語大学
 - ・北京第二外国语学院
 - ・復旦大学
 - ・北京大學 歴史系
- ベトナム**
 - ・国立ハノイ教育大学
 - ・ベトナム科学技術アカデミー・ゲノム機関

北アメリカ (11の協定校)

- アメリカ**
 - ・カリフォルニア州立大学フラトン校
 - ・チャタム大学
 - ・カリフォルニア州立大学セントピータース校
 - ・カリフォルニア州立大学バークレイ校
 - ・カリフォルニア州立大学サンディエゴ校
 - ・ウエックナー大学
 - ・セントジョーンズ大学
 - ・セントスエーデン大学
 - ・セントスエーデン大学
- カナダ**
 - ・マギル大学

オセアニア (3の協定校)

- オーストラリア**
 - ・モナッシュ大学
 - ・ニューカサスウェルズ大学
- ニュージーランド**
 - ・オタゴ大学

南アメリカ (1の協定校)

- ブラジル**
 - ・サンパウロ大学

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

ヴァッサー大学での一年

文教育学部 言語文化学科

グローバル文化学環

1610210 今井梨夏子

大学では留学をしようと漠然と考えていた私が、数ある協定校の中からヴァッサー大学を選んだきっかけとなったのがこの留学報告書でした。そして留学から帰ってきた今、私はヴァッサー大学への留学をあの時選択して良かったと心から思っています。今、これを読んでいて留学で悩んでいる方々へ私のアメリカでの経験を共有することで少しでも背中を押せたら嬉しいです。

ヴァッサー大学はニューヨーク州のポキプシーという小さな街にあるカレッジです。ニューヨークと聞くと華やかで賑やかなイメージを抱くかと思いますが、大学があるところは自然豊かでとても静かな場所です。学生全員が学内にある寮に住み、三食は基本的に学食、夜は友達の部屋で映画を見たり一緒に課題をしたり大学内で行われているイベントに参加したりと基本的に大学内で毎日を過ごします。ですがニューヨークシティまでも電車で2時間ほどで行けるので週末や連休があったら気軽に訪れることができ、私自身夢に見

ていた憧れのニューヨークシティを堪能してきました。

ヴァッサーでは主に国際学とラテンアメリカ学の授業を受講していました。授業は基本的にディスカッション形式で、そのため事前に膨大な量のリーディング課題が出されます。授業も一つにつき基本的に週2コマあるので平日はほぼ毎日リーディング課題に追われていました。さらにライティングの課題も複数回出されるので正直大変ではありましたが、大学には添削や相談をお願いできるセンターがあったり、先生のオフィスアワーに行けばアドバイスをくれたり、友達にお願いすれば快く添削をしてくれたりしたおかげで結果的に何とか耐えました。ヴァッサーには外国出身の正規学生は多くいますが、私たちのような交換留学生は数えるほどしかいないため先生や学生が皆とても協力的で温かく、交換留学生の私をととてもよく気遣ってくれました。

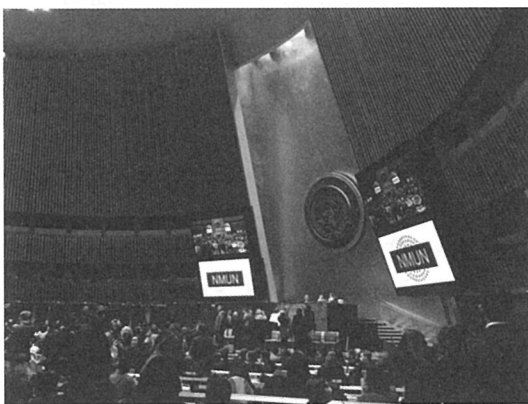


WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

ヴァッサーでの経験の中で一番と言っているほど心に残っているのが National Model United Nations という授業です。この授業はニューヨークシティで開催される模擬国連 NY 大会に出場することを目的とした授業で、私がヴァッサー大学を選んだ理由の一つでもあります。私は人口開発委員会という国連機関のモロッコ代表として毎週スピーチをしたり外交文書を作成したりと、他の授業と比べて格別に変なものでした。大会本番はニューヨークシティに一週間弱滞在し、毎日他国の代表と交渉を続け、外国政策を立案しました。最終的に私たちのグループは Honorable Mention Delegates を受賞することができ、私の留學生活の大きな集大成となりました。

またヴァッサーで出会った大切な友人なしでは私の留學生活を語ることはできません。寮では近くの部屋に暮らす7人程で構成されるグループがあり彼らと関わる機会が多いことや、日中部屋のドアを開けている人が多いなど比較的オープンな環境だったので近くに住む方達とは特に仲良くなりやすかったです。私自身寮でできた友達とシティに遊びに行ったり、カナダに旅行したり、さらにはとりわけ仲良くなったカリフォルニア出身の友



達のお家に冬休みの1ヶ月間お邪魔させていただいたりと本当にかげがえのない友人を作ることができました。私は授業外では Japanese Drill Instructor というお仕事にもつかせていただき日本語初級を学んでいる学生と日本語の会話練習をし、日本に興味がある学生らと交流できたのも良い経験となりました。中には今年の夏にお茶大のサマープログラムに参加した学生もいて日本での再会を喜びました。

ヴァッサーでの一年は毎日が濃く、日々新たな出会いと発見に溢れていました。ヴァッサーは小さなカレッジでありながら、本当に様々な国籍の学生がいたり様々なジェンダーの方がいたり、アメリカならではの多様性に身を置くことができました。多様な国籍およびジェンダーの方が当たり前のように周りにいて、自分自身もマイノリティとなったことで日本では得られなかった新しい視野も手に入れられたように思います。美しいキャンパスで、憧れていた“アメリカの大学生”になって、貴重な経験をさせてくれた両親には本当に感謝しています。ヴァッサーでの経験を活かし、今後も世界で活躍できる人間になれるよう精進してまいります。



WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

派遣されていた期間

< ヴァッサー大学 >

- ・ 通年 (約 10 ヶ月)

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？ (必要だったスコアは？)

・ まずは一回受けてみたり過去問を解いたりして形式になれました。2 回目で無事に必要なスコアを取ることができたので特別な勉強はしませんでした。留学に行ってから苦労したのでスコアを達成しても英語の勉強に力を入れた方がよかったと思いました。(IELTS 7.0)

ビザの取得はどのようにしましたか？

・ ホームページから申請した後、アメリカ大使館で最終的な面接のようなものを行いました。ホームページで案内されている手順に従ってやれば大丈夫だと思います。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

- ・ 両親と相談しながら決めました。

宿泊先はどのように選びましたか？

- ・ 大学側が用意してくれます。

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

・ 古い建物でしたが、ハリーポッターに出てきそうな雰囲気がある寮で気に入っていました。洗面所が最近改修されたそうで綺麗だったのが個人的に嬉しかったポイントです。交換留学生は一人部屋を与えられますが、部屋にはベッドや机など最低限のものしかなく、キッチン等は共用です。

1ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？ (日本円で)

- ・ 学期の初めに振り込むのですが、前期後期それぞれ食費込みで 7000 ドルほどでした。

1ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

・ 上記のお金に食費も含まれているので、週末にスーパーに行ったり外食をしたりするくらいでしかお金はかかりませんでした。チップの文化もあるので、外食は日本よりも高いように思います。

勉強にかかる費用はどれくらいでしたか？

・ 授業にもよりますが、私が受講していたクラスはお茶大の Moodle のようなものにリーディング課題が載せられていることが多く、あまり教科書は買いませんでした。また教科書も近くの大学ショップでレンタルできたり、中古品を買うことができたりもしました。友人が Amazon Prime に入っていたので、教科書を私の代わりにレンタルしてくれることもありました。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか？

・グループワークなどもあるので日本の大学よりかは親しくなる機会があったように思います。またディスカッションベースの授業なので学生と話す機会も多く、大学内ですれ違ったら声を掛け合ったりするくらいに親しくなれる人もいました。模擬国連の授業は NYC で一週間弱共に過ごすので結束が強く、4 年生のお家で一緒にご飯を食べる等授業外での交流もありました。(後期開講だったので仲良くなってから帰国までがあったという間でしたが…。)

課外活動には参加しましたか？もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

・ちょうど私が派遣されていた時からできた Japanese Association for Students という団体に所属していました。日本に興味がある生徒が所属しており、日本料理を作って大学内で売ったり、日本の映画を見たり、日本文化に関わる様々なことしていました。他にもアルバイトのような形で Japanese Drill Instructor として少しのお給料をもらいながら、日本語初級クラスの生徒の会話練習を担当していました。他にも Intermural のバレーボールマッチに友人らと参加する等、不定期で課外活動のようなものもしていました。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？(週末あるいは長期休暇)

・土曜日に近くのモールまでの無料シャトルバスが出るので、友人らとモールに行って過ごしていました。週末はゆっくりと過ごして疲れを取ったり、溜まっていた課題をこなしたりして過ごすことが多かったです。長期休暇は積極的にアメリカ国内を旅行していました。最終的にカリフォルニア、ラスベガス、グランドキャニオン一帯、ボストン、そしてカナダのバンフを訪れることができ有意義に過ごしました。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

・クレジットカードが不正利用されるというトラブルがありました。日本のカード会社と私本人が電話でやり取りをしなければならなかったのが、携帯電話のプランとして国際電話できるものにしておいて良かったです。

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

・特に思い浮かばないです。心残りがないように楽しんでくるくらいだと思います。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

・教職を取っている関係で一年卒業を遅らせるので、特に何もしていませんでした。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

What I Learned from My Life in Albright College

文教育学部・人間社会科学科

1710405

磯部 沙樹

① 留学準備に関して

交換留学に申請するまでは、必要な IELTS のスコアを取るために必死に勉強しました。また、申請書を作るにあたり、自分がしたいこと、できることは何かについて悩みました。交換留学が決定した後で大変だったことは、先方の大学とのやりとりです。授業を選択したり、ミールプランを選んだり、なんてことのないやり取りに思われますが、説明もメールも全て英語で、とても戸惑ったのを覚えております。また、必要な予防接種の確認が遅かったため、出国前に急いで打つことになりました。中には抗体をつくるために何ヶ月か置かなくてはいけないものもあるので、早めに大学側に尋ねることをお勧めします。また、オルブライト大学は二人一部屋なので、ルームメイトがわかったら、メールなどで挨拶しておく、会ったときに自然と会話が始められます。VISA や航空券など必要な持ち物を揃えると共に、語学力も維持、向上させる必要があります。特に、自分が履修する授業の分野の文章を読んだり、単語を調べたりすると、もっとスムーズに授業に参加できたのではないかと思います。また、自分から頼んで、過去にオルブライト大学に留学経験のある先輩にお話を聞かせていただきました。ご飯や部

屋はどうか、教授はサポートしてくれるか、など具体的な話をたくさんお聞きすることができました。

② 留学中のことに関して

英語圏に長期滞在した経験もなく、英語能力も高くない私にとって、前期はとても過酷なものでした。日本で当たり前でできたことが急にできなくなるのです。授業も課題も自分が持ちうる時間をかけてこなしました。しかし、努力を重ねているうちにクラスメイトに応援してもらったり、教授に褒められたりするようになりました。議論や発言の質はネイティブの学生に劣っても、ディスカッションに参加しよう、せめてレポートでは質の高いものを提出しようと努力していれば認めてもらえるという事実にとっても感動しました。また、人に、自分には助けが必要だ、ということを発信する勇気と大切さも学びました。英語ができなくて恥ずかしい、できないと思われたくない、といった気持ちもアメリカに着いてすぐはありました。しかし、今できなくても向上しよう、と思っている人を見下す人はいないということに気づきました。助けを求めることで、たくさんの International の学生、教授、アメリカ人の友人が助けてくれました。また、そこから深い友情や絆が生まれることもあります。恐らく私がその年に来た International の学生の中で一番英語ができず、泣き虫な学生でしたが、最後の別れの際、何人もの友人が私の英語力の向上に感動したと言ってくれました。これは周りと比べて私が優れている、という

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

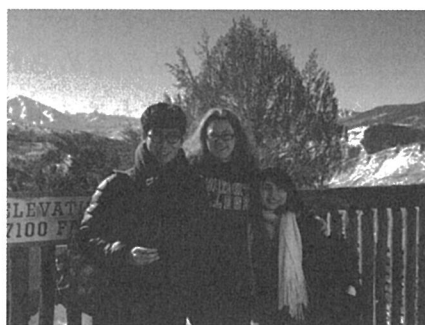
ことではなく、私の中での成長を認めてくれているのです。いつも他人と自分を比較ばかりしている私ですが、自分の中の成長を素直に喜ぶことができるようになりました。

また、人種差別といった日本ではあまり直面する機会の少ない問題についての話を聞くことや実際に目にすることもありました。また、「沙樹はとても日本人らしいね。」と言われ、自分の人種を意識することも多かったです。それは、とても大事な経験で、人種差別を過去のものとして捉えてはならないという視点や他人事ではないという視点を取り入れることができました。また、アメリカでは、真剣に褒めてもらえる機会、褒める機会が多いです。そんなことない、と卑屈にならずに、相手の言葉を受け止め、自分を愛することが大切なのだということも留学中に学んだことの一つです。これはナルシストとは違います。自分の良さを認めることで、自信につながります。自信は、新しい事に挑戦する勇気や、他人のいいところにもっと目を向けようとする力になります。ぜひ留学を通して、自分の弱さだけではなく、強さも見つけ、可能性を広げて行っていただきたいです。私も友人に背中を押され、ダンスやコーラス、アートなど新しくことに挑戦し、新しい自分を発見することができました。

③ 留学後の進路について

留学後の進路は、大学院には進学せず、就職しようと考えております。業界、職種を絞っているわけではありません

んが、日本が国際社会と関係を築くのに貢献できればと願っております。留学をしたことで、英語をもっと好きになりました。留学するまで、また留学してすぐの時も、自分には英語の能力がないのだとあきらめることがありました。しかし、ほんの少しずつですが、聞こえることが増えたり、読んで理解するスピードが上がったり、努力で埋められることもあるのだというということを実感しました。様々な背景や文化を持つ人々との共同生活の中で、楽しいことばかりではなく、衝突や誤解もありました。それでも、膝をつき合わせて話し合ったり、違いを受け入れたりすることで、理解し合えることやお互い尊重することができました。一方で、留学中は日本を俯瞰的に見る機会もありました。もちろん日本がもっといい方向に変わっていける点もありますが、日本の素晴らしさをより知ることができました。この経験は、相手の意見を尊敬し、それと同時に自尊心も持ち、真摯に向き合っていくことにつながっていくと思います。その心得を胸に、



今後の活動に取り組んでいきたいです。



WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート 派遣されていた期間

<オルブライト大学>

・2018年8月27日～2019年5月15日

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

・交換留学に申し込むまで、TOEFLやIELTSを受験したことがありませんでしたので、三ヶ月ほど前からIELTSに向けての勉強を始めました。高校から英語は好きだったのでReadingに力を注ぐというよりは、Speakingや苦手なListeningを勉強しました。私の場合は、交換留学をしようと思ったのが遅かったからですが、早めに準備できるのであれば、するに超したことはないと思います。（IELTS6.0が必要でした。）

ビザの取得はどのようにしましたか？

・個人で、インターネットを見て、ビザの取得の仕方を調べてやりました。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

・お茶の水女子大学からご紹介いただいた旅行会社と保険会社にお問い合わせしました。

宿泊先はどのように選びましたか？

・私の派遣大学では、exchangeの学生は寮に入ることができたので、大学内の寮に入りました。

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

・一つの部屋を二人でシェアする形で、勉強机、ベッド、小さいクローゼットがそれぞれに一つずつと、電子レンジと冷蔵庫があります。プライベートな空間があるとは言えませんが、ルームメイトと仲良くなると楽しく過ごせますし、忙しいので私はほとんどの時間を図書館で過ごしていました。部屋の中は暖房や冷房で温度を調整できますし、シャワーやトイレも各フロアブロックにあります。洗濯機、乾燥機が混み合うことと、キッチンが寮の一つしかないことが時折不便に感じました。

1ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？

・前期（8月27日～12月14日）は四ヶ月ほどで、1日二食の食事付きで65万円ほどでした。食費は前期で26万円ほど（プランによって食べられる回数と値段が違います。）だったので、寮費そのものは四ヶ月で40万円、一ヶ月で10万円ほどだと考えられます。

1ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

・授業があるうちは、出かけたり、食材を自分で買って食事を作ることがなく、生活費は先払いした寮費と食費のみだと思います。そのため、あまり詳しくありませんが、休暇中にニューヨークなどを旅行した際は、具なしのカレーライスだけでも20ドル（2,100円ほど）だったので、日本よりは高いと感じました。

勉学にかかる費用はどれくらいでしたか？

・授業費は奨学金でほとんどカバーされていたので、教材費が勉学にかかる費用と考えると、それは授業によって大幅に変わってきます。1万円ほどする本を買わなくてはならないこともあれば、2,000円ほどですむこともあります。私は、前期に四つの授業をとっており、そのうち三つの授業は教材が必要で、1万6,000円ほどかかりました。ただ、美術などを履修しなければ、もう少し安いかもしれません。

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

・Readingはあまり治安がよいとは言えませんが、近くにWeisやWawaといった小型のスーパーやコンビニ、また銀行もあります。ただ、遊びに行くには車やバスも利用する必要があります。

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

現地の気候はどうでしたか?

・夏は比較的雨が多いですが、日本ほど湿気は多くはありません。冬は、雪が多く降るので、雪用のブーツが必要です。冬の夜は外を出歩くには寒く、顔にマフラーを巻くこともありました。

生活する上で日本から持って行った方が良いものは?逆にいらぬものは?

・食事が合わないという exchange の友達が多かったので、自分に馴染みのある粉末スープやドライフードを持って行くと、疲れたときの癒やしになります。ほとんどのものが、現地で買うことができるので、心配はないと思います。私は、薬は日本のものがよかったので、多く持参しました。アメリカの風邪薬は大きく、飲むのが大変でした。

現地で注意した方がよいことはありましたか?

・夜は絶対大学外にでないことと、荷物を大学内でも置きっ放しにしないということです。お茶の水女子大学のように外部からの侵入を防ぐ門番さんがいるわけでないので、セキュリティの管理(学生カードで寮を開けたら、そのすぐ後を入れてこられないようにすぐ閉めるなど)を自分でする必要があります。時折、部外者による寮内の盗難事件や、ReadingのBarでの強姦事件などがあるのを聞きました。

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか?受講していた場合、クラスの形態(開催時期)・内容・レベルを教えてください。

・英語を第二外国語とする学生に対する特別なクラスはありませんでした。ただ、教授は優しい方が多いので、助けを求めれば、助けてくれます。

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか?また、制約があった場合、どのような制約でしたか?

・exchangeの学生は学部や条件に制約されず、自由に授業を取れます。

1週間に何コマ履修していましたか?また、制度上何コマまで履修できますか?

・一週間に四コマを最高で取っていました。制度上はわかりませんが、ネイティブの友人は五つ授業を履修しており、大変そうでした。一コマにつき、だいたい週に最低三時間の授業はあります。美術の場合はもっと長いです。

授業についていくのは大変でしたか?また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか?

・英語力は高くありませんでしたので、とても大変でした。録音を取る許可を教授に取り、大学に申請し、分からない授業は何度も聞き返しました。また、配布された読み物を読み、分からないことや議論できそうなことを予めノートにまとめ、急なディスカッションに備えました。また、教授のオフィスアワーには必ず訪れ、授業でわからなかったこと、聞き取れなかった部分、課題で理解できないことなどを相談していました。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか?

・アメリカ人の学生全員が他の国から来た学生に興味を抱くわけではありません。しかし、中には自身も留学を経験したため exchange に興味をもつアメリカの学生さんや親しみを持って話しかけてくれる学生さんもいます。現に、私は親友と言っていいほど仲のよい友人ができ、休暇中に家に遊びに行ったり、手続きが分からないとき手伝ってもらったりしていました。今でも小まめに電話をしたりやメールを送ったりしています。自分から話しかけても、中にはもちろんちゃんとした英語が話せないために相手にしてもらえないことだってあります。私は他の exchange の友人にいい人に巡り会えてラッキーだったと言われましたし、その通りだと思います。ただ、恐れずに自分から話しかけて、友人をつくる機会を持ってもらえたら、素敵なことだと思います。

課外活動には参加しましたか?もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

・課外活動は、春休みに大学主催のボランティアに参加しました。二週間ほど、コロラドで家を建設するお手伝いをしました。コロラドはスキーをする場所として有名で、多くの人が別荘を持っています。そのため、地価が高騰し、一般の人が家を購入するのが難しくなっており、Habitatはそれを解決すべく家を建て、安く売り出しています。もう一つは、コーラスに入り、コンサートにも参加しました。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？（週末あるいは長期休暇）

・週末は課題に追われていましたが、短期の休みは international の学生と近くのニューヨークを旅行しました。また、international の学生がやっているグループが土日に遊園地に行ったり、大型スーパーに行ったりするなどの企画を立ててくれるので、それに参加している人も多かったです。冬の長期休みは、international の学生達とポートランドに滞在した後、高校の時にお世話になったホストファミリーを訪ねました。また1月から後期が始まるまでは冬期講習を取ったので、キャンパスにいました。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

・特に大きなトラブルはありませんでしたが、事前にとっていた帰りの飛行機がアメリカから出発にも関わらず、最後の授業を終えたあとカナダに行くことになってしまったことです。交換留学の期間が終わると、少しの間アメリカには滞在できますが、一旦出てしまうとアメリカにはその I-20 では戻れません。私は、観光ビザを取ってアメリカに再入国できましたが、とても焦ってしまいました。

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

・帰国すると後期までかなりの日にちがあるので、予定を立てておいた方がいいと思います。私は、自動車学校、TOEIC、IELTS、インターンシップなどに時間を割きました。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

・6月頃からインターンシップの申し込みが始まっているので、アメリカにいる間もチェックして申し込んでおいた方がいいかと思います。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

マンチェスター大学留学報告

文教育学部人文科学科

グローバル文化学環

1710122 佐藤春花

1 授業

授業は割と自由に自分が興味あるものを取りることができました。ただ、1セメスターに60単位までとなっており、私は1週間に3コース、合計9コマだったので割と余裕のある時間割になりました。私は社会学と言語学の授業をメインで取りました。私が受けたほとんどの授業で講義形式の授業が2時間、少人数のディスカッションの授業が1時間という形式でした。マンチェスター大学はオンライン上のシステムが整っていて授業で使う資料や授業の録音をオンライン上で聞くことができ、勉強するときにとっても助かっていました。授業準備はリーディングがほとんどだったので授業がないときには図書館で授業の資料を読んでいました。また、ほとんどの授業でエッセイが必須だったのですが、エッセイの書き方についてのレクチャーが授業とは別個にあたりしてサポート体制が整っていると感じました。私が一番好きだった授業は多言語社会としてのマンチェスターを調査する授業で現地の学生とグループを組み、インタビューなどの調査を行い、その内容をレポートにまとめるというものでした。また、24時間空いている図書館があ

ったり図書館も夜遅くまで空いていた
り、留学生向けの英語の授業があったり
と勉強へのサポート体制がとても手厚い
と感じました。

2 寮生活

私は Hulme Hall という大学から徒歩 20
分ほどの寮に住んでいました。朝食、夕
食が付いていたのでその分寮費は高かつ
たのですが、料理をしなくて良いという
のはとても楽だったので結果的にここで
良かったと思います。また、最初の週に
寮でウェルカムパーティーがあり、そこ
で友達ができたりするのでウェルカムウ
ィークは色々なパーティーやイベントに
参加してみるのがいいかと思います。

3 課外活動

私は linguistic Society と Japanese
Society でボランティアの日本語のチュ
ーターをしていました。ソサイエティとい
う日本のサークルのようなものに加わる
と友達ができやすいかと思いました。
また、そこで日本語を教えることによっ
て新たな発見があったり、自分は日本語
を教えて相手から他の言語を学ぶとい
うことができたりしてとても有意義な時
間を過ごせました。休暇期間中にはヨー
ロッパが近いということもありチェコ、オ
ーストリア、ハンガリーに行ったりフラ
ンスの友達の家泊めてもらったりして
とても貴重な体験をすることができま
した。また、週末にはマンチェスターの

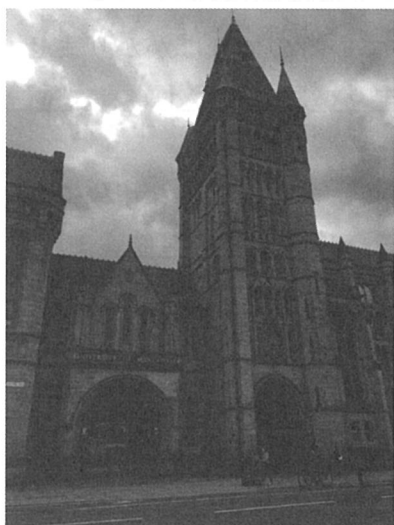
WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

international society というところがオーガナイズしているイギリス国内の日帰り旅行にもいくつか参加して普通の旅行ではいけないようなところまで行けたのがとても楽しかったです。また、その他の時間は友達と出かけたり図書館で勉強したりしていました。

4 マンチェスターについて

マンチェスターは学生の街で、市内にいくつも大学があり、学生の数がとても多くて活気がある街です。また、街は大きすぎず小さすぎずちょうど良い大きさなのではないかと思います。秋にはガイフォークスデイで大きな焚き火が焚かれたり冬にはクリスマスマーケットが市内にできたり、新年には花火があったりとイベントもたくさんあります。気候の面では曇りと雨の日がとても多いです。雨は降ったり止んだりという感じで一日中降り続くことも多いです。少し寒めなので冬服を多めに持って行った方がいいかなと思います。



WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

派遣されていた期間

<マンチェスター大学>

- ・2018年9月から2019年6月まで

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

- ・IELTS6.5が必要だったので大学のIELTS講座をとりました。

ビザの取得はどのようにしましたか？

- ・ビザは2,3ヶ月前から準備してまずインターネットで申し込みをしてビザセンターに行きました。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

- ・航空券も保険も個人手配でした。

宿泊先はどのように選びましたか？

- ・寮にした方が友達ができるかもしれないというようなことを聞いていたので大学に近めの寮を選びました。

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

- ・食事付きの寮でバス・トイレ共同でした。一人部屋だったのでトラブルもなくとても快適に過ごすことができました。

1ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

- ・9万円ほど

1ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

- ・食費は寮費に含まれていたもので1~2万円くらいでした。外食費がとても高いなという印象でした。

勉強にかかる費用はどれくらいでしたか？

- ・テキストや論文はオンライン上で渡されるシステムが整っているのではぼかかりませんでした。

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

- ・マンチェスターの中にもいくつか大学があるので学生が多く、また多国籍な印象でした。

現地の気候はどうでしたか？

- ・とにかく雨が多かったです。降ったり止んだりという感じでした。

生活する上で日本から持って行った方が良いものは？逆にいらぬものは？

- ・冬服は温かいものを持って行った方が良いと思います。ほとんど現地で手に入るのので持ち物に関してあまり心配する必要はないかと思っています。

WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

現地で注意した方が良かったことはありましたか？

- ・ Fallowfield というエリアはあまり治安が良くないということを聞いたので夜間に一人で歩くのは避けていました。

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか？受講していた場合、クラスの形態（開催時期）・内容・レベルを教えてください。

・ Insessional course という学期期間内に開講されるクラスを受けていました。アカデミックライティングやスピーキングにフォーカスした内容でした。初級者～中級者向けかなと感じましたが、ライティングのコースはどのようにエッセイを書くかも指導してもらえるので役に立ちました。

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか？また、制約があった場合、どのような制約でしたか？

私の場合は受けたい授業はその年に開講されていないもの以外は全て受けることができました。

1 週間に何コマ履修していましたか？また、制度上何コマまで履修できますか？

・ 3 コース履修しており、時間数でいうと 1 週間に 9 時間でした。制度上 1 学期 60 単位までとなっているので 3~6 コースが目安だと思います。

授業についていくのは大変でしたか？また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか？

・ セミナーのディスカッションについていくのが語学力、自分の知識ともに足りなくて、大変でした。授業準備はほとんど論文を読む形式のものでした。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか？

- ・ 授業中に隣の人と話して、みたいなきこがあったり、セミナーで話す機会があったので親しくなる機会は多々あると思います。

課外活動には参加しましたか？もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

・ 日本ソサイエティと語学ソサイエティに所属して日本語を教えるボランティアをしていました。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？（週末あるいは長期休暇）

- ・ 旅行か友達と会うか勉強していました。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

- ・ ないです。

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

・ 帰国後の動き方を一通り考えておくのと良いと思います。インターンシップなどは事前に調べておけばよかったと思いました

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

- ・ ないです。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート SOAS での 10 ヶ月間

文教育学部言語文化学科英語圏言語文化
コース 1610273 松山公香

① 留学準備に関して

留学準備は英語の試験を受けることから始まりました。IELTS という英語の試験を、留学 1 年半ほど前から受け始め、留学直前にやっと目標点に到達しました。問題集をやるのはもちろん、大学で後期に開講する IELTS 対策講座を履修したり、留学生にスピーキング練習につきあってもらったりして勉強していました。

現地の情報を集めるために、実際に SOAS に留学経験のある先輩に質問をしたり、SOAS からお茶大にきている留学生と友達になったりと、日本で情報収集をかなり行ってから出発しました。SOAS からの留学生は、IELTS の面接練習につきあってくれたりもしました。



② 留学中のことに関して

勉強はもちろん、ボランティア、アルバイト、オーケストラなど、様々なことに挑戦してみました。授業は 3 ターム制で、Term1 と Term2 でそれぞれ 4 つずつ授業を取り、Term3 で Term1 と Term2 の授業のテストを一気に行います。この制度に慣れていないため、テスト期間はかなり大変でした。先生によりますが、多くの授業は Lecture と Tutorial に分かれて

いました。Tutorial とは、少人数のクラスで、lecture で分からなかったところを質問したり、ディスカッションしたりする時間でした。この tutorial のクラスが私にとって非常に難しいクラスで、毎回、何を発言するかメモしてから臨みました。それでも、英語力の低さだけでなく、授業内容に関する知識の少なさのためにうまくクラスに参加できず、落ち込むことが多かったです。ただ tutorial に限らず、lecture の中でも学生は自由に発言し質問していて、時には議論が始まるくらい、どのクラスも活気がありました。授業は自分の専攻の授業を中心に取りましたが、自分の専攻でもお茶大では扱っていない分野の授業を取ることができ、多様な考え方ができるようになったと思います。学校に行く時間は、日本にいる時よりも格段に少なかったのですが、その分、自発的な学習がかなり重要視されているように感じました。勉強熱心な学生が多く、図書館はいつも多くの学生であふれていました。非常に刺激的な環境でした。

ボランティアは、学校内で、日本語専攻の学生の授業に入り、現地学生と一緒に日本語でディスカッションをしました。内容は、イギリスの EU 離脱から日本の安倍談話まで、様々でした。日本人ではありますが、ボランティア前にディスカッション内容の予習は必須でした。現地学生の日本語能力の高さに圧倒され、

WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

自分の英語学習のモチベーションになりました。

アルバイトは、寮近くの日本食レストランで週1回程度働きました。日本食を英語で説明するのがいちばん難しかったです。英語を使った接客は慣れるまでは大変でしたが、常に笑顔で頑張っていたら、あるお客様に「今まで出会ってきた中でいちばんのウェイトレスだ」と言っていただき、非常に嬉しかったのを覚えています。

オーケストラは、学校ではなく一般の団体に加入し、合計3回のコンサートに出演しました。最初は指揮者の指示が全く分からなかったのですが、だんだんと分かるようになっていき、毎回の練習が楽しかったです。勉強の良い息抜きにもなりました。

留学前、留学したら自然と英語が話せるようになるのかなと思っていましたが、当然そのようなことはなく、留学中も自分の積極性が非常に大事だと痛感しました。授業で隣に座った人に必ずしゃべりかけようなど、目標を設定して、英語をしゃべる機会を増やしました。クラス内には様々な人種、年齢層の生徒がいて、日本人である私もクラスで浮くことはありませんでした。クラスメイトや先生から当たり前のように受け入れられ、特別扱いなしにみんなと同じように接してくれました。それは学校内に限らず、ロンドンの街全体がそうでした。道を歩

けば、多くの人種とすれ違い、英語でない言語がたくさん聞こえてきました。ロンドンが「人種のるつぼ」と言われている意味がよく分かった気がしました。

大学はロンドンでもかなり中心の地域にあり、大英博物館へは徒歩3分で行ってしまふような場所です。ミュージカルを行う劇場や大きなショッピング街も徒歩圏内で、ロンドンという街を存分に楽しむことができました。イギリスはほぼ全ての博物館や美術館に無料で入場できます。コンサートやミュージカル、バレエ、演劇などの公演は毎日のように行われており、唐突に行きたいと思ってもチケットを買って見に行くことができるような環境でした。また、無料コンサートなど、文化的なものに触れる機会が多くの人に開かれている点も印象的でした。

たくさんの人と出会い、たくさんのごことを経験できた留学でした。日本を出てみることで自分の世界が広がったうえ、日本についてさらに考えるようにもなりました。留学に挑戦してよかったと、心から思っています。



WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

交換留学報告

文教育学部人文科学科グローバル文化学

環 3 年 1710103 池水香有子

1. 留学準備に関して

私は大学入学以前から、お茶の水女子大学に入学したら協定校であり、開発学で有名なロンドン大学アジア・アフリカ研究学院(SOAS)に留学したいと思っていました。これは将来、国際協力の仕事に携わりたいと思っていたためです。大学1年の夏休みにはこのSOASに3週間の短期留学をし、自分の英語での発言のできなさや経験の少なさを実感しました。そこで、大学以前の海外経験がほとんどない私はできるだけ早く海外経験を得て、様々な見識を積みたいと思い、SOASでの交換留学に応募しました。この交換留学では当初、学部の授業での交換留学の予定でしたが、IELTSの点数が足りず、6月になってからELASという英語と特定の科目を学ぶコースに変更することになりました。留学準備中は必要な点数を取ることができなかつた自分の不甲斐なさを感じていました。また、以前同じ大学での短期留学で、私は海外で生活することや、今までと異なつた授業形式に慣れるのに時間がかかり、つらかつた経験が思い出され、出発前はとても不安でした。しかし、同じSOASに留学する友人と連絡を取り合いながらビザや航空券の手配をするうちに、当初の目的の通り、様々なことをたくさんチャレンジ、経験して帰ろうと思うようになりました。

2. 留学中の勉学に関して

留学先のコースでは3タームの中で英語の授業と、選択した科目を



受講することができました。私は、社会科学を選択したので、1ターム目は国際政治経済学、2ターム目は国際関係学、3ターム目は開発学を学びました。この社会科学の授業は毎回、レクチャーの後にそのトピックについて質問やディスカッションをするクラスがあつたのでとても理解が深まり、自分で考え意見を持つことができるようになりました。また、毎回のターム末にそのタームで学んだ社会科学のトピックについてエッセイを書いたので英語の文献を調べ、考えをまとめるよい機会になりました。英語の授業ではそのような学術的なエッセイの書き方やプレゼンの仕方を学ぶことができ、英語で学術用のエッセイやレポートを書いたことのなかつた私にはとても有益な授業でした。その他にメディアやアートの授業を取つたり、学部の授業を聴講したりすることができました。これらの授業を通して、留学前は控えめで自分の意見をあまり主張できなかつた私も、毎回のトピックについて自分なりに考え自ら進んで発言し、また教授や他の学生の意見から考えを深めることができるようになったと思います。留学先の大学は日本人も多く、特に最初は日本語を使つてしまう場面も多かつたです。しかし、日本語のコースのある大学なので日本に興味のある現地の学生も多く、友人を作りやすい環

WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

境だったと思います。そして、SOASはロンドンの中心にあるので、ミートアップなどの友人を作ることのできるイベントが多くあり、しばしば訪れていました。

3. 留学中の生活と課外活動

寮は一人部屋で居心地はよかったです。キッチンが7人で共有していたので、騒音やものの貸し借りなど小さなトラブルも起こりやすかったです。しかし、問題がある時ははっきり伝えたり、相手の文化を学んだり、話すことで最終的には解決することができました。長期休みには、他のヨーロッパの国に旅行に行ったり、ロンドンに多くあるミュージカルや美術館で訪れたりすることができ楽しかったです。課外活動に関しては、日系のスタートアップの企業での長期のインターンを通して、最新のテクノロジーについて調べたり、今までやったことのなかったプログラミングを勉強しながらデータ分析をしたりしていました。また、ロンドンの住民の交流の場として野菜の栽培に取り組んでいるコミュニティーガーデンや、環境保護のため森林管理などを行っている田舎にある家庭でボランティアも行いました。どれもやったことのない初めてのことでしたが、知らなかった考え方や取り組みを知ることができてとても良い経験になったと思います。

4. 留学後の進路

留学を通して、当初の目的の通り様々なことを経験し、今まで知らなかった考え方や環境に触れることができたと思います。そして、留学中の興味深かった授業やインタ

ーン、ボランティアを通してこれからの研究テーマや職業について絞ることができました。これらの経験の中で、今まで関わりの少なかったアフリカやヨーロッパの人々と出会い、いくつかの国の現状を学んだことで、これからは私が社会や誰かの役に立てるようになりたいと強く思いました。残りの大学生活ではさらに勉学に励み、役に立てるような人間なるために努力したいと思います。



WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

イギリス・ロンドン SOAS 留学を終えて

文教育学部 人文科学科
比較歴史学コース
菊地瑞穂

【留学した理由】 高校生の頃から「大学生になったら留学してみたい」と思っていたので、大学1年次の夏にオーストラリアへ短期留学をしました。ホームステイをしたり、多国籍な環境の中で授業を受けたりと、本当に刺激的な1ヶ月間でした。一方で「英語が話せれば、もっとホストファミリーと会話できたのに」「授業中や放課後に、友人ともっと深い議論ができたのに」など、英語力不足故に逃したり、諦めたりした機会が多くあるように感じました。当たり前ですが、どんなに意見や意志があっても、それをアウトプットできなければ、誰かに伝えることはできません。これらの経験から「これからは言語の壁を理由に目の前の機会を逃したり、将来の可能性を狭めたりしたくない」と思い、長期留学に挑戦することにしました。

【授業について】 留学先はロンドン大学東洋アフリカ研究学院 (SOAS) の ELAS コース (English Language and Academic Studies) を選びました。ELAS では Academic Subject を学びながら、同時に語学力 (プレゼンスキルやエッセー執筆力) の向上を図れることに、魅力を感じたからです。結果として、そのどちらも達成することができる、大変充実したプログラムでした。Academic Subject は Social Science、Humanities、International Business Studies の3科目の中から選択でき、私は Social Science を選びました。毎学期末にはテストの他に、学んだトピックに関

するエッセーの提出とプレゼンテーションの発表が課されます。私が特に苦戦したのはプレゼンテーションでした。本番の一週間前に授業で発表練習をする機会があったのですが、「練習だからいいかな」と思い、書いたスクリプトをほぼ丸読みしてしまいました。すると先生に厳しく叱責され、その後ほぼ半泣き状態でプレゼンを改善し、何度も練習したのを今でも覚えています。プレゼンテーションに必要な様々なスキルを学んだことは勿論ですが、人前で堂々と発表する度胸もかなり身につきました。

【留学を通して学んだこと】 留学を通して、大きく3つの学びを得たと思います。一つ目は「語学力」についての考え方です。留学を志した理由でも書いたように、私の留学の大きな目的の一つが、語学力を向上させることでした。以前の短期留学の際に、消極的になってしまったのは、語学力不足が原因だと考えたからです。しかしながら、留学先のクラスでは、語学力が向上に比例して、授業中の発言量が増えるという訳ではありませんでした。そんなある日、韓国語を学んでいるイギリス人の友人に「あなたが英語を話すように、私も韓国語を話せるようになるのが目標だよ」と言われました。もちろんお世辞だったのかもしれませんが、その言葉を真に受け、その日を境に、授業中に積極的に発言したり、ボランティアなどの課外活動に参加したりするようになりました。要はありのままの自分を受け入れて、一步踏み出す勇気が一番大切だということに気付くことができました。

二つ目はキャリアに対する考え方です。イギリスでは、フリーランスとして働きながら大

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

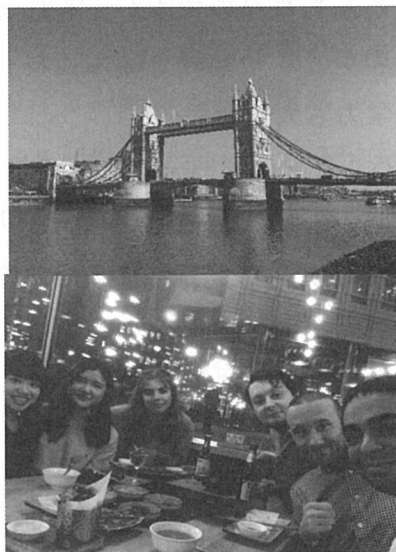
学や大学院に通う人、進学や就職する前に、ボランティアやインターンシップなどの活動を行う期間（gap year と呼ばれる）を設ける人、子育てをしながら留学に来ている人など、本当に様々な生き方の人に出会いました。日本では「大学卒業後はすぐに就職する」というように、多くの人が同じようなルートで人生を歩いていくように思います。しかし、留学を通じて、自分にも様々なキャリアの選択肢があることに気付くことができました。日本で就職活動をする前に、自分がこれからどういったキャリアを歩みたいのかを真剣に考える機会を持てたことは、とても貴重な経験だったと思います。

三つ目はすばらしい友人達との出会いです。心から尊敬する友人に何人も会うことができました。また私は Dinwiddy House という大学の寮に住んでいたのですが、最終的にはフラットメイトは家族のような存在になりました。留学中、時には心細くなることもありましたが、「寮に帰ればフラットメイトがいる」という安心感は、本当に心の支えとなりました。

【まとめ】帰国後、就職活動の面接でよく「留学で最も成長したことは？」と聞かれます。もちろん1年間の経験をまとめるのは難しいですが、一言で表わすならば「夢を持てるようになったこと」と答えます。Social Science で国際政治経済学や開発学（途上国などの開発課題の解決方法を研究する学問）を学んだことや、実際に女性差別に経験した

ことのあるクラスメイトの実体験の話を聞いたりしたことで、今まで自分が「日本」という国で、当たり前だと思っていた生活や環境が、いかに恵まれていたのかということに身にしみて感じました。これらの経験から、漠然としていますが、将来は「日本の高い技術力を海外に広めることで、人々の生活を豊かにする」、そんな仕事に携わりたいという夢を持つようになりました。

このような貴重な機会を与えてくださったお茶の水女子大学や SOAS・ELAS の教職員の皆様に本当に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。



フラットメイトとの食事

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

イギリス、ロンドンでの学び

文教育学部言語文化学科

学籍番号 1610211 岩澤ひかる

① 留学準備に関して

ビザについて

私の場合は、6ヶ月未満の short term student visa だったため、渡航前の日本に在る間に取得する必要がありませんでした。必要書類を入国審査時に全て揃えていれば、すぐにビザを取得することができます。

留学を終えてみて感じたことは、留学準備に関して語学力をできる限り伸ばしておくことはもちろん大事なのですが、それと同等に重要なのが、広い知識を備えておくことです。語学力も大切だが…

私の大学では、自身の専門分野だけでなく、ジェンダー、監視社会、開発、グローバリゼーション、教育、文化など非常にテーマのバラエティに富んだディスカッションをする機会が多くありました。語学力がいくら備わっていても、その時々で出された話題に関して、深く考え自分なりの意見を持つための知識が備わっていなければ、ディスカッションで発言することがとても難しいです。周りの多くの留学生在が苦しんでいたのはこの点でした。しかしお茶大でのリベラルアーツの授業や、私が所属するグローバル文化学環での広く深い、実践的な学びがあったおかげで、ディスカッションに積極的に参加することができ、自身にとって有意義な留学にすることができました。私の留学が成功した要因の一つには、お茶大の専門分野のみにこだわらない、学問分野の

垣根を越えた授業プログラムがあると思います。

② 留学中のことに関して

大学生活について

SOAS は、ロンドンの中でも特に多宗教、多民族、多国籍と非常に多文化で活気のある場所だったと思います。また、大学職員によるストライキも多く、ストライキのスピーチが行われた際に立ち止まって聴く大勢の学生を見かけたことから、イギリスの人々の人権や生活保障に対する関心は高いように思えました。



Society と呼ばれるサークルの勧誘が行われている、新学期のキャンパスの様子。



大学のキャンパスの一部で、ワーナーブラザーズの映画制作が行われ



英語のクラスで一緒だったクラスメイトと。

感銘を受けたイギリスの社会的側面
イギリスのケアに関する対応には感銘しました。

大学では、障害や病気による特別な配慮を

WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

申請する場所があり、重要事項を一通り伝えただけで、情報システムに入力・登録、手続きがすぐに完了するようなシステムが存在していました。日本では、これほど簡単に申し出て、迅速に対応できるようなことはあまり無いと思います。障害は、当事者が持つものという概念ではなく、社会が作り出すものなのだと改めて思いました。

留学中、祖父が他界しました。願わくばお葬式に参列し、お別れを言いたかったのですが、途中帰国も叶わず非常に苦しい思いをしました。家族から訃報を聞いた翌日は精神状態が悪く、授業に出られるかどうか分からなかったため、大学に欠席の連絡をしたところ、お悔やみの言葉とともに、学生が1日も早く平穏な状態に戻ることができるよう大学内外のカウンセリングを受けられる場所を記した、PDF版のリーフレットをメールでいただきました。このようにある状況が起こった時にどのように適切に対応すべきかということがガイドラインとして大学に当たり前前に存在していることが、本当に素晴らしいと感じました。

また、友人が盗難に遭ってしまい、警察に連絡した際には、初めに「心のケアは必要ですか」という質問をされたそうです。大学だけではなく、社会全体としてそのような配慮が当たり前になされるのだと知り、今まで分からなかったイギリス社会の側面を見ることができました。

③ 留学後の進路について

留学を通して自分がどのような大人に、人

間になりたいかがわかるようになりました。留学に来るまで、大学や中高など、身を置く環境は自然と自分がじっくりとくるような居心地の良い場所を選んでできました。だからこそ、そこで出会った友人や先輩、後輩と関わる中で、人間関係やコミュニケーションの取り方についてあまり悩むことがなく、特に意識する機会がありませんでした。しかし、今までとは打って変わり、留学先で会う人は、どのような人たちがいるかと一括りにして表現するのが難しいほど、非常にいろんな人がおり、ランダムでした。

彼らに出会ったことで、多種多様な価値観と各々の性格に基づいたコミュニケーションの仕方があるのだと実感し、コミュニケーションの仕方によっては相手に不信感を募らせたり、またその一方で思いがけず深い話まで聞いたことで新たなことを学ぶことができたりするのだと実感しました。だからこそ人との関係構築に大きく影響を与える、日常でのコミュニケーションは軽んずる事ができない難しいものだと思うようになったのです。

そのような事を体験したことで、私はこれから出会う人や周りの人との深い人間関係を築くためにも、コミュニケーションを大切にしたいと思うようになりました。



テムズ川。イギリスの空はいつもグレーという印象がありましたが、綺麗な青空の日も意外と少なくない

WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

派遣されていた期間

<S O A S>

Aさん：2018年9月～2019年7月

Bさん：2018/8/24～2019/6/14

Cさん：2018/09/25～2019/03/22

Dさん：2018年9月から2019年7月

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

Aさん：必要なスコアはなし

Bさん：必要だったスコアは、IELTSの各項目7.0以上でした。留学1年半前くらいからIELTSを受験し始めました。練習問題をたくさん解き、お茶大で毎年後期に開講されるIELTS対策講座も取りました。スピーキングは、留学生にお手伝いしてもらったこともあります。結局必要なスコアには達することができず、pre-sessional courseを留学先で取ることになりました。

Cさん：スコアについてはあまり気にしていませんでした。

Dさん：個人でオンラインレッスンを受けたり、ランゲージ・スタディー・コモンズの参考書で勉強したりして準備しました。（学部の交換留学の予定だったのでIELTS6.5が必要でしたが、足りなかったのでコースを変更しました。）

ビザの取得はどのようにしましたか？

Aさん：インターネット等で調べながら取得した。

Bさん：長期留学生用のTier 4 visaという種類のものを申請しました。オンラインで申請書を作成し、必要書類をそろえ（入学許可証など）、日本のvisaセンターに申請しに行きます。

Cさん：6ヶ月未満のshort term student visaだったため、事前取得は必要なし。必要書類揃えて、現地空港にてビザをもらいました。

Dさん：留学先の大学から送られた資料を参考にして個人で必要書類を集めました。留学前で忙しく、不安になるため早めに始めるべきだったと思います。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

Aさん：航空券はJTBで学生用の往復チケット(帰りの日程変更可能)を購入。保険はOSSMAの学校説明会で紹介された保険に加入した。

Bさん：航空券は、留学説明会で紹介された、留学生向けのプランがある会社で手配しました。往復の航空券で、安く取ることができました。復路は留学中に日程を替えることもできました。海外旅行保険も留学説明会で紹介された、「たびほ」というものを利用しました。ネットで申し込むことができたので楽でした。

Cさん：全て自分で手配しました。acceptance letterが来るのがギリギリで、手配や準備は渡航2,3週間前にやりました。

Dさん：航空券は帰国日を変更できるJTBの往復チケットを購入しました。往復で20万円程度だったと思います。海外旅行保険は東京海上日動のものにしました。

宿泊先はどのように選びましたか？

Aさん：大学の寮

Bさん：大学の寮を申請しました。

Cさん：寮は申請したものの、レスポンスが悪く、渡航前にaccommodationが全く決まらなかったです。とりあえずお茶大から既に1ヶ月早く前乗りして、同じ大学に留学している子の寮の部屋で1週間ほど居候してました(すみません...)。居候させてもらっている1週間の内に、現地の不動産的な所に行き、share flatの賃貸契約しました。

Dさん：留学先の大学が提携している寮の中から安くて近いものを選びました。大学からそれらの寮の案内のメールがありました。

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

Aさん：快適ではない部分もあるが、問題なく住めた。

Bさん：寮でしたが個室で、キッチンで5~6人程度でシェアする形でした。部屋は広く、住みやすかったです。

Cさん：大学から地下鉄と徒歩で40分ほどのzone3にあるshare flatでした。頻繁にトイレが詰まるや、ボイラーや電気？が壊れるやで、サバイバル感強めの住み心地でした。

Dさん：ほとんどの学生が同じDinwiddy Houseという寮に住んでいたのので、友達も作りやすく過ごしやすかったです。寮は1人部屋ですが、7人ほどでキッチンを共有していました。またトイレやシャワーもそれぞれの部屋についていました。

1ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

Aさん：10万円程度

Bさん：10万円弱

Cさん：7.5万ほど

Dさん：10万円ほどです。

1ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

Aさん：10万円弱程度

Bさん：野菜や果物は安いですが、物価は全体的にとっても高いです。

生活費は月によってバラバラですが、だいたい3~5万程度だったと思います。

Cさん：3~5万くらい、東京より物価高くて辛かったです。

Dさん：6万円から7万円弱 物価は東京と比べてとても高いです。

勉強にかかる費用はどれくらいでしたか？

Aさん：特になし。テキストは支給された。

Bさん：教科書は買う必要の無い授業を取っていたので、文房具代だけでした。学期始めにノートを買うのに1000円ほど使うくらいでした。

Cさん：費用はほとんどかかりませんでした。ELASの美術館を回るArtの授業がありましたが、そこでは参加自由で有料の美術展を見ることもありました。トータル4,000-5,000円くらいかかった気がします。

Dさん：教科書は2冊ほどしか買わなかったのので、それほど必要ではありませんでした。

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

Aさん：留学生が多く、国際色豊か。

Bさん：多くの大学が集まっているエリアで、とても落ち着いていました。近くに大英博物館があり、その周辺は観光客でいつもにぎわっていました。

Cさん：大学が都会のど真ん中にあり、芸術や散歩、ショッピングなど、ロンドンを楽しむには最高のロケーションです。

Dさん：大英博物館まで3分程度というロンドンの中心なので都会でした。周辺は大学や公園があり、人は多いですが落ち着いた雰囲気だと思います。

現地の気候はどうでしたか？

Aさん：イギリスなので、雨が多いイメージがあったが、そうでもなかった。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

B さん：8 月末に行きましたが、朝などは上着が必要なくらい涼しかったです。冬の寒さ自体は東京と変わらないくらいでしたが、寒い期間がものすごく長かったです。10 月くらいから 4 月くらいまでかなり寒かったです。

C さん：それほどイメージより暗い天気ではありませんでした。晴れて青い空を見ることがかなり珍しいという訳ではありませんでした。

D さん：冬は東京と同じくらいの寒さで、夏は日本より涼しく過ごしやすかったです。雨や曇りの日が多いですが、空気がいつも乾燥していました。また、留学中はほとんど長袖を着ていました。

生活する上で日本から持って行った方が良いものは？逆にいらぬものは？

A さん：生活消耗品は基本的に買えるが、基礎化粧品や薬は持って行った。クレジットカードは Visa と Master の両方を持って行った方が良いと思う。

B さん：風邪薬や頭痛薬などは日本から持って行った方が安心です。文房具なども高いので、ある程度持って行く方がいいと思います。

服は安く買える店があるので、そこまで大量に持って行く必要はないと個人的には思います。

C さん：変換プラグです！3,4 個くらいは絶対あった方がいいです。

ドライヤーは現地で調達した方が良かった気がします。ドライヤーと変圧器を持っていき、持って帰るのも重く邪魔になります。

D さん：ジャパンセンターなどでほとんどの日本のものは買うことができます。しかし、保温保冷のできる水筒やお弁当箱はあったら便利だと思いました。また、留学中にロンドンキャリアフォーラムやボストンキャリアフォーラムに行く場合はスーツを持っていくとよいと思います。

現地で注意した方がよいことはありましたか？

A さん：私は被害は無かったが、盗難の被害に遭っている友人が数人いたので、人混みでは常に注意は必要。

B さん：幸いなことに私はスリに遭いませんでしたが、周りの多くの留学生が何かしらすられていました。特に観光地を歩くときやパブにいるときは、かなり慎重になった方がいいと思います。

C さん：スリと、公共の場にたまにいる危なそうな人

D さん：スリにあう友人が多かったので、気を付けた方がよいと思います。

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか？受講していた場合、クラスの形態（開催時期）・内容・レベルを教えてください。

A さん：いいえ。

B さん：正規の授業が始まる前に、pre-sessional course という語学コースを取りました。1 ヶ月コースから 3 ヶ月コースまであって、IELTS の点数に応じてコースが決まります。午前はライティング、午後はディスカッションの授業でした。ディスカッションの授業は自分の興味に合わせて授業を選べます。アカデミックな内容が中心で、コース最後には 2000 words のエッセイとプレゼンが課されました。院生も一緒に取るので、レベルは高めでした。

C さん：ELAS 自体半分、語学に特化したプログラムでした。

クラスは、はじめにテストで A1, A2, A3, A4 と能力別に振り分けられます。

オーラシーとリテラシーのクラスがありました。

D さん：受講しました。3 タームあり、1 タームごとにレベルが上がるコースでした。内容はリテラシーとオーラシーのクラスがありました。リテラシーでは学術的なレポートや論文の書き方、読み方について、オーラシーではプレゼンやディスカッションの進め方などを行いました。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか？また、制約があった場合、どのような制約でしたか？

A さん：希望者は 2 学期目から一つの授業を聴講可能。

B さん：交換留学生は基本的にどの学部の授業も取ることができました。

C さん：ありました。語学クラスが、A4 以上だと、学部の授業も受講可能でした。

D さん：2 ターム目から学部の授業を聴講をすることができたので、聴講していました。コースの授業と重ならない限りどの授業でも聴講することができました。

1 週間に何コマ履修していましたか？また、制度上何コマまで履修できますか？

A さん：1 コマ 1 時間の授業が週に 12 コマ

B さん：1 週間に 4 つの授業を履修していました。1 つの授業に講義とチュートリアルがあるものもあったので、コマ数自体は 4 より多かったです（1 学期は 6 コマ、2 学期は 5 コマ）。制度上、1 学期につき 4 つの授業までしか受けられませんが、聴講の制度があります。

C さん：10~15 コマくらい

D さん：1 時間の授業を 19 コマ履修していました。全員 19 コマだったと思います。

授業についていくのは大変でしたか？また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか？

A さん：毎週課題はあったが、しっかり勉強すれば終わらない量ではない。期末のレポート前はかなり忙しい。

B さん：最初は先生の言っていることも学生の言っていることも分からず大変でしたが、先生の言っていることの聞き取りは早い段階で慣れました。学生がしゃべっていることへの理解には、最後の方まで苦戦しました。授業によっては毎回リーディングが求められるものもあったようですが、私の取っていた授業は特に予習無しでも大丈夫なものが多かったです。チュートリアルでは、毎回、講義で分からなかった点と自分の意見を聞かれたので、レクチャーの復習をしてある程度何を言おうか考えてから臨んでいました。課題は、長期休暇中に期末レポートが課される授業が多かったです。

C さん：授業自体は大変ではなかった。丁度よい。

Social Science を受講していたが、毎回の準備としてのリーディングの量が膨大だった。

D さん：最初は授業内で発言することができず、少し大変でしたが発言するように努力すると慣れたので楽しかったです。課題は毎週レポートを書いたり、プレゼンの準備をする程度でしたが、期末に書くエッセイは時間がかかり大変でした。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか？

A さん：大学のサークルに参加したり、フラットメイトなど、親しくなる機会は沢山ある。

B さん：自分の積極性次第だと思います。私は必ず誰かの隣に座るように心がけ、話しかけるようにしていました。一緒にお出かけできるくらい仲良しの友人も授業内でできました。日本学科の授業で学生の話し相手になるというボランティアに参加し、その後仲良くなったケースもあります。

C さん：親しくなりました。クラスが小規模なので、お茶大のゼミみたいな雰囲気でした。

D さん：留学生用のコースだったので、授業内では現地の学生と関わりませんでしたが、他の国から来た留学生とは親しくなることができました。

WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

課外活動には参加しましたか？もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

Aさん：言語交換サークルに参加したり、現地の小学校で日本文化を教えるボランティアに参加したりした。

Bさん：週1で、Japan society という日本語を学んでいる人や日本に興味がある人のサークルに参加していました。Language exchange が目的なので、活動時間の半分は日本語、半分は英語で話す、というようになっていました。気が向いたら参加する、という程度でした。

もう一つ、社会人向けのアマチュアオーケストラに所属していました。Japan society で知り合った日本人の方に誘っていただき、入ることができました。楽器はレンタルして、週1で練習に通い、合計3回のコンサートに参加しました。とても貴重な体験でした。

Tier4 ビザは、制限はありますがアルバイトができるので、週1で日本食レストランでアルバイトもしていました。

Cさん：しませんでした。週末の旅行やお出かけに夢中でした…笑

Dさん：学部の日本語コースの学生のためにボランティアで授業に参加し、日本の問題についてディスカッションをしました。また、ジャパソサエティーというクラブで友人と作ることができました。他に、日系のスタートアップの企業でインターンをしたり、ロンドンのコミュニティーガーデンや郊外の農家でボランティアをしたりしました。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？（週末あるいは長期休暇）

Aさん：友人と出かけたり、旅行も沢山した。

Bさん：週末は家でんびりしたり、課題をすることが多かったです。長期休暇は国内や国外を旅行しました。授業それぞれ期末レポートの課題が長期休暇中に出るので、勉強もしていました。

Cさん：ヨーロッパ旅行と、就活、卒論準備、英語力キープのための勉強

Dさん：ロンドンからは他のヨーロッパの国への航空券が安いので旅行したり、インターンをしたりしました。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

Aさん：クレジットカードが一度スキミングされたが、すぐに対応したので、被害額は保障され、特に大きなトラブルではなかった。

Bさん：特に大きなトラブルはありませんでした。強引に物を売りつける商法の店に入ってしまう商品を買ってしまったことはありましたが、生活に支障が出るほどの大きな被害にはなりませんでした。

Cさん：特にありません。

Dさん：特に大きなトラブルはありませんでした。

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

Aさん：

Bさん：私は帰国してすぐに大学の授業に戻る予定だったので、入寮の手続きや履修登録の手続きなどをおきました。

Cさん：特にありません。

Dさん：私は2年後期から3年前期で留学に行ったので留学中から就活を始めておくべきだったと思いました。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

Aさん：就職活動を意識してやったことは無いが、留学経験自体が就職活動に役に立っている。

Bさん：院試にフランス語があるので、現地で問題集を買って少しでも勉強していました。4年で卒業するために、卒論についても少しでも手を付けていました。しかし、ほぼ現地の学習や生活に集中していました。

Cさん：就活は留学中もやってました。テスト期間と被り必死に両方をこなしていた状況でした…具体的には、ウェブ説明会視聴。ES提出、ウェブテスト受験。スカウトサイトを活用し、スカウトしてきた企業との面談。

Dさん：ロンドンキャリアフォーラムで業界を知るようにした程度しかやりませんでした。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

イタリア留学の振り返り

イタリア語も履修した。

生活科学部 人間生活学科

寮では私以外の 160 人弱全員がイタ

生活社会科学講座 3 年 西前日花理

リア語話者だということもあり、積極的に
周りとお話することでイタリア語を 0 から始
めたアジア人というハンデをカバーする
ことができていたと思う。しかしそれ以上
に、イタリア語コースは世界中から来た友
達と様々なことについて議論するフィー
ルドを与えてくれたこと、イタリア語とい
う語学の美しさを教えてくれたことが、私
がこのコースの履修を 1 年間継続した大き
な理由だった。特に各国から集まったイタ
リア語初心者たちにはそれぞれ千差万別
の理由があり、私自身のライフプランを見
つめ直す機会となった。皆、日本という周
辺諸国と切り離された島の上で暮らして
いては考えつかないような人生を抱えて
いて、特に東欧や北アフリカから職とより
良い生活を求めて移り住み、まさに生きる
ため、職と在留資格を得るために語学を生
んでいる友人の姿は大きな刺激となった。
同時に、自身もここでは先進国・発展途上
国の別のないアジア人に過ぎず、もはや
観光客でもない以上、イタリア社会に生き
る一員として公用語を理解する努力をす
べきであり、「白人なのに英語を話さない
なんて」等とその社会の多数派かつ先住民
であるイタリア人を勝手な固定観念をも
って糾弾する権利などないのだと目が覚
めた。当初は語学留学の予定ではなかった
が、このような経緯で積極的に取り組んだ
結果として、イタリア語も中級レベルまで

はじめに、この一年で得たものを全
て記すには、このスペースは小さすぎると
いうことを断っておきたい。成長の機会と
して 1 年間に有意義に使おうと心に決めて
渡伊したが、想像をはるかに超える収穫に
自身の情報処理能力が追いつかず、日々の
気づきを忘れないうちにと必死に書き留
める生活をしてきた。今回はそれを抜粋し、
留学の成果として記しておきたい。

私が留学したのはパヴィア大学、産
業の中心地ミラノから電車で 30 分ほどの
ところに位置し、650 年の伝統を誇る大学
だ。パヴィアの街は学生街で活気があるが、
滞在したコレージョ・ヌオーボは女子教育
に力を入れた独自プログラムが特色の女
子寮で、中心地から 1km 強離れたところに
あり、閑静で勉強に適した環境だった。当
初、世界のジェンダー問題についての授業
を受講するはずが教授の急逝により急遽
国際関係学を専攻することになったが、結
果的に未知の領域に踏み込んだことによ
り自らの視野が広がり、新たな世界の見方
を知ることができたことも、良い経験だっ
た。また、語学への関心はあまりなかった
ものの、寮の管理人の方々を含めた街での
英語の普及率の低さゆえ、必要に駆られて

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

話せるようになり、大学内外を問わず自身の交流の輪が更に広がったことは本当に大きな収穫だった。

一方の国際関係学のコースの中で最も印象的だった二つを紹介したい。「国際関係と倫理」と「国際機関におけるネゴシエーションの論理と実践」という授業だ。双方ともに大学院の授業で、クラスメイトは 20 名強、そのうちイタリア人は 5 名程という国際色豊かなクラスだった。「国際関係と倫理」は国際正義について参考文献を読み、講義を受け、ディスカッションにて事例を検証し、ディベートを行うという授業形式で、英語の難解な文を読み慣れていない私にとっては、膨大な参考文献を読み、理解し、それについて自分の考えを持った上で授業に参加するという事前準備から一苦勞であった。加えて授業内では、人権と国家主権の衝突等、答えのない問いを投げられることが多く、延々と考え続ける日々を苦痛に感じることもあった。致命的だったのは倫理学の基礎知識の欠如である。最後に倫理を学んだのは高校生の頃、という私にとって、大学院の授業についていくことは付け焼き刃にしかならず、単語の日本語訳を見てもその言葉の意味が分からないという事態が相次いだ。そのため「試験は卒業までに合格すれば良い」というイタリアの試験制度を駆使し、1 学期に受講していたこの科目の期末試験(国際正義に関する事例を一つ挙げ、4000 語の論文を提出し、後日その論文について個人面接

を行うというものは)は学期直後には受けず、2 学期終了後の試験日程で受けることにした。2 学期全てを使って基礎から学習し直し、なんとか最終論文を書き上げた。そして迎えた面接の日、「こんなに深く考えているなら授業中もっと発言すればよかったのに」というお言葉を頂いた時の達成感は今でも覚えている。

翻って「国際機関におけるネゴシエーションの論理と実践」ではもっぱら実践が多く、毎回 4,5 時間まとめて時間を取り、各自一国の命運を背負って模擬国際議会に臨む、といった授業形態が特徴的だった。一様に国際会議といっても各国代表者の人数や立場の違い、代表組織団内の意見の相違等の様々な要素のわずかな変化によって様変わりする様相を肌で感じる事ができ、本当に面白かった。また、ネゴシエーションで大切なこととして、配布された資料をその場で素早く読み、自国にとって最適なその会議での振る舞い方を瞬時に判断する、というものがある。自身の語学力には頭



を抱えたものの、周りの助けを借りつつどうにか自国の有利になるよう会議を進められた経験は大きな自信につながった。

1 年間、日々の生活や友人との会話、

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

学習等を通じて様々な気づきがあり、それらの「異文化」が数多くの成長機会をもたらしてくれた。異文化を知り、既知の文化と比較したことで、日本という自らの土台、母国を客観的に見つめ、分析することができた。これは必ずしも自国愛を育むものではなく、往往にして遣る瀬無い気持ちになり、足元が揺らぐような感覚に襲われた。しかしながら、こうして「日本文化に依拠したもの見方」ではなく、自ら考え抜き、きちんとした根拠がある「価値判断の軸」を作れたことは大切な成長であるといえよう。堅苦しくなってしまったが、私がこの1年間を大いに楽しんだ証拠として、最後に写真の解説をしたい。1枚目はクラスメイトの誕生日を祝った際のもの、2枚目は冬季休暇中にドイツの友達の家でクリスマスパーティを行った時の写真である。最後になるが、様々な学びをもたらしてくれた彼らには本当に感謝している。留学で得るものとして「かけがえのない友達」という常套句があるが、その言葉の意味を噛み締めた1年だった。



WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

オーストラリア モナシュ大学への 留学を終えて

文教育学部 人文科学科

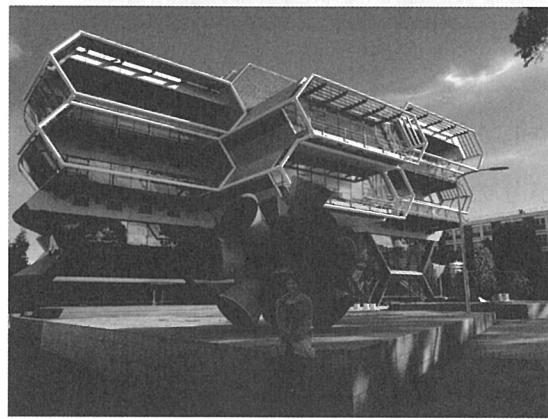
グローバル文化学環 3年

矢動丸咲季

オーストラリアのモナシュ大学に約10ヶ月交換留学に行ってきました。私がモナシュ大学を交換留学先として選んだ理由は、主に2つあります。1つ目は、多文化共生や移民に興味があり、移民国家であるオーストラリアに行きたいと思ったことです。そしてもう1つは、モナシュ大学全体の学生の半分近くが留学生だという話に魅力を感じ、様々なバックグラウンドを持つ人々がいる環境で生活してみたいと思ったことでした。

留学が始まって最初に感じたことは、言語の壁でした。特に、大学の授業というアカデミックな場での英語についていくことは、想像以上に大変で、はじめは、授業中のディスカッションにうまく参加できない、授業のリーディング課題を読むのに何時間も時間がかかってしまう、時間をかけて書いたエッセイにもいい評価がもらえないなど、落ち込んだり、悔しい思いをしたりすることもありました。しかし、ある時友人に自分の書いたエッセ

イを読んでもらう機会があり、その時その友人が、「読みやすいエッセイだね」と言ってくれたことがありました。他の学生と比べて自分に引け目を感じていた私は、その何気ない言葉に励まされ、他の人と比べるのではなく、もっと自分に自信を持つようになりたいと思えるようになりました。そう思い始める



(キャンパス内の写真)

と、どんなに些細なことでもいいからディスカッションでは自分の意見を言ってみよう、課題も自分のペースでこなせば大丈夫だと考えられるようになり、気持ちが軽くなって、大学での授業も楽しめるようになりました。

授業に関しては、モナシュ大学では、交換留学生は、あまりにも専門性の高いものでなければ、自由に授業を履修することができ、お茶大では受けられないような授業も受けることができました。私は映画を見るのが好きだったので、映画学の授業を受けたりもしました。そんな中で、一番印象に残った授業は、アジアの歴史を学ぶ授

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート



(ベクトリア州立図書館)

業でした。この授業には、アジアとの繋がりのある学生もいれば、そうではない学生もいて、様々なバックグラウンドをもつ学生とアジアの歴史について学ぶことができました。日本の歴史の教科書ではあまり触れられていないような日本についての記載や国によってどんな出来事をどのくらい詳しく学んでいるかが違うということに気づかされ、とても貴重な経験になったと感じています。

生活面に関しては、多国籍・多文化だとういことを本当に日々感じていました。留学に行ったら、日本食が恋しくなるだろうと思っていたのですが、アジア系の飲食店やスーパーがいたるところにあり、日本の食品も簡単に手に入れることができ驚きました。オーストラリアは、日本に比べて物価が高く、自炊をすることが多かったため、アジア系のスーパーが多くあるのはとても助かりました。日本ではあま

り感じる事のなかった、食というものを通じて、日常的に様々な国や地域の文化に触れることができたのも、留学に行ったからこそのものであったのではないかと思います。

日本に帰国する時に一番に感じたことは、10ヶ月前に来た時とは自分の考え方や周りの環境が変わったなということでした。はじめは、気軽に話せる友人もいないし、分からないことだらけ、うまくいかないことだらけで、些細なことでも行動を起こすことをためらってしまうこともありました。しかし、帰国する時には、帰国前に会おうと言ってくれる友人がいたり、自分は自分だという気持ちを持つことの大切さや自分から行動しなければ何も変わらないという考え方を持てるようになったりと、振り返ってみれば多くのものを得られた留学生活でした。留学で得られた新たな考え方や自ら行動しようとする姿勢を大事に、これからも様々なことに挑戦していこうと思います。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート 派遣されていた期間

<モナシュ大学>

・2019年2月～2019年11月

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

・IELTS6.5以上。大学一年の夏頃から勉強を始め、大学二年の夏には6.5を取得しました。

ビザの取得はどのようにしましたか？

学生ビザ。インターネットから申請しました。

申請には、パスポート、派遣先からの入学許可証(CoE)、海外留学生保険(OSHC)への加入が必要でした。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

航空券は、旅行会社に行行って手配してもらいました。

海外旅行保険は、AIGの保険に加入しました。

宿泊先はどのように選びましたか？

キャンパス内にある大学の寮

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

大学に近く住みやすかったです。イベントなどもあるので（参加は自由）、友達を作りやすいと思います。寮によっては、騒がしかったりするところもあったようです。

1ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

8~9万円

1ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

7万円（JASSOの奨学金）。物価は東京の1.5倍くらい。

勉学にかかる費用はどれくらいでしたか？

2セメスター合わせて教科書代に1万円くらい。

授業の資料はネットで見れるので、買わなくて良いものがほとんどでした。

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

キャンパスは郊外にありますが、近くにはアジア系のスーパーなどもありました。大学の周辺に住んでいる学生も多い印象でした。

現地の気候はどうでしたか？

夏は昼と夜の気温差が大きいです。冬は風が強く雨も多いので、意外と寒かったです。

生活する上で日本から持って行った方がよいものは？逆にいらぬものは？

日焼け止め。帽子。少しくらい雨に濡れても良い上着（雨の時に傘をさす習慣があまりないので）。

現地で注意した方がよいことはありましたか？

治安は悪くないですが、夜遅い時間に一人で出歩かない。

WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか？受講していた場合、クラスの形態（開催時期）・内容・レベルを教えてください。

受講していません。

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか？また、制約があった場合、どのような制約でしたか？

日本での学部や学科に関係なく、自由に選択できました。

1週間に何コマ履修していましたか？また、制度上何コマまで履修できますか？

4つまで履修できる。1つにつき週に2コマ授業がありました。

授業についていくのは大変でしたか？また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか？

正規留学生の人数が多く、留学生がいることが当たり前なので交換留学生であっても、他の学生と同じように授業についていくことが求められて最初は大変でした。授業の準備は資料を読むことが多かったです。課題は essay がほとんどでした。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか？

サークルやクラブのようなものはありましたが、特に現地学生と親しくなるためのイベントなどはありませんでした。同じ授業を受けている学生と授業中に話して親しくなることが多かったです。

課外活動には参加しましたか？もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

大学の近くの小学校で、授業アシスタントのボランティアをしました。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？（週末あるいは長期休暇）

学期中の週末は、課題に追われていることも多かったです。余裕があれば、友達と出かけたりもしました。

セメスターの間に3週間ほど休暇があったので、オーストラリア国内の他の地域やニュージーランドに旅行に行きました。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

特にありませんでした。

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

特にありません。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

就活のためというわけではないが、何か新しい経験をしたかったため小学校でのボランティアに参加しました。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

私の失敗から教えられること

文教育学部 言語文化学科 1710242

酒井 毬子

私は台湾大学へ留学しました。その時に大変だったこと、失敗したことから学んだ自分の反省点をこれから留学する人たちが活かせる事を願ってこのレポートを書きます。

① 留学準備に関して

！大切なことは要綱をしっかりと確認しておくことです。私は要綱をしっかりと確認しなかったので、七月中に受けて提出しなければならなかった健康診断を、三月中に受けてしまい、七月三十一日に慌てて無理やり健康診断書を完成させました。私は父が医療関係者だったので運が良かったのですが、きちんと要綱読んでさえいれば迷惑をかけることはなかったと思います。それとビザなど本当に大事なこと以外は、正直言うと融通が利くので、もし間違えてしまったり失敗してしまったりしても慌てすぎず、しっかりとやるべき事をしていれば大体大丈夫なことが多いです。(保証しかねますが)

！オンライン申請の時、不安で何度も消しては書いてを繰り返すと思います。そしてさあ、提出するぞ！という最終段階に限って失敗することがあると思います。私はしました。電話番号を間違えたのと、自分の名前を大文字のところを小文字で入力して提出してしまいました。何度も入力して慣れていたとしても、やっぱり第三者の確認が必要だと思います。親でも友人でも次の日の自分でもぜひ確認してもらってください。

！語学留学だったのですが、行く前にスクールでもレッスンでも行っておけば良かったなと思いました。特に私は大学から中国語を学び始めて、まだレベルが低かったので、着いた時かなり苦労しました。自分で学習できる人は必要ないと思いますが、余裕があるなら speaking の練習をしておいた方が良いでしょう。

！あんまり日本では旅行に行ったりしない人だったので、向こうに行ってから「日本のどこへ行ったことあるよ」とか「日本のあそこに住んでいたよ」と話しかけられても「どこ？」となることが多くて話がうまく繋がれず悔しかったです。準備とは言わないですけど、国内旅行も出来る限り行っておくといい話のネタになる

でしょう。

！不安になりすぎてなんでも持って行きたくなるでしょうが、大丈夫です。台湾にはそこら中にコンビニがあるので足りないものはほぼほぼ現地調達できます。けどやはり百均がないぶん、雑貨類については少々高いです。私がオススメする持って行った方がいいものは、ズバリ長靴と折りたたみ傘と水筒です。台湾は雨が多いです。着いたときはカラカラの晴れだったのに、あっという間に土砂降りになりました。晴れでも折りたたみ傘はいつでも持っていなければ生きていけません。水筒はそこら中に浄水器があつて、水筒を持っていると水をわざわざ買わなくて済むのでエコだしお得です。

！携帯は留学前にきちんと SIM ロック解除などの手続きを済ませておきましょう。日本の携帯が現地で使えるかも調べておかないと大変なことになるでしょう。私は特にトラブルはなかったのですが、月々3GB 300円で生きていました。友達は使い放題で400元くらいだったので、契約に今でもちょっと納得がいていません。

留学中のことに関して

！授業にやっぱりついていくのは大変でした。中国語の基礎授業は先生も配慮してくださるし、同級生もレベルが一緒なのであんまり不安になることはなかったですが、国際生が受ける漢字の授業がとても難しく、自信が木っ端微塵に打ち砕かれ、寮に帰ってから泣きました。先生の台湾訛りが聞き取りづらく、漢字の授業なので中国語で中国古典や中国の歴史の話があったり、私以外は国際生なのでみんな中国語のレベルが高くて議論についていけなかったり、本当に苦労しました。最初の中間テストでは 41 点でした。周りは 90 点とか 100 点がいた中で、です。恥ずかしかったし、悔しかったし泣きそうでした。話は変わりますが、台湾大学では国際生と教授と一緒にご飯を食べにいく風習があるらしく、私はこの漢字の授業の教授と一緒にご飯を食べにいくことになりました。教授はとても優しく、授業についていけないかとても心配して下さりました。実はちょっと教授のことが怖くて、わからなくても聞きにいけなかったのですが、それからちょっとでもわからないことがあると積極的に聞きに行くようにしました。おか

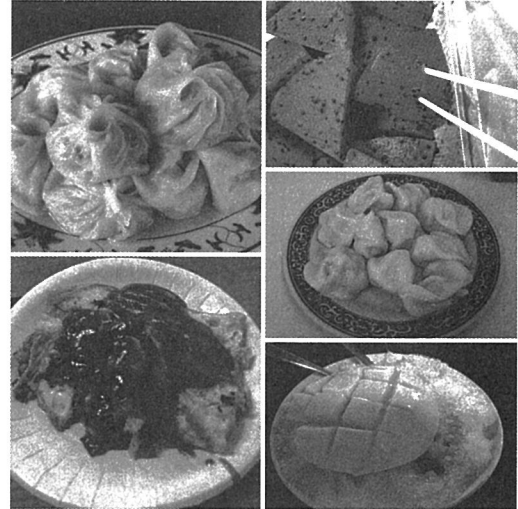
WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート



げで期末テストは 86 点でした。この話の反省点は、わからなかったら積極的に質問にいくのがいいです。旅の恥はかき捨てという言葉がありますよね。旅ではないですけど、留学なんてたかが一年だし、恥をかいたとしても、周りは一年いた変な留学生のことなんて 10 年後にはさっぱり覚えてないでしょう。変なプライドを持たず、むしろ恥を積極的にかかに行くスタイルで教授に質問にいくのが賢いと思います。

！言語交換の友達を作るべきです。私にも一人いたのですが、その人は結局あんまり日本語に興味がなかったので、交換という感じで



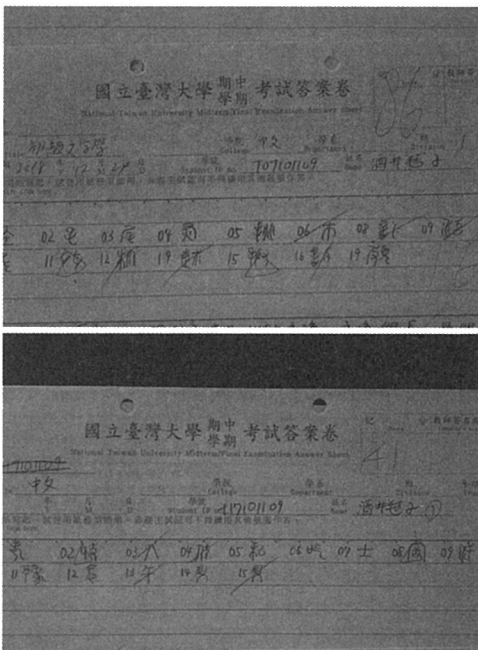
べきでしょう。日本人の友達を作ってそのついでで探すのもいいですし、日台交流会のようなサークルに入ってそこから探すのもいいでしょう。私は彼氏ができませんでしたが、他の友達は結構台湾人の彼氏ができていました。おそらく言語交換の人なのでしょう。



(彼氏じゃないです)

！せっかく海外にいるのですから色々旅行に行く事をお勧めします。一人旅行でも十分楽しいです。こういうひとり旅において自分の能力の向上を実感できます。自分の中国語が通じた時はとても嬉しいです。知らない土地で知らない人と交流できるのは今しかないでしょう。それと色々なものを食べるのも楽しいです。私は日本にいた頃一番嫌いな食べ物は青菜の茎だったのですが、台湾へ行ってパクチーを食べてから、パクチーが不味すぎて青菜が食べられるようになりました。異国の料理は帰国後話のネタになるし、いい思い出になるので冒険しにいきましょう！

！それと体調には気をつけてください。私は後期の中間テストの前に盛大にお腹を壊しまして、テストに行けませんでした。原因は結局わからないままだったので、外国で一人お腹を壊してベッドに寝転がっているしかない状況はとても辛かったです。体調が悪いなと思ったら早めに寝たり、食べ慣れないものを調子に乗って食べすぎたりしないなどのち



はなかったです。けどそれでも一緒にどこかに出かけたり、一緒にご飯を食べに行ったりしていい経験になったので後悔はないですが、できるなら日本語に興味のある人を探す

WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

よつとした自制が大事になってきます。

！自分が言っていることに自信がなくて小声になってしまうのは相手もイライラするし、聞き返されるとますます自信がなくなって言えなくなってしまうので、最初から大声ではっきり言うべきです。台湾だと聞き返されるときに「ハァ!？」と言われるので、すごく怖かったのですが、別に悪意はないらしいので気にせず言いましょう。

！お金は日本でキャッシュカードを作り、そこから毎月20000元を引き下ろして使っていました。そこから寮費 7400 元を払って、残りを生活費として使っていました。寮費は台湾大学の場合、着いてすぐに一括払いの案内があるので見逃さないようにしてください。見逃した私は毎月毎月銀行へ行ってお金を払っていました。払うのも銀行よりも郵便局の方が手数料安いので気をつけてください。ATMのおすすめは黄色と緑のブロッコリーが目印のものです。引き落とし手数料が無料なのでお得です。



！取る授業数は人によるのですが、英語ができる人たちや台湾大学で取った単位を変換できる人たちはたくさん取っていました。私は4つ取っていました。これでも楽ではなかったので、単位をあまり重視しないのなら無理して取ることはないです。けど少し後悔しているのは体育の授業を取らなかったことです。お茶大と違って体育 設備が充実しているし、色々な競技が楽しめたら嬉しいし、もしかしたら知り合いができたかもしれないのに残念でした。もし余裕があるならば是非取ってみてください。

② 留学後の進路について

留学で中国語を学んで、将来は中国語を活かせる職に就きたいと思っています。留学中に色々な国の人と交流して、とても楽しかったのでできれば世界を股にかけるような仕事がいいと思っています。しかし具体的なことはまだ決まってないですし、一年留学しただけでは正直ビジネスに通用するような力つきません。できることから探していきたいです。

WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

國立台灣大學 留學報告

文教育学部 人文科学科

1610120 木村真央

国立台湾大学 (台湾・中華民国)

④ 留学準備に関して

ビザは受け入れ先大学から、入学許可証などが届いてから大使館で申請。申請の時に往復航空券が必要だったので飛行機のブッキングを先に行った。私の場合は出国の一ヶ月ほど前に申請。その二週間後にビザ発給・受け取り。申請時、念の為、各申請に必要な書類の写しを2枚ずつ、身分証明に使えるものは全て持っていった。(過去のビザ申請に使った書類や以前使用したビザなど)これから申請をする人は、大使館について google マップのレビューを参照すると心の準備ができて非常に良い。

台湾は中国語と英語がメインで授業が行われていたので、その二か国語をメインに自主勉強。中国語は大学一年生の3月に HSK (中国語の検定) の4級を取得。大学の留学申請に語学の規定があったので、申請時には TOEFL Junior (2015年受検) の成績を提出。

⑤ 留学中のことに関して

大学の授業は、中国語 (留学生向け) を基礎と応用、課外地質調査、探

索台湾 (台湾の歴史・宗教・文化) の四科目履修、人物史 (主に日本植民時代に功績を残した台湾人と日本人を扱った) 一科目聴講。

中国語は選択科目だが、レベル振り分けテストは留学生全員が必須参加。台湾大学の留学生の中には中国語を母語とする人もいたので履修は必須ではない。中国語の授業はレベル分けが約7段階、また時間も朝と夜の二種類が選択できるのでかなり充実している。講師も台湾大学の教授が教鞭をとるため、内容もかなりレベルが高く、実践的である。私が所属したクラスは中級1の夜のクラスだったのだが、会話の練習が授業時間の九割を占めていた。特に印象的だったのは、授業中に学んだ新出単語を使って「家事をやらない夫と会社に勤めている妻の喧嘩」を再現する授業である。想像力と、語学力をフルに生かすのは勿論、ペアを組んだ留学生と協力して、話し合いをスムーズに進めるにはどうしたら良いか、知恵熱が出るほど脳を使った。クラスメイトはヨーロッパや韓国、インドネシアからの留学生で構成された10名程度だったが、毎回会話の練習相手を変えることが推奨されていたので、いろいろな表現や言い回しを学ぶことができた。留学中、中国語を流暢に話せる英語圏からの留学生に出会ったのだが、大学の授業で一緒に中国語を学ん

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

だことで、どのような勉強（学ぶ姿勢）を取っていたのか少し知ることができた。

「探索台湾」は留学生向けに開講された科目で、抽選が行われるほど人気の授業であった。主に台湾の民族や食文化、歴史、宗教、文字（漢字）を、三回か二回に一回先生が代わる形で、計五人の先生から学んだ。基本的に中国語で授業は行われて、生徒同士で中国語を使ってディスカッションをしたり、挙手で発表をしたりした。テストや期末レポートはないため、出席と各教授から求められるレポートで評価がついた。内容は専門性を求められるのではなく、レポートも自分が興味を持ったことについて書くものだったので、常に好奇心を持って台湾について学ぶことができた。レポートは基本的に web 提出。

課外地質調査の授業では、台湾のハワイと観光客に人気の墾丁に三泊四日に行った。英語で開講されているものは留学生優先、中国語で開講されているものは本科生優先で履修抽選が行われる。授業内容は中国語と英語で変わらないが留学生向け授業担当の教授がかなりアクティブな性質を持っていたので、本科生の授業よりも貴重な体験ができたのではないかと思った。個人観光では行くことができないところに行ける、かつ日本人以外の留学生とか

なり仲良くなれるのでチリに興味があっても、留学生生活を充実させたいと考えている人にはかなりオススメの授業だと思う。

⑥ 留学後の進路について

>留学したことで、どのように視野が変わったか、あるいは進路について考え方が変わったかなどについて教えてください

留学前に 20 回ほど 1 day インターンに行き、規模の小さい会社を中心に見ていた。業種は食育に興味があったので食品を考えていた。その当時帰国後も短期のインターンに参加する予定であった。また公務員も視野に入れて参考書を購入して勉強した。この時はサークルのキャプテンだったため精神的にも時間的にも、具体的に将来自分がやりたいことを考える余裕がなかった。また、専門的な資格を持つ職種につくことも考えており、不動産鑑定士や通関士の資格についても興味を持っていた。

留学中、時間に余裕があったので、日本から持参した【村山昇 『働き方の哲学』 2018 ディスカヴァー・トゥエンティワン】を読んだり、インターン先で駐在日本人の人から話を伺ったり、働くことへのイメージと自分の将来なりたい姿について考えていた。また、留学中、自分の専攻や将

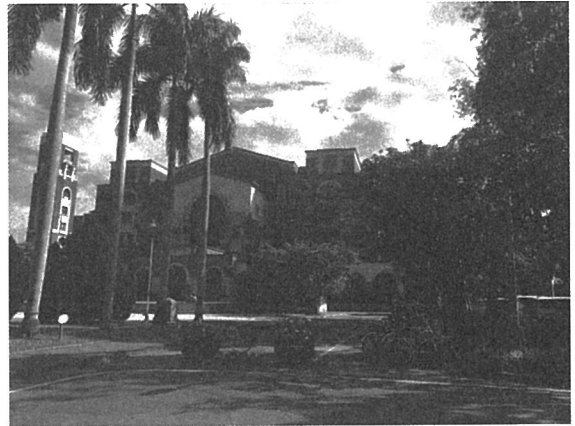
WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

来なりたいものについて日本語や中国語で聞かれる機会が多かったため、自然と常に将来や、論文について考える機会が増えた。同じ留学生にも同じような質問をしたが、いろいろの進路を歩む人が短にいることを知って、卒業してから日本の会社で働くことが自分の将来に本当に必要なのか考えるきっかけになった。

留学後は自分の将来なりたい姿とライフプランを考えた上で進路について考える癖がついた。日本で就活をするものの、自分のやりたいことができるかどうかを判断基準に、妥協しないキャリア形成をしていこうと考えている。

台湾大学



茶壺山

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

台湾留学

文教育学部 言語文化学科

1 7 1 0 2 8 4 若杉七海

国立政治大学 (台湾)

⑦ 留学準備に関して

台湾に行くためのビザは、基本的に申請した次の日に発行されます。申請に必要な書類の中に、パスポートとその写しが必要なのですが、パスポートの残存期限が6ヵ月以上でなければいけないので、残存期限を確認することを忘れないでください。私は申請をしに行ったときに、残存期限が一日足りなかったもので、パスポートを再発行して、再び申請をしに行くことになってしまいました。こうならないために残存期限をしっかりと確認して、早めに申請しに行くことをおすすめします。

⑧ 留学中のことに関して

国立政治大学には留学生向けに二つ寮があります。一つは、メインキャンパスから歩いて15分ぐらいのところにあるI Houseという名前の留学生しか住んでいない寮です。そこは一人部屋か二人部屋があり、各部屋トイレとシャワーがついています。もう一つは、メインキャンパスから山を15分ぐらい登ったところにある自強九舎という

名前の寮です。その部屋は四人部屋で留学生や台湾人の学生が住んでいて、トイレとシャワーは共有でした。授業は、渡航前にIntensive Mandarin Course (月曜日から木曜日毎日中国語の授業が3時間)か、Part time Mandarin Course (週一回中国語の授業)を選ぶのが必須でした。私は、Intensive Mandarin CourseとEnglish Essayという授業を取りました。中国語のクラスはレベル分けされていて、九月の授業が始まる前にレベル分けテストが行われます。レベルは1から4までありました。中国語の授業はもちろんレベル別で行われますが、課外活動は全クラス一緒に行っていました。

課外活動では、フィールドトリップに2回行きました。一回目は淡水という街に全員で言って、観光をしました。二回目は台北のクリスマスのイルミネーションを見に行きました。また、全員で台湾の映画を見たり、春聯という中国や台湾で旧正月の時に玄関のドアやドアの周りに貼る紙を書いたりしました。課外活動の時は、ほかのクラスの生徒と知り合えて楽しかったです。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート



国立政治大学には様々なジャンルのサークルがたくさんありました。私は日本で書道部に所属していたので、国立政治大学でも書道サークルに参加しました。書道サークルは毎週月曜日と水曜日が活動日でした。月曜日は書道で、水曜日は印鑑を彫る日でした。月曜日の書道の授業には、日本語学科の生徒や、日本語が少し話せる生徒がいたので、先生の言っていることがわからない時は、日本語が話せる生徒たちに先生が何を言ったのか聞けました。しかし水曜日の先生や生徒はほぼ中国語しか話せなかったもので、すこし大変でしたが、とてもいい中国語の勉強になりました。



⑨ 留学後の進路について

私はお茶大では英文コースなので、台湾では英語をメインで中国語は少し勉

強しようと思っていました。しかし勉強をし始めたら、中国語はとても興味深く、もっと話せるようになりたいと思いました。また、本やメディアからの情報では得られない生の情報、住むことでしかわからない国の特徴や生活習慣などに触れることによってその国のことをより深く知ることができました。台湾に行く前は、中国や台湾と関係する仕事や中国語を使う仕事をしようと思ったことはなかったのですが、今は、できれば将来中国語を生かせる仕事に就きたいと思っています。また、台湾に留学に行ったことで、台湾の文化はもちろん、ほかの留学生と交流する中で、他の外国の文化もより知ることができました。様々な国や文化の人と交流するのはとても刺激的でした。私は大学に入学する前ベルギーに住んでいたもので、そこで習ったフランス語、台湾で習った中国語、そして日本語や英語を生かして、外国人と交流できる仕事に就きたいと思いました。

WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

派遣されていた期間

<国立政治大学>

- ・ 2018/09-2019/06
- ・ 2018 年 9 月～2019 年 1 月

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

- ・ A さん：中国語（hsk）か英語（toeic）選べて時間がなかったので英語を受けた。基準は 630 だった覚えがある。
- ・ B さん：なし

ビザの取得はどのようにしましたか？

- ・ A さん：台湾の大使館（？）へ行った。
- ・ B さん：台北経済文化滞在処で手続きをした。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

- ・ A さん：航空券は親に予約してもらった。春頃に予約した。
海外旅行保険は学校のだけ。
- ・ B さん：航空券は自分で探して買い、保険はお茶大が勧めてくれたのに入りました。

宿泊先はどのように選びましたか？

- ・ A さん：寮にそのまま入った。
- ・ B さん：留学先の大学の寮が安かったなので、そこを選びました。

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

- ・ A さん：一人寮 ベッドトイレシャワー机本棚クーラーがもともとあって快適だった。冬はとても寒かった。
- ・ B さん：寮で、4 人部屋でした。建物はすごく古く、部屋は小さかったですが、住み心地は良かったです。

1 ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

- ・ A さん：約¥25900(\$7400)
- ・ B さん：7000 円ぐらい

1 ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

- ・ A さん：約¥44100(\$12600)
- ・ B さん：ほぼ毎日外食をして 3 万円くらいでした。物価は東京と比べて安かったです。

勉強にかかる費用はどれくらいでしたか？

- ・ A さん：約¥12000（教科書やノート代）
- ・ B さん：2000 円ぐらい(教科書代)

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

- ・ A さん：学生街だったので栄えていた。汚かったが治安はよかった。
- ・ B さん：自然がたくさんありましたが、大学の前にはお店がたくさんあって便利でした。

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

現地の気候はどうでしたか?

- ・Aさん: 5~10月 半袖、暑い、真夏は朝晴れ昼から雲が出て午後土砂降り夜熱帯夜だった。
- 12~3月 長袖、薄手のセーターにウルトラライトダウン、気温は10℃を下回ることはないけど、暖房が全くないので実際より寒く感じる。真冬は長雨で一週間太陽を見ないことも。
- ・Bさん: とても暑くて、雨もよく降っていました。冬になっても日本ほど寒くなかったです。

生活する上で日本から持って行った方が良いものは?逆にいらぬものは?

- ・Aさん: 必須:雨具、水筒(どちらも現地で購入できるけど、着いてすぐ使うから) いらぬ:1日目に使うもの以外。(大抵日本のものは売っている)
- ・Bさん: 台湾で安く買えるから特になし

現地で注意した方がよいことはありましたか?

- ・Aさん: とにかく突然前触れなく雨が降るので傘は絶対に忘れないこと。それと空気が本当に汚いので気管支が悪い人は注意が必要。
- ・Bさん: 買い物袋はお金を払わないといけぬから、買い物に行くときはエコバッグを必ず持っていかなければいけぬ。

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか?受講していた場合、クラスの形態(開催時期)・内容・レベルを教えてください。

- ・Aさん: していた。毎朝8:10~10:00 speaking 中級1(前期)→2(後期)
- ・Bさん: 開催時期は4ヶ月間で、スピーキング、リスニング、リーディング、ライティングをやりました。レベルは4つありました。

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか?また、制約があった場合、どのような制約でしたか?

- ・Aさん: できた。自分の学科学部以外の授業は事前申請に参加できなくて、その初回授業へ参加して先生に認められて初めて申請できる。
- ・Bさん: ほぼ自由に選べました。少しだけ、現地の大学生しか選択できない授業がありました。基本的にはどれも選択できました。

1週間に何コマ履修していましたか?また、制度上何コマまで履修できますか?

- ・Aさん: 3コマ(語学の授業を除く)
- ・Bさん: 1日3コマぐらいでした。上限はわかりません。

授業についていくのは大変でしたか?また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか?

- ・Aさん: 大変だった。甲骨文字の書き取り。日本語を中国語へ訳してくる。
- ・Bさん: 授業についていくのは大変ではなかったです。課題などはほぼ毎日ありました。単語を覚えたり、文章を書いてきたり、様々でした。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか?

- ・Aさん: あった
- ・Bさん: ありました。

WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

課外活動には参加しましたか？もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

- ・A さん：した。留学生向け麻雀をやってみよう会があって参加した。
- ・B さん：日本でも書道部に所属しているので、台湾でも書道部に入りました。毎週月曜日に字を書いて、水曜日は印鑑を掘りました。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？（週末あるいは長期休暇）

- ・A さん：美味しいと評判のお店に食べ歩き、新幹線に乗って南部を旅行
- ・B さん：旅行に行っていました。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

- ・A さん：テスト前にお腹を壊した。どうにもこうにもテストに行けなかったので、先生に言ったところ、期末テストだけで成績をつけると言われ頑張って勉強した。

授業が登録できなかった。単位にこだわりがなかったので聴講生として参加した。

- ・B さん：特にありませんでした。

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

- ・A さん：飛行機のチケット、お土産、携帯の SIM、
- ・B さん：帰りのチケットを買う。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

- ・A さん：ない！
- ・B さん：ありません。

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

チェコ・カレル大学留学記

文教育学部人文科学科

1710106 磯千博

カレル大学 (チェコ)

1. 留学準備に関して

○語学

チェコの公用語はチェコ語ですが、交換留学生が受講できる授業は主に英語で開講されています。それゆえ、準備するべきはチェコ語というよりむしろ英語だと思います。留学前に受けた TOEIC のスコアは 640。英語で授業を受けるのに十分な語学力ではなかったため、出発まではリスニングに重点をおいて英語学習を進めました。実際授業を受けてみると、特に歴史の授業など知らない単語（聖職者の位を詳しく表す単語や、条約に関する単語など）が多くつまづいたので、自分の専門に合わせた単語を知っておくべきでした。

大学では英語とはいえ、日常生活に必要なのはチェコ語。私はチェコ語への興味が高かったため、留学が決まってから東京のチェコ大使館で行われているチェコ語講座を半年ほど受講していました。チェコに行く前からチェコ語に触れ、チェコでの生活の様子などを先生から伺うことができたのはよかったです。

○ビザ

チェコの長期ビザ取得はかなりややこ

しく時間がかかりました。カレル大学からのアクセプタンスレターを受け取り次第（5月初め頃）すぐ申請ができるよう、事前に他の書類を集めるなどの準備を進めておくべきでした。私は日本でのビザ発行が間に合わなかったため、長期滞在許可を得て留学しました。これはチェコの外国人警察に何回も行かなければならなかったり、そこでは英語が通じなかったりと大変でした。

○留学生支援

カレル大学には ERASMUS（ヨーロッパの大学間の留学協定制度）の学生を中心に留学生が多く集まり、留学生支援も充実していました。留学前に Facebook を通じてバディープログラムに申し込みました。そこで出会った日本語専攻のチェコの学生が私のバディーとしていろいろと面倒を見てくれ、彼女の実家に招待してくれたりもしました。また、友達のパディーと旅行に行くなど、このプログラムを通じて留学先での人脈を広げることができました。

2. 留学中

○学習面

私はチェコ語、英語、チェコの中世史、チェコ史概説、チェコのフォークロアと5つのコースを受講し、さらにチェコの人文地理概説の授業を聴講（派遣された学部が違ったため）しました。

チェコ語はビギナー向けのクラス。週 2

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

回の授業で、日常会話に関するテーマを中心としたスピーキングに重点をおいた授業でした。チェコに来る前から少しチェコ語を学んでいたこともあり、私はビギナー向けの中でも enhance のクラスを選びました。受講生はスラブ語圏の学生が多く彼らは自分の母国語との違いを楽しむぐらいの感覚でいたようで、付いて行くのは大変でした。

英語は ERASMS の学生向けに開講されている、B1 レベルのコースを受講しました。受講生はわずか4人で先生もとても親切だったおかげで、苦手だったスピーキングの力を伸ばし、臆せず英語を話すことができるようになったと感じます。最後の授業では受講生みんなでプラハの市街地を歩きながら自分のお気に入りの場所をプレゼンしたりと、とても楽しい授業でした。

チェコの中世史は大教室での講義式の授業でした。博士過程の学生が各週のテーマをうけもつ形式で、プレゼンは用意されていますが専門的な話になるため、毎回の予習なしには少しも内容を理解できなかったと思います。しかし何の話をしているかさえ分かれば、高校のとき学んだ世界史の中で扱われたわずかなチェコ史の部分を詳しく知ることができたので面白かったです。

チェコ史概説のような授業は毎回プラハの博物館や観光地などに訪れながら、その場所について学生がプレゼンする、とい

うプラハにいるからこそ出来る貴重な授業でした。この授業のおかげでプラハについてより詳しくなり、プラハに友人が訪れた際にもまるで観光ガイドのように街を案内できるようになりました。

お茶大での私の専攻は地理ですが、こちらの大学での派遣先は哲学部チェコ史専攻だったため、科学部の地理専攻の授業を聴講しに行っていました。観光地理や政治地理といったような日本では目を向けていなかったテーマを学びました。

○生活面

留学中の住居は学部が用意してくれたカレル大学の寮でした。寮費は学部が負担してくれておりなんと無料。寮に払っていたお金は洗濯代(1時間 12kč≒60円)ぐらいでした。私のフラットは4部屋5人でキッチン・洗面所が共用、そして私ともうひとりのお茶大からの派遣生で1部屋をシェアしていました。食事は自炊になりますが、チェコは物価が安く外食も高くないので食事に関して困ることはありませんでした。また、プラハ市内の定期も学生は3ヶ月 360kč(約1800円)とかなり安く、ほんとうに暮らしやすかったです。

さらに土日を利用してチェコ国内・周辺各国への旅行も楽しみました。ちょうど私の留学が始まった2018年9月から、チェコの学生はチェコ国内の交通機関をなんと75%オフで利用できるようになりました。たとえばプラハからチェコ第二の都市ブ

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

ルノまで(約2時間半)の鉄道は片道250円ほど!おかげで留学中かなりアクティブに16カ国35都市ほどへ旅しました。

3. 留学後の進路 視野、考え方

授業やバイト、サークルに追われていた日本での生活と違い、留学中は自分と向き合う時間がたくさんありました。固定された世界の中にいた私にとって、留学を通して様々な価値観、背景をもった世界中の人々と交流することは、自分を相対的に客観視する上で重要な経験になりました。

留学経験の中で自分が変わったと思うことの一つは、「大人になった」ということです。これは私がちょうど留学直前に20歳になったということもあるかもしれませんが、親には頼るまいとバイトでお金を貯め、留学に向けての手続きをどうにかひとりでやり遂げ、掃除・洗濯・料理・買い物など生活のこと全てを自分自身で担い、出会う様々な人とひとりの大人としてやりとりし、旅をするにも自分で計画をたて実行する。そんな留學生活でのひとつひとつの経験が私を、私が思う「ちゃんとした大人」へと成長させてくれるステップに、またはそういう自分への自信となりました。

チェコでの留学は、私の性格をまで変えたように思います。留学前の私はものすごく悪い意味で保守的で、自分と価値観の違う人を無意識のうちに避け続けていたし、自分の正しいと思うことだけが正しいと

信じ、自分を囲う安全で安定した世界から出ようとしなかった。しかし留学中出会った様々な国のそれぞれの考えを持った人と学びを共にし、話すうち、彼らの価値観を尊敬し、いいなと思ったことは素直に自分の中に取り入れることができるようになりました。

WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

派遣されていた期間

<カレル大学>

- ・2018/9～2019/2

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

- ・目安のスコアはありましたが必須ではなかったため、準備といった準備はしていませんでした。

ビザの取得はどのようにしましたか？

- ・チェコ大使館に何度も通って取得しました。大使館はチェコオリティなのんびりさなので、渡航の3～4ヶ月前から準備をする必要があります。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

- ・航空券は往復のものを6月ごろ手配しましたが、片道だけでもよかったかもしれません。プラハまで直行便はないのでドーハやデュッセルドルフなどの乗り換え便を利用するか、ウィーンから列車で行くのもおすすめです。

宿泊先はどのように選びましたか？

- ・派遣先の学部が寮を用意してくれていました。

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

- ・カレル大学の寮はいくつかあるのですが、私の寮コレイ・コメンスケーホは落ち着いた雰囲気でした。私が住んだのは女子のみ5人のフラットでキッチン、トイレ、洗面所が共有でした。一緒に派遣されたお茶大の1つ上の方との2人部屋で、完全なプライベート空間はありませんでしたが、悪くない寮生活でした。

1ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

- ・派遣先の学部負担で、なんと無料でした…！

1ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

- ・3～4万円。ほぼ食費です。物価は東京と変わらないか少し安いぐらいです。チェコは学生に優しく、プラハ市内乗り放題の定期は3ヶ月約1800円。生活費の面ではトップレベルの暮らしやすさだと思います。

勉強にかかる費用はどれくらいでしたか？

- ・交換留学のため学費はお茶大に納めているもののみで、教科書を買う必要があったのはチェコ語の授業だけでした。

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

- ・大学はいわゆるキャンパスがあるわけではなく、いくつかの建物がプラハの旧市街、観光地のど真ん中に散らばっています。大学内にカフェテリアやスチューデントバーまであり、充実した学生生活を送れます。

現地の気候はどうでしたか？

- ・渡航した9月はまだ暑く、半袖が必要ぐらいでした。真冬は朝晩マイナス10度以上にまで冷え込みますが建物内はセントラルヒーティングでとても暖かいので、現地で厚いコートを買えば十分です。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

生活する上で日本から持って行った方が良いものは？逆にいらぬものは？

- ・寮では自炊になるので、日本から持っていったしの素やインスタントラーメンは重宝しました。逆に醤油や米はふつうに現地のスーパーで手に入ります。100 均で売っているレンジでお米の炊けるタッパーはものすごい便利でした。洋服やメイク用品は向こうで買うのが吉。保湿化粧水だけはなかなか売っていませんでしたので持っていくといいかもしれません。

現地で注意した方が良かったことはありましたか？

- ・特になし

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか？受講していた場合、クラスの形態（開催時期）・内容・レベルを教えてください。

- ・B1 レベルのスピーキングを重視した英語の授業(週一)、初心者向けの生活で使えるチェコ語の授業(週二)を学期内にとっていました。

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか？また、制約があった場合、どのような制約でしたか？

- ・派遣先の学部の授業は自由にとることができましたが、先着順なので登録はお早めに。他の学部の授業は聴講することができました。

1 週間に何コマ履修していましたか？また、制度上何コマまで履修できますか？

- ・一週間に 6 コマ。授業の難易度によって 2~8 程度の単位(credit)が定められているのですが、1 学期にとれる最大の単位は 30 です。

授業についていくのは大変でしたか？また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか？

- ・主に留学生向けの授業をとっていたので内容もそこまで難しくはありませんでした。予習として読み物がたくさん渡されるのに目を通すのが大変でした。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか？

- ・英語で開講されている授業でとっていたので、留学生同士の繋がりには広がりますが、現地の学生と授業内ではあまり知り合えませんでした。しかし、大学の日本語学科との交流などもあり親しくなることができました。

課外活動には参加しましたか？もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

- ・サークル活動のようなものはあまり活発ではないようで、また半年の留学だったため参加しませんでした。しかし留学フェアのようなイベントの出し物を企画したりすることで他の学生との交流ができました。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？（週末あるいは長期休暇）

- ・週末は毎週のようにチェコ国内はもちろん周辺国に旅行しました。チェコ国内の列車は学生 75 パーセント引きになるので、驚くほどお得に国内旅行ができました。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

- ・幸い特にはありませんでした。

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

- ・特になし

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

- ・なし

WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

大連外国語大学での一年間

文教育学部 言語文化学科中国語圏言語

文化コース 1710232 河北華実

① 留学準備に関して

大連外国語大学への留学準備は大変手間がかかりました。その理由として、お茶の水女子大学から大連外国語大学への交換留学生が近年全くいなかったということです。そのため、私の留学準備はゼロからのスタートとなりました。

まず、大学案内が過去のものだけで、留学する年度の最新版がありませんでした。その内容に関しても、受講可能な講義、寮について、等の気になる情報は明確に提示されておらず、困難をきわめました。そのため、お茶の水女子大学の留学センターを通して、大連外国語大学に連絡をとっていただいたところ、サイト上での留学手続きと登録が必要だという返事がありました。このサイトにて、必要書類をPDFファイルで登録します。そして留学が半年なのか一年なのか、そして寮は一人部屋、二人部屋、六人部屋かのいずれかを選択し登録することでなんとか留学準備が完了しました。（しばらくしてわかったことですが、現在中国ではQRコード決済がかなり浸透しています。買い物、注文、生活のすべてはQRコードをスキャン→登録→完了という流

れが一般的です。大連外国語大学の登録サイトも以上のものでした。日本ではこのような方法は普及していないため、私自身使い方がよくわからない状態でした。）

完了してしばらく経つと、大連外国語大学から自宅に入学通知書が届きました。それと一緒に「お知らせ」という紙が同封されていました。そこに、大学到着後の提出書類、空港への迎え、連絡先の記載がありました。実際、この「お知らせ」には寮に関する項目が抜けているので注意が必要です。大学に到着した日に、寮費半年分の約6000元（二人部屋/六人部屋）または約12000元（一人部屋）を払う必要があります。これらの費用は、現金のみ支払い可能なので持参する費用を考慮しておく必要があります。（この寮費はあくまでめあすです。交渉次第で安くする事ができるそうです。）到着後、私が案内された部屋は、事前登録しておいた二人部屋ではなく六人部屋でした。どうやら、先に到着していた留学生が二人部屋に希望し、部屋がすべて埋まってしまったようでした。このような事はよくあることですが、納得がいかないという場合には、交渉してみた方がいいでしょう。中国では日本と違い、何でも気になることは口にした方が上手くいきます。私は当時、そのまま六人部屋で半年間住みました。二

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

人部屋に比べて、設備が不十分で断水や暖房が壊れる等問題が多く、大変苦労したので少し後悔しています。

② 留学中のことに関して

授業の基本は、8時半から始まる中国語の授業です。お昼まで二つ授業があります。この中国語授業のレベルは語学試験の資格関係なく、自分で選ぶことができます。ただ、初級レベルに設定してしまうと、日本人が多いため中国語を話す機会が少ない難点があります。私は中級レベルに設定したので日本人が少なく、外国人留学生と交流しながら、日々中国語に触れることができたので充実した授業が受けられました。クラスには、日本人のほか韓国人、イタリア人、ロシア人、エチオピア人、アルメニア人と一緒でした。選んだ中級クラスの仲間がとても仲が良かったこともあり、クラスメートと出かけたり、ご飯会を開いたりと交流の場が多かったです。帰国後も、クラスメート同士で連絡を取り合っています。私は、アルメニア人のクラスメートと特に親しく、休暇期間中にアルメニアへ友人を訪ねにいきました。

午後の授業は自分で選択できます。しかし選択の種類が少ないのであまり有意義ではありません。もし中国人と同じ本科の授業を受講したい場合は、直接大学事務に掛け合うことが必要で

す。私はこの交渉が上手くいかなかったのでアドバイスさせてもらおうと、やはりお茶の水女子大学を通して交渉することが良いと思います。

部屋の準備も整い、慣れてくるとお昼から時間がかなりあります。おすすめは大連市内に行き、買い物や名所を巡るなど、自分で行動することです。大学内から市内までバスが運行しており、所要時間約一時間です。中国では買い物をしていると店員さんから積極的に話しかけてくることが多いです。

(買う気がない場合は、要らないと言って大丈夫です。怒ったりしません。)
「今、留学しているの?」「どこの大学?」「何を学んでいるの?」等の基本的な会話や商品についての説明、中国のこと、なんでも気軽に話してくれます。店員さんと会話をするだけでもリスニングとコミュニケーションが上達します。私がよく行っていたのはネイルサロンです。サロンではネイリストと私は一対一で向き合うため、会話がしやすいです。ネイルのことから中国の美味しい食べ物のこと、何でも自分が好きなことを話しかけて



WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

みて下さい。ネイリストのお姉さんと仲良くなることで、お得な情報を教えてくれたり、値段を安くしてもらえたり、と現地の生活にぐっと近くなりました。

③ 留学後の進路について

長いと思っていた一年の留学はあっという間に過ぎました。最初はできなかつた中国語も気づけば、生活するのが不便ではない程度まで上達していました。日本では、中国に対してあまり良いイメージがなく、中国について理解

しようという人は少ない印象です。しかし近年日本に住む中国人は増えて来ています。この留学経験から、日本に住む中国人とも触れ合ってみたいと思うようになりました。そして、日本人と中国人が上手く共生する社会の手助けをしたいと思い、帰国後中国人が多く住む場所を訪れ、友人をつくり交流をしています。卒業後、私は留学前から教職課程を学んでいるので、国語と中国語教員になることを目指しつつ、日本と中国の架け橋のような存在になりたいと考えています。

WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

ケルンでの交換留学を通して

文教育学部 言語文化学科 英語圏言語

文化コース

1610228 後藤美穂

① 留学準備に関して

留学前に準備したことはそれほど多くなく、保険の加入とお部屋探しがメインでした。というのもビザの申請や銀行口座の開設は現地で行ったからです。出国前に銀行口座を開設することもできますが、現地で行った方が簡単です。私はおそらく運が良かった方で、出国1ヶ月前に寮を提供している機関から部屋のメールが来て、契約することができました。ただそれまでの1ヶ月半ほどはWG-GesuchtやAirbnbを使って自力で探していました。

② 留学中のことに関して

留学で一番大変だったことの1つが、到着後に行う住民票の登録とビザの申請でした。どちらも基本的にドイツ語で行わなくてはならず、担当者が仕組みをちゃんと理解していないということも起こりうるので、一発で通ることはないと思って行った方が良いです。私の場合は住民登録は2度市庁舎に行って成功、銀行は時間がかかって開設までに1ヶ月ほどかかり、ビザの申請時も2、3回外国人局に出向きまし

た。ただそれを乗り越えたとき、精神的に少しタフになれた気がしました。

現地では前半の semester で Cologne Global Study Program (CGSP) に参加して主に現代の EU 諸国に関する授業を取り、後半はプログラムを抜けて言語学や移民に関する授業といったより自分の専門や興味に近い授業を取りました。それに加えて1年間を通してドイツ



ツ語の授業を週2回取っていました。授業のスタイルは比較のお茶大の授業に近いのではないかと思います。私の場合は現地で勉強してからドイツ語に対するモチベーションがとて上がったためドイツ語の勉強はかなり力を入れてやっていました。授業外では、日本学科に所属するドイツ人学生とタンデムを行なってお互いに言語を教えあったりもしました。もともと英語留学でドイツに行ったので最初は特に英語でばかり話していましたが、ドイツ人学生はみんな当たり前のように流暢に英語を話すので少し驚きました。その一方で、自分がドイツ語を練習したいときに自分からドイツ語で話に行かな

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

いとみんなが英語で話してくれるので、ドイツ語で話したい、話してほしいときはより自発的になる必要がありました。1年間でたくさん行なったのは、様々な国の人との交流と、ドイツ国内外への旅行でした。言語力を伸ばす最適な方法はやはり友達をたくさん作ってとにかくたくさん話すことだと実感しました。私の場合、特にはじめの方はドイツ語があまりにもできなかったので英語なら私は言いたいことが言える、という自信が自然につき、それをきっかけにどんどん話せるようになった実感があります。そして、ドイツ語の方は生活していく中での必要性に迫られる瞬間の多さやタンデムなどのおかげで、日本で第2外国語として勉強していた時よりも格段に速いスピードでできるようになりました。

旅行をたくさんできたのはヨーロッパに留学した醍醐味の1つでもあったと思います。私は1年でドイツ含めて近隣の国々を始め合計14カ国を回りました(写真2枚目はコペンハーゲンに行った時のものです)。友達と行く旅行も一人で行った旅行もありましたが、どちらも自分(たち)で計画して現地の文化に触れながら過ごす時間はとても貴重なものになりました。

③ 留学後の進路について

進路に関してはまだ確実には決まっていません。むしろ、もともと教員にずっとなりたいたいと思っていたのが他の選択肢も考え始めています。いまだに自分のやりたいことが何かを探している途中です。しかしそれはつまり、留学を通して自分の視野が広がったということなのではないかと思っています。言葉を教えることにもまだ興味はありますが、直近の就活の軸として、言語力が生かせるだけでなく、人と多く関わる仕事、相手一人ひとりと丁寧に向き合える仕事を見つきたいと今は考えています。そして、ドイツでの留学を生かし、現在はドイツ語B2レベルの取得を目指して引き続き勉強を行なっています。英語留学をする上で選ぶ国の選択肢として、英語圏だけに絞ってしまうのは勿体無いと思いました。始めはドイツに行くことは考えられませんでした。今はドイツに行ってみるよりも英語圏に行くよりも多くのことを経験できたように思います。今留学を考えていて英語圏お国に行くことのみを考えている方は、一度英語圏以外の国に行ってみることも考えてみてはいかがでしょうか。そして、個人的にはドイツ、ケルンは本当におすすめできる場所です。



WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

派遣されていた期間

<ケルン大学>

- ・2018 年 9 月～2019 年 8 月

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

- ・IELTS6.0 ポイントを取得しました。

ビザの取得はどのようにしましたか？

- ・現地に到着後に申請しました。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

- ・滞在先が決定してから行いました。

宿泊先はどのように選びましたか？

- ・始めは Airbnb で探しましたが、寮のお知らせが来たのでそちらに変えました。

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

- ・バスルームやキッチンも含めてプライベートの部屋でした（アパートに住むイメージです）。学校に近かったのもとても便利でしたが、建物内で工事を行なっていたため、しばしば水が止まったり騒音に悩まされることも多かったです。

1ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

- ・約 37000 円

1ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

- ・12,3 万円。東京とは同じくらいか少し安いくらいでした。野菜がとても安かったです。

勉強にかかる費用はどれくらいでしたか？

- ・セメスターごとに semester fee として 4 万円ほど支払いがありました。あとは授業によって教科書の購入が必要な科目がありました。

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

- ・住宅街やスーパーが近くにあり、都会過ぎず落ち着いた雰囲気でした。

現地の気候はどうでしたか？

- ・基本的に空気が乾燥しています。夏が終わってから急に気温が下がります。夏は 35 度以上になることもありました。

生活する上で日本から持って行った方がよいものは？逆にいらぬものは？

- ・ヒートテック(ユニクロはありますが高いです)、コートなどの上着類は現地で買えます。

現地で注意した方がよいことはありましたか？

- ・ホームレスの人がスーパーの前に座っていることが度々あります。近づいてくるわけではないのでそれほど心配はないですが。

WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか？受講していた場合、クラスの形態（開催時期）・内容・レベルを教えてください。

・1年通してドイツ語の授業を受けていました。pre semester 期間は平日毎日、semester 期間は週2回ありました。私はB1レベルのクラスを受講していました。

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか？また、制約があった場合、どのような制約でしたか？

・自分の所属する学部の範囲内で自由に選択することができます。

1週間に何コマ履修していましたか？また、制度上何コマまで履修できますか？

・ドイツ語のクラスを含めて、前期は7コマ、後期は5コマ履修しました。

授業についていくのは大変でしたか？また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか？

・授業によりますが、ついていける範囲ではあったと思います。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか？

・自分から話しかけない限り基本的にはそれほど親しくはならないと思います。1つだけ、先生が授業外でイベントやごはん会を開いてくださったので、その授業のクラスメイトとはかなり仲良くなりました。

課外活動には参加しましたか？もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのなら、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

・Uni Sports という施設、機関があり、私は週一回のダンスクラスに通っていました。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？（週末あるいは長期休暇）

・友達と出かけたり旅行に行ったりしました。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

・ベルリンに旅行に行った時、募金団体を装った団体にお金を取られました。あとはドイツでは電車がよく遅れます。

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

・語学の検定試験を受けたい場合は申し込み期間をチェックして場合によっては帰国前に申し込む必要があります。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

・インターンシップの申し込みをしていました。

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

Bremen で 12 ヶ月 サバイバル

人間文化創成科学研究科

生活工学共同専攻 修士1年 1840707

嶋岡千紘

1. 準備のこと

語学、荷物のパッキング、大切な人との挨拶がありました。語学はドイツ語の一番初級を、日本の語学学校で学びました(使える語学力には届かなかったけれど、ここでの出会いに後で助けられることとなります)。荷物のパッキングは留学経験者の意見を聞いて、準備しました。国が違うと必要なものは違います。人によって違う部分も多いので、結局両親に日本から足りないものを送ってもらうこともありました(私の場合は、紙の辞書やドイツ語の参考書、洗濯物を干す器具、トイレの便座カバー)。大切な人との挨拶は大切です。いつでも会えると思ってないがしろにしてはいけないことでした。

2. Bremen でのこと

留学は思っていたものとは違いました。ついてすぐにドイツ語が必要だと悟りました。語学学校と大学のコースで学んで、タンデムパートナーを組んで会話の練習もしました。ドイツ語を使えるところではできるだけ使いま

す。学んでよかったのは、相手がよく話してくれることです。英語などの外国語に置き換えるよりも母国語を易しくしながら話してくれるほうが、時間をかけて、私的な経験についても話してくれました。たいせつなことや思い出をたくさん聞きました。大学のコースはドイツ語で授業を受けました。だんだんわかるようになりました。大学で同じように学ぶ人たちとはあまり話しませんでした。こちらから話しかけることを続けても、仲良くなることはありませんでした。彼らが、内向的であること、海外に関心がないこと(あってもヨーロッパ内だけに関心があること)が原因だと思います。授業で学部1年生から修士2年までの人に出会いました。自分の時間を割いて、私と仲良くしようとする人はそのなかでアジアに関心がある人、一人でした。この人はとても親切で、心はオープンで、声をかけてくれました。彼女を通して、他の人に出会うこともありました。彼女との出会いは、Bremenでの私の生活をより良いものにしました。

帰国前にはインターンシップをしました。大学の授業で満足に学べなかったことを、この事務所でたくさん学びました。自分の専門分野でドイツと日本が違うところをよく見いだすことができました。学ぶこともあれば、私

WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

が見せて教えることもありました。これは大変いい刺激になりました。

3. 帰国したあと、これからのこと

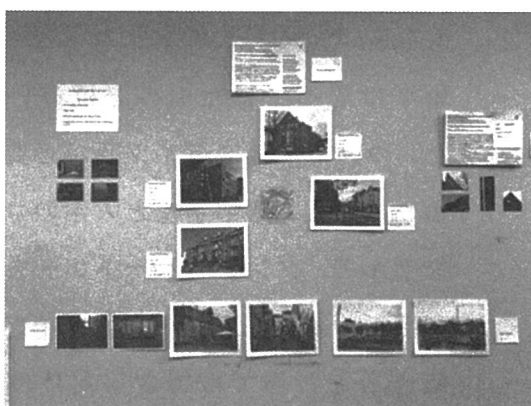
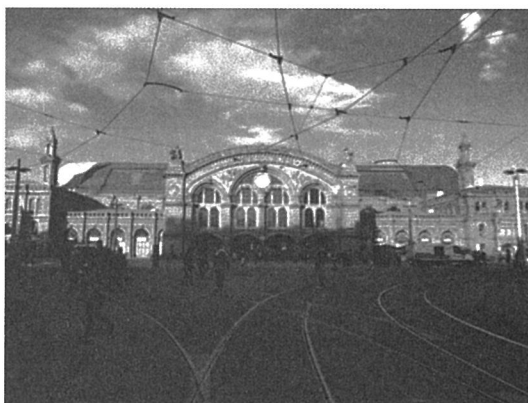
留学する間に、自分のことと、自分のしたいことが、前よりもよくわかるようになりました。留学をしてから、自分の好きなことと嫌いなことを区別するのが上手になりました。自分に必要なことと、今は必要ではないことを分けやすくなりました。将来やりたいことについて、心を整理することができました。

飛行機で15時間かかり、時差は7時間離れたBremenで、一人で生活する間に、多くの人に出会いました。Bremenに来て、たくさん話しかけて、出会いを増やす経験をしました。語彙力が足りなくても、コミュニケーションを重ねて、どうしたら自分の話を対等に聞いてもらえるか、どうしたら相手の話を引き出せるか、が身につけていきました。日本で生活すると、同じようにはいかないこともあります。そのときは違う方法を試してみたらいいということがわかります。どこでも最初はいかぬかもしれないですが、それを超える方法を探して、日々少しずつ続けていくことは、どこでもできます。今後は、この感覚をもって、国や地域や言語を限定せずに、挑戦できたらいいと思っています。

留学は一言で言えば、海外で勉強することですが、中身はそれ以上の意味をもっています。留学をした人はたくさんいます。しかし、ひとりひとりにとって、”留学”という言葉のもつ意味は違い、思い出すことも違うだろうと思います。いろいろな人に話を聞くと、いろいろな話を知ることができます。自分で経験してみると、自分の留学をできます。自分がそこで何をやるかで意味と内容が違うものになるのが、留学だと言いたいです。

写真：

左・ブレーメン中央駅、右・授業でプレゼンテーションを行ったときの様子の一部



WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

派遣されていた期間

<ブレーメン応用科学大学>

- ・2018年9月-2019年8月

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

- ・TOEICとTOEFLとIELTSを受けてスコアがよかったものを提出しました。

ビザの取得はどのようにしましたか？

- ・ドイツに入国してから取得しました。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

- ・自分で調べて航空券と保険を選びました。

宿泊先はどのように選びましたか？

- ・留学先の大学が関係する住居を探すためのウェブサイトで見つけて大家さんに連絡を取りました。

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

- ・住んでいる地域の治安がよくなかったことが残念でした。地下だったため、冬の寒さも厳しかったです。大家さんは親切でした。

1ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

- ・44000-48000円くらいです。

1ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

- ・旅行するときの費用と住居費も含めて10万円くらいです。物価は東京と同じくらいです。

勉強にかかる費用はどれくらいでしたか？

- ・建築を専攻しているため、材料費や印刷代が必要でした。

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

・大学周辺には目立って面白いものはありませんが、街の中心から近いため、便利な場所です。治安はよくて、静かな場所です。

現地の気候はどうでしたか？

- ・夏は日本ほどの暑さと、コートや羽織る涼しさが1週間ごとに訪れます。冬は天気が悪く、寒さが厳しいです。

生活する上で日本から持って行った方が良いものは？逆にいらぬものは？

- ・気力と体力が必要です。必要になるものは生活してからわかるので、あとから送ってもらうことを前提に持っていくものは少なくともいいです。私の場合は日本食がほとんど必要ありませんでした。

現地で注意した方が良いことはありましたか？

- ・危険な予感がしたら無理をしないことです。遠回りをすること、待つこと、明るい時間に活動することを厭わないことです。

WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか?受講していた場合、クラスの形態(開催時期)・内容・レベルを教えてください。

・大学でドイツ語のクラスを受講しました。半期に1コースまで建築学科は無料で受講できました。週2回夜に1時間半ほどです。前期は初級を、後期はひとつ飛ばして中級を受講しました。語学学校にも通いました。これは、夕方のコースとインテンシブコースを受講しました。

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか?また、制約があった場合、どのような制約でしたか?

・自由に選択できますが、ほぼドイツ語開講です。英語開講でもドイツ語をよく使います。

1週間に何コマ履修していましたか?また、制度上何コマまで履修できますか?

・3-4コマですが、専門科目の授業時間は日本の2倍から4倍です。

授業についていくのは大変でしたか?また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか?

・最初はドイツ語がわからなくて苦労しました。課題はわからないときに先生に助けを求めて、他の学生と同じように取り組みました。授業前に資料を入手することはできなかったため、授業後にドイツ語を訳すか、知り合いに聞いて、内容を理解していました。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか?

・アジアに興味を持つ学生と交流を持つことができました。建築学科の多くの学生と親しくませんでした。

課外活動には参加しましたか?もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

・一部参加し、一部参加しませんでした。参加したのは市内の公園を歩いてオープンスペースについて学ぶ授業です。一部参加しなかった理由は、課外活動に参加するための情報が不足していたからです。

授業のない期間どのように過ごしましたか?(週末あるいは長期休暇)

・他の国を訪れるか、他の地域に住む友人を訪ねました。後期が終わったあと、帰る前にインターンシップをしました。

何か大きなトラブルはありましたか?どのように対処しましたか?

・現地の病院にかかりました。周りの人に相談して病院に連れて行ってもらいました。

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか?

・留学中にお世話になった人と時間を使うことに集中することです。生活で得たもの(物と経験)を整理することも大切です。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか?

・意識的に経験と今後の生活をつなげるようにしています。なにが好きか、なにをしたいか、について考えを巡らせることです。

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

フィンランドでの濃い経験

伊藤夏実

私は2018年8月から2019年5月末まで、フィンランドのタンペレ大学に交換留学していました。学部はSocial Scienceで、ジェンダー学を主に専攻していました。留学前の準備としてはとにかく英語の勉強をし、フィンランドの文化について調べることでカルチャーショックが軽くなるように心がけました。冬になると日照時間が短くなり、体内で生成されるビタミンが少なくなることで鬱になりやすいとわかっていたので、ビタミン剤をのんで対策することができました。

留学中は、主にジェンダー学の知識を深めるのと、フィンランドの文化やイベントに多く触れることを目標に過ごしていました。勉強面では、Global politics of gender や Finnish society and culture などの授業を受講し、大学院生向けの授業では毎回論文を読んで授業に臨んでいました。ディスカッション形式の授業が多く、多様な国から来た学生のジェンダーに対する考え方の違いを知ることができました。また、卒業研究の一環として、フィンランドの学生8人に対して性別役割分業に関するインタビュー調査も行いました。日本人にも同じ質問項目のインタビュー調査をして、分析をしていく予定です。課外活動としては、AIESEC という団体に参加し、海外でインターンシップやボランティア

活動をしたいフィンランド人向けのサポートをするほか、私自身も AIESEC のプログラムを通じて、アゼルバイジャンでのボランティア活動をしました。ジェンダーという概念があまり浸透していないアゼルバイジャンという国で、ジェンダーの概念を伝えるセミナーを開くという大変貴重な経験をすることができました。他にも課外活動としてディベートクラブに参加し、週一回、テーマに沿ってディベートをする機会もありました。また、ヨーロッパの民族舞踊が好きなのでフィンランドの民族舞踊を踊る地域団体に参加しました。フィンランドではポルカとワルツと呼ばれる踊りが主流のようです。月に2,3回ほど活動し、フィンランド舞踊をステージで踊る貴重な機会もいただきました。

文化面においても様々な体験をしました。まず日照時間が日本と大きく異なります。夏には22時ごろまで太陽が沈まず、冬には15時ごろに太陽が沈むため、夏はもちろん一日中外で活動することができ、冬はイルミネーションがとても綺麗です。サウナはフィンランド発祥ということもあり町中や湖のそばにあるだけでなく、アパートの建物にも付属していて気軽に利用することができます。湖のそばにあるサウナでは冬でも水着姿で湖に飛び込んでいました。Sitsit パーティーというイベントも有名で、参加者が、テーマに沿って仮装し、パーティー中に何かルールを破ると罰ゲームが下されます。5月には Vappu と

WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

いうお祭りが開催されます。学生が専攻ごとに異なる色のオーバーオールを着て、出し物を作り、町を練り歩いたり、シマーと呼ばれる微炭酸入りのはちみつの飲み物が飲めたりと、フィンランドの雰囲気を楽しむことができます。

フィンランド留学では旅行も一つの楽しみでした。12月後半には、ヘルシンキやポルヴォーという町に国内旅行をしました。ポルヴォーは小さい町ですが、クリスマスのイルミネーションと真っ白な雪と可愛い建物が目を引きます。ヘルシンキでは様々な教会を巡り、クリスマスマーケットにも訪れました。12月31日の夜にはタンペレで花火が上がり、タンペレに住む多くの人が市内中心に集まり新年を祝いました。ロヴァニエミというフィンランドの北にある都市にも訪れ、サンタクロースに会い、オーロラを見ることもできました。トゥルクという町は昔のフィンランドの都市で、城塞を巡るのが楽しかったです。

留学後は、就職活動をして進路を決め、来年の四月から就職する予定です。就職活動については留学中にロンドンキャリアフォーラムに参加したり、スカイプ面接を

したり等対策をしていました。また、留学後から卒業研究を本格的に始めました。

留学を経て、様々な考え方が変わりました。時間に追われず生きる大切さ、当たり前だと思っていたことが当たり前ではないと気付いた時にそれを受け入れる力、など、大切なことをたくさん学びました。また、今回の留学で私にとって初めてのシェアアパートなど、日本では経験できない様々なことや、個性豊かな友人に出会うことができました。はじめは卒業を一年遅らせることに抵抗がありましたが、今は全く後悔していません。私の留学を支えてくださったすべての方々に感謝しています。今後は、これらの経験を活かしてさらに成長していきたいと思います。



WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

フィンランドのタンペレ大学に留学して

文教育学部 言語文化学科 グローバル

文化学環

1610222 川越桂華

④ 留学準備に関して

留学準備は周囲の協力のおかげで比較的スムーズに進んだように思います。派遣先大学に提出するモチベーションレターとスタディプランに関しては、派遣先大学に期待されていたような書き方ではなかったようで、一度提出した後5月中旬に再提出の連絡がきて、とても焦ったことを覚えています。寮は家賃や場所、個室かフラットシェアか等を事前にHPで把握し希望を出すことができました。ただ、立地や寮の状況に関しては行ってからわかることも多く、もし譲れない条件があるのであれば、同じ街に留学した人に聞くことがいちばんだと思います。

⑤ 留学中のことに関して

1. 授業や学校生活に関して

せっかく留学するのであれば、という気持ちがあり、また「フィンランドの夏が存分に楽しめる」という謳い文句に惹かれ、8月上旬のサマースクールから参加しました。サマースクールでは、タンペレの街を離れ、フォルツサというところに泊まりこみで建築系

ワークショップに参加しました。この授業は留学中最も心に残ったものの一つで、参加して良かったと思います。また、サマースクール期間中、留学生向けにタンペレバスツアーやカヌー体験等のイベントも開催されていました。22時まで外が煌々としているフィンランドの夏も経験できました。高緯度にあるフィンランドでは、一週間変わるだけで日の入り、日の出の時刻や季節の様子がぐんと変わるような感じを受けたため、フィンランド到着を早めにしたのは良い選択だったと思います。

学期中にとった授業は様々な国から来た留学生と、ときにはフィンランド人学生と一緒に英語で受けました。授業に関しては、オンラインの授業教材が充実していること、授業に対して求められる自主学習の時間が多いことが特徴的でした。日常会話や授業の内容の聞き取り、文献を読むことはできましたが、ディスカッションやレポートでは自分の意見を英語で満足に表すことができず、苦しく感じることもありました。フィンランド語の授業では、フィンランド語はもちろん、フィンランドの文化なども教わりました。英語が通じるフィンランドですが、現地人の日常会話はフィンランド語で行われており、スーパー等での表記もフィンランド語であるため、そのような観

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

点からも、フィンランド語を学べて良かったと考えています。

学食は種類や数の決まりはありましたが、2. 7€程でビュッフェ形式だったので、よく利用していました。学生割引がある施設も多く、暮らしやすかったです。

2. 住居に関して

個室のある学生アパートに住んでいました。サウナにも街にも近く、何より、真裏が湖だったことが良かったです。シャワーとお手洗いが自室にあり、サウナとキッチン、洗濯機が共用でした。入居者 100 人のアパートに対してキッチンが 4 つしかなかったこともあり、使い方が度々問題になっていました。洗濯機はオンライン上で予約し使う決まりでしたが、時々トラブルがありました。大人数が生活しているだけあり大変なこともありましたが、アパートで出会えた友人も多かったです。

3. 生活に関して、その他

留学生に対してフィンランド人学生のチューターがつき、わからないことは聞ける仕組みがありました。チューターとの距離は人それぞれでしたが、私はときどき会って話をしていました。留学中はフィンランド人学生のチームが企画してくれたイベントに参加したり、ヘルシンキや他の街に遊びに行ったり、ムーミン美術館に行ったり

してフィンランドを満喫していました。

物価が高いと言われるフィンランドですが、食品はそれほど高くなく、また、携帯料金はギガ使い放題で月 30€ 程、バスもゾーン制で定額だったため、生活する分には日本と比べてそれほど困ることはありませんでした。セカンドハンドショップも多く、冬用の服や靴など必要なものはそこで買っていました。色々な場でヴィーガンやグルテンフリーの選択肢があること、有料レジ袋や土に還るレジ袋など、普段の生活の中で日本との違いを学ぶことも多くありました。

各国から来た留学生は、皆、サウナが大好きになっていました。私も例に漏れず、フィンランドのサウナが恋しいです。森や湖がすぐ近くにあっても行けることも良かったです。

⑥ 留学後の進路について

3 年次後期の半年間の留学だったため、4 年で卒業し、来春からは社会人になる予定です。

就職活動をしたり、日本で留学前と同じような生活を送ったりしていると、留学中に感じていた、様々な人の生き方や考え方に少しずつあれ触れて得た、自分の将来に関するなんとも言えない思索は、今の自分とは別のもののように感じてしまいます。

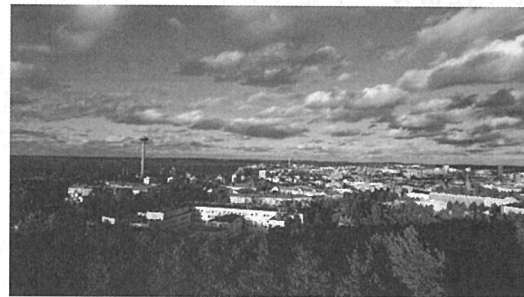
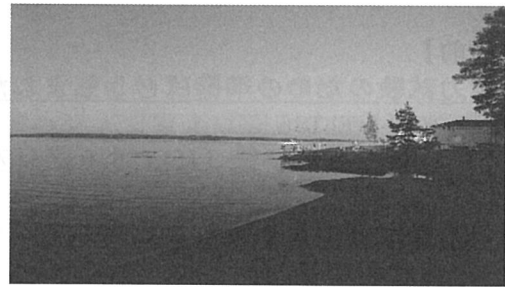
WHAT ?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

しかし、留学中の出来事も、そのとき感じたことも、留学後の自分も地続きの存在であり、留学で得たことを糧にこれからも歩いていきたいと思えます。これからどういう進路を歩いていくかはまだわかりませんが、留学中に考えたことが将来に繋がることもきっとあると思えます。

最後になりますが、フィンランドのタンペレ大学に留学するにあたってお世話になった国際教育センターの皆様、国際課の皆様、留学を応援してくれた家族や友人に心から感謝しています。タンペレに留学できて本当に良かったです。これからタンペレに留学する皆さん、きっと

良い経験が待っています。応援しています。



WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

派遣されていた期間

<タンペレ大学>

Aさん：2018.8 - 2019.5

Bさん：2018年8月～12月

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

Aさん：必要 (IELTS6.5)

Bさん：教材で自主学習 (IELTS6.0が目安)

ビザの取得はどのようにしましたか？

Aさん：大使館に申請

Bさん：在留カードをインターネットで申請の上、大使館で取得

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

Aさん：航空券は自分でオープンチケットを購入。保険も自分で手配した。

Bさん：派遣が決まった段階から、親と相談しながら手配を始めた

宿泊先はどのように選びましたか？

Aさん：タンペレ大学が紹介してくれた TOAS という紹介業者とやりとりをして決めた。

Bさん：プライベートが保たれる空間（トイレ・シャワーが個室内にある）、立地を重視

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

Aさん：部屋が広く、自分の部屋があり、すみごちがよかった。

Bさん：トイレ・シャワーが共用でないのは個人的に楽だった。キッチンの使い方や夜の騒音は住んでいる当時は多少ストレスを感じた。私のようなアパートでなくフラットに住んでいた友人は、フラットメイトと仲良くやっている場合は密な交流ができてとても楽しそうだった。

1ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

Aさん：35000円くらい

Bさん：5万円程度

1ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

Aさん：娯楽費を入れても80000円ほど。自炊をしていれば問題ない。

Bさん：旅行を除けば3万円以内（居住費除く）に収まっていたと思う。物価は東京と変わらないが、携帯の通信費と交通費が抑えられる。

勉強にかかる費用はどれくらいでしたか？

Aさん：かからなかった。

Bさん：教材はオンラインで配布されるものも多く、買った教科書は1冊で1000円以内だった

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

Aさん：落ち着いていて散歩が楽しい。

Bさん：大学は街の中心部にあり、買い物等に便利な上、周辺の治安も良好だった

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

現地の気候はどうでしたか?

Aさん：夏は晴れが多く、冬は寒いがふわふわの雪を楽しめる。ただし短い日照時間によるうつを予防するためにビタミン剤は飲むべき。

Bさん：夏は日が長く、適度な暑さで過ごしやすい。冬は日照時間が極端に短く、足の寒さと乾燥も辛かった。

生活する上で日本から持って行った方がよいものは?逆にいらぬものは?

Aさん：レトルトの日本食。洋服は現地のセカンドハンドで買えば安いので少なくとも良い。

Bさん：今考えると大抵のものは不要だったと思う。変換プラグは必要。お好み焼き粉や日本のミニサイズの調味料は友人が重宝していた。

現地で注意した方がよいことはありましたか?

Aさん：治安が良いので特になし。強いて言えば日照時間が夏と冬に極端なので、睡眠に若干影響が出るくらい。

Bさん：日照時間が短い冬には心身を整える対策が必要だと思った。

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか?受講していた場合、クラスの形態(開催時期)・内容・レベルを教えてください。

Aさん：していない。が、多くの方はフィンランド語のサバイバルコースを受講していた。かなり初歩を教えてくれる。

Bさん：受講していた。週1回、挨拶や時刻の伝え方等を学ぶ初学者向けのクラス

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか?また、制約があった場合、どのような制約でしたか?

Aさん：制約はない。ただし、大学院の授業は重い。その分身に付くことも多い。

Bさん：医学系のクラスに制約がある以外は比較的自由に選択できた

1週間に何コマ履修していましたか?また、制度上何コマまで履修できますか?

Aさん：一週間に4~5コマ。制約は覚えていない。

Bさん：時期によって変動があったが5コマ程履修していた。上限はなかったが目安として5コマ(厳密にはコマ数でなく単位数で表現)が上限と考えられていた。

授業についていくのは大変でしたか?また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか?

Aさん：授業による。主に準備で文献を読んでいた。課題は授業のたびレポートを書くなど。

Bさん：予習・復習など自主学習が多く1コマの比重が重いことが大変だった。文献を読む、オンライン上でコメントするなど様々な準備や課題

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか?

Aさん：フィンランド人が取る授業であれば、ある。ほとんどは他の留学生と一緒に授業。

Bさん：留学生向けの授業を現地の学生が受講していれば話す機会はあった。

課外活動には参加しましたか?もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

Aさん：週1回ディベートクラブで、テーマに沿ってディベートした。また、フィンランド舞踊をする地域の団体にも参加し、月2回ほど踊ってステージにも出た。AIESECという団体のスタッフも経験した。

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

Bさん：同じ学部の現地学生が留学生に向けて開いてくれるイベントには積極的に参加していたが、他の課外活動には参加していなかった。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？（週末あるいは長期休暇）

Aさん：旅行。セカンドハンド巡り。カフェ巡り。課題。学生イベントへの参加など。

Bさん：大学で出会ったヨーロッパ在住の友人を訪ねたり、留学生の友人と旅行したりしていた。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

Aさん：特になし

Bさん：特になし

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

Aさん：就活に期間がかかる人は就活を始めておくといい。

Bさん：お土産を少しずつ準備したり、お別れを言う時間を取ったりすれば良かった。帰国直前は日程が詰まってしまった。卒論の構想を練っておけば良かった。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

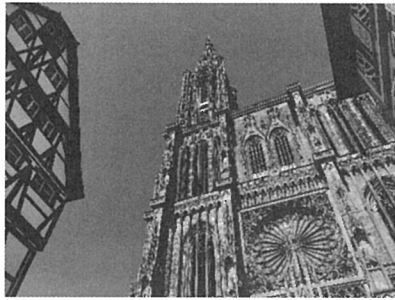
Aさん：ロンドンキャリアフォーラムへの参加。東京サマーキャリアフォーラムへのエントリーとスカイプ面接。それらに伴って自己分析、ES準備、業界職種研究をした。そのため6/1に帰国して2ヶ月で就活を終えることが出来た。

Bさん：ほとんど何もしていなかった。企業を調べる、ESの練習等しておくべきだった。

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート ストラスブール大学への留学を終えて

文教育学部言語文化
学科 1610205 飯田りかこ



①留学準備

私は、大学入学時からフランス留学を希望していた。きっかけは、高校までフランスを起源に持つカトリックの学校に通っていたことや、フランス語の響きに魅了され、いつか留学してフランスで生活してみたいと思ったことだ。お茶大との三つの提携校のうち、ストラスブール大学を選んだ理由は大きく二つある。一つは、留学生の音楽学部への交換留学が許可されていた唯一の大学であったこと。もう一つは、ストラスブールの街並みに虜になってしまったからだ。このような思いをもって留学準備を始めたが、一番の問題は語学力だった。ストラスブール大学に留学するためには、B2という語学レベルが必要で、さらに音楽学部を含む特定の学部はC1というB2より一段階高いレベルが要求されていた。大学からフランス語を始めたため、書類を提出するまでの約2年でこのレベルまで上げることは難しく、結果的にB2レベルで留学できるストラスブール大学の文学部に留学することになった。音楽学部の要求レベルよりは低いものの、B2という壁は高く、

私は、大学入学時からフランス留学を希望

心が折れそうになることもあったが、ありがたいことに私には一緒にストラスブール大学への留学を目指す友人がいたため、彼女と励まし合いながら勉強をすることができた。そして、先生方や先輩方、お茶大へのフランス人留学生にも助けられながら、留学直前になんとかB2を取得した。ストラスブール大学からの受け入れ許可書が届くのに時間がかかり、不安な日が続くこともあ

ったが、沢山の方に「大丈夫だよ」と声を



かけていただきながら待ち、無事に留学を許可していただくことができた時は本当に嬉しかったのを今でもよく覚えている。

②留学中

ストラスブールの地に降り立った時は、感動して小さく声を上げたような



気がする。今まで勉強してきたフランス語が当たり前のように飛び交う光景に胸が高鳴り、これから10か月、ここで生活していくことができるという幸せを感じた。とはいえ、他国から来た留学生のフランス語レベルの高さに圧倒され、自分のフランス語力のなさを受け止めるのが辛かったり、

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

授業で課された小説がなかなか読み終わらなかつたり、面白い内容の授業のはずな



のに、言語の壁があつて十分に理解できないもどかしさを感じたりと、大変なことも多か

つた。しかし、次第に内容が理解できるようになり、単位も無事に取得できたことは自信にもなっているし、辛かったことも含めて留学してよかったと思っている。仲良くなったフランス人の家にお邪魔してもらい、おいしいチーズと豊かな自然、温かい家族の方に囲まれて週末を過ごせたこと、寮のキッチンで出会ったにぎやかで明るい学生たちやオルガンを快く弾かせてくれた教会の神父様、日本語学科の学生たちとの出会い、所属した合唱サークルで幅広い年代の方と共に歌い、お話しできたこと。ここには書ききれないほど多くの方に会い、彼らの温かさに励まされながら留学生活を送ることができた。また、フランスには、クリスマス休暇や夏休みのほかに、1週間ほどの短いバカンスがあるため、その期間にフランスを含め、ヨーロッパの様々な国へ旅行し、素晴らしい景色や遺産に触れてきた。バスを使えば安価に多様な目的地へ行くことができるのは、ヨーロッパ留学の醍醐味でもあるのではないかと思う。

このように、歴史も気候も文化も違う人や場所との出会いに支えられ、留学中の10

か月は非常に密度の濃いものになった。今回の留学を応援し、支えてくださったすべての方に感謝したい。



③留学後の進路

留学中から少しずつ就職活動の準備を進めた。異なる価値観を持つ人々の中で生活していく留学という体験を通して、違いを受け入れることで視野が広がることに気付いたため、これからの生活にも活かしていきたい。



WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

派遣されていた期間

<ストラスブール大学>

- ・2018 年 8 月～2019 年 6 月

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

- ・B2 レベルが必要だったため、大学での授業と DELF や TCF の試験対策テキストを使って勉強しました。その他にも、教授や TA さんに文章の添削などの指導をお願いしたり、学内のフランス語カフェでフランス人留学生や先輩方と話す機会をつくりました。

ビザの取得はどのようにしましたか？

- ・在日フランス大使館に必要書類を提出しました。書類提出には基本的に事前予約が必要ですが、フランス政府給費留学生である場合と交換留学を希望する場合は、水曜日の 9 時～11 時半（大使館の HP で確認してください）であれば予約なしで提出できます。私は acceptance letter の到着が遅れており予約が取れなかったため、この時間に行きましたが、9 時前に到着しても暑い中かなり並んだので、早めに行くことをお勧めします。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

- ・往復の航空券を出国の 2 か月ほど前に手配しました。海外旅行保険は、「t@biho たびほ」に出国 1 か月ほど前に登録しました。

宿泊先はどのように選びましたか？

- ・大学への近さと費用の面から寮を選択しました。

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

- ・トイレ・シャワー付きの部屋で、キッチンも共同でした。小さい部屋でしたが、住めば都という感じです。

1 ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

- ・約 2 万 2 千円（175 ユーロ）でした。本来は 3 万 3 千円程度（260 ユーロ）ですが、住宅補助（CAF）を申請し、月に 1 万円ほど（85 ユーロ）いただけたので、寮費を抑えることができました。

1 ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

- ・約 10 万円。物価は、物にもよりますが日本より少し高い印象でした。
内訳：食費約 2 万 5 千＋寮費 2 万 2 千＋通信費（携帯電話）2500＋その他生活費 1 万 3 千＋余暇（旅行など）約 4 万

勉学にかかる費用はどれくらいでしたか？

- ・文学部だったため、授業で使用する小説や辞書を用意する必要があり、1 セメスターにつき 1 万円程度かかりました。

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

- ・緑が多く、過ごしやすい雰囲気でした。カフェやケバブのお店や大きなスーパーも近くにあり、生活しやすかったです。

現地の気候はどうでしたか？

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

- ・一年を通して日本より乾燥しています。夏はかなり暑く、フランスは冷房設備がないところが多いため（寮にも冷房はありません）苦勞しました。

生活する上で日本から持って行った方が良いものは？逆にいらぬものは？

- ・小さい透明のビニール袋は何かと役に立ちました。トラムで少し行けば IKEA などもあるので、留学してすぐに使わないような生活雑貨は持っていく必要はないと思います。

現地で注意した方が良いことはありましたか？

- ・トラムに乗車する際は、駅で必ずチケットを有効化しておかないと罰金を取られる恐れがあり、友人も何人か罰金を払われていたので注意してください。
ストラスブールは比較的治安の良い街だとは思いますが、特にクリスマスマーケットの時期は観光客も多く、発砲事件も起こったので、そういうこともある、という心構えが必要です。

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか？受講していた場合、クラスの形態（開催時期）・内容・レベルを教えてください。

- ・外国人のためのフランス語の授業を履修しました。1週間に1回、2時間のクラスです。内容は生徒が自主的に決められますが、5分間作文や新聞記事の発表、話し合いなどの課題が定期的に課されます。レベルはB1~C1程度ですが、流暢に話せる学生が多かった印象です。

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか？また、制約があった場合、どのような制約でしたか？

- ・授業は自由に選択できました。

1週間に何コマ履修していましたか？また、制度上何コマまで履修できますか？

- ・週に7~8コマ（スポーツ含む）履修しました。制度上の制限があるか分かりませんが、文学部の授業をすべて取ると12コマになります。

授業についていくのは大変でしたか？また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか？

- ・レジュメや板書がほとんどなく、教授が話していることをメモする形式の授業だったので、ついていくのが大変でした。授業で扱う小説を読んでもらうと言われることくらいで、授業毎の準備や課題はほとんどありませんでした。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか？

- ・授業内で現地の学生と親しくなる機会ほとんどなかったので、授業前などに自分から積極的に声をかけました。

課外活動には参加しましたか？もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

- ・合唱のサークルに参加しました。週に一度、大学の教室で2時間程度練習をします。主にラテン語、ドイツ語、フランス語の歌を練習しており、大学の式典やコンサートで歌いました。老若男女さまざまな世代の方がいらっしゃいましたが、どの方も優しく、アルザスやフランスの文化を教えていただいたり、逆に日本の文化を教えたりして、交流を深めることができました。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？（週末あるいは長期休暇）

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

・週末は授業の復習をしたり、フランス人の友人の家にお邪魔させてもらったり、フランスの街を訪れたりしました。バカンス時にはヨーロッパ旅行に行くことが多かったです。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

・デモや発砲事件はありましたが、トラブルに巻き込まれることはありませんでした。

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

・携帯 SIM の解約などの諸手続きの手順は早めに確認しておくことをお勧めします。また、単位交換をするのであれば、シラバスや時間割表などはパソコンに保存しておくといいと思います。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

・帰国後すぐ就職活動をしようと考えていたため、Web 企業説明会を聞いたり、エントリーシートの提出や Web テストの受験を現地で行いました。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

パリ・ディドロ大学交換留学報告書

お茶の水女子大学大学院人間文化創成科
学研究科歴史文化学コース 2 年

1840144

萩原有紀

1 留学準備に関して

パリ・ディドロ大学での交換留学にあたって、そのための手続きや準備はいささか複雑でわかりにくいものであった。規定も年によって変わるらしく、また私の行った準備も反省の余地があるものだと思うが、ひとつの経験談としてここに残しておく。

交換留学が決定する以前の準備段階として、まず必要となるのは語学スコアの取得であった。私の場合、TCF というフランス語試験の B1(中級レベル)を取得し、留学の申請に役立てた。このスコアは留学中にも語学レベルの証明として利用できたので、できるだけ高いレベルを目指すに越したことはないと思われる。

その後お茶の水女子大学での交換留学生募集に申請し、計画書の提出や面接などを経て送り出しが決定、パリ・ディドロ大学の留学プログラムへの応募を行なった。この時点ではまだ留学の受け入れ自体は決まっておらず、私の場合その決定を知ることができたのが出発の数ヶ月前だったため、多少心理的な負担を感じた。

日本からフランスへの留学をするためには、キャンパス・フランスという団体に登録したのち、いくつかのステップを踏む必要がある。交換留学生は其中でさらにエチュード・オン・フランスへの登録が課される。オンライン申請と登録料支払いを済ませたら、晴れて学生ビザの申請手続きに進むことができる。規定の書類を準備の上、あらかじめ予約した日にフランス大使館でビザの申し込みを行い、長期学生ビザの添付されたパスポートを後日受け取るといった流れである。

ビザ取得以外にも、並行して進めなければいけない手続きは様々にあった。最も気を揉んでいたのは住居の問題であったが、私は運良く留学先から学生寮を紹介してもらうことができた。しかし、現地で住居を借りるための保証人代行サービスである VISAL の申し込みのため、膨大な量の書類提出が求められた。また、渡仏後に行うべき社会保険や住宅補助の申請のために、戸籍謄本やアポスティューユ(日本外務省による公文書証明)の取得およびその法定翻訳の依頼が必要であり、これにも長い時間を要した。その他、海外保険の申し込みや飛行機の手配、奨学金申請なども随時行った。

以上のような留学手続きのほとんどは双方の大学を通してではなく、個人的に遂行しなければならない。どの情報が自分に役立てられるのか見極めながら、日仏協会主

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

催の留学予定者向けガイダンスや、既にフランス留学を終えた先輩方への相談、インターネットなどを活用して手続きを進めていった。個人的には留学最中よりも留学前の手続きのほうが苦勞を要するものであったとさえ感じているが、それを乗り越えることである種の覚悟を得ることができたように思う。

2 留学中のことに関して

渡仏後すぐ、元々応募していた留学生向け語学プログラムに参加した。内容は文法の確認やフランス語会話の練習といった基礎的なものであったが、一日中フランス語を浴びる生活に最初は戸惑ってしまった。しかし本格的な授業が始まる前にある程度フランス語に慣れることができたという点と、留学生同士の繋がりを作れたという点では良かったと思う。

9月の中旬には正式に授業も始まり、私は外国人向けのフランス語授業に加えて、専門領域である美術や文学の講義に参加した。初回の授業は教授の発言が全くと言っていいほど聞き取れず、呆然としたのをよく覚えている。語学力不足から予習・復習なしにはとてもついていけなかったため、講義の録音テープの書き起こしや配布プリントの読み込み、ときには現地の学生に教を請うて授業への参加に努めた。最も難解で課題も多かった現代美術の授業で、15 を超えるレポート提出と発表を乗り越えて合格点を得たときは達成感を味わっ

た。

授業外では、パリ・ディドロ大学の日仏交流コミュニティで現地の学生たちと触れ合うことができた。また、大学主導で学生同士マッチングをしてくれるバディ・プログラムを活用し、趣味や性格の合う現地学生と会話の練習をするなどコミュニケーションをはかれた。フランスでの生活に慣れ事務的な会話はスムーズにできるようになっても、友人を相手にした親密な会話にはなかなか慣れず、異文化コミュニケーションの難しさを感じさせられた。

授業のない日の多くは美術史学の修士論文のための研究に費やしていた。現地でしか手に入れない資料集めのため、各地の美術館や資料館、図書館へ足を運んだ。パリ・ディドロ大学のすぐ側にある国立図書館の扱いも当初は全くわからず手間取っていたが、挑戦を繰り返し難なく利用できるまでにはなった。留学前の学部生時代、旅行で初めてパリへ赴いて研究らしいこともできず帰ってきた頃のことを思えば、随分と成長したように感じられる。

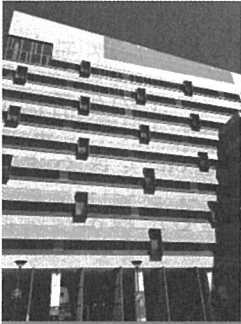
3 留学後の進路について

留学後はまず修士論文の執筆に打ち込む予定である。現地調査を重ねた末の今の自分の最大限の力で成し遂げることで、交換留学の成果を多少なりとも示せたらと考えている。納得のいくまで研究ができた後

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

には、就職という道に進む予定である。具体的な職種などはまだ不確定であるが、今回の留学で培った語学力や、慣れない環境で生き抜く精神力、異文化をも乗り越えるコミュニケーション能力を生かした仕事ができればと考えている。



【写真1】パリ・ディドロ大学の校舎

【写真2】セーヌ川

【写真3】フランス国立美術史研究所図書館内

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

パリ・ディドロ大学での一年間

文教育学部人間社会科学科

1710416 酒井綾子

① 留学準備

私は教育学部に所属しているため、フランス語学科の授業を受講した。1年生の時はフランス語の文法を学んだので、2年生はより実践的に使う練習をしたく、ネイティブの先生との演習形式の授業を選択した。実際に自分の言葉をフランス語にするのは簡単ではなく、フランス語を声にするのは大切だと感じた。またフランス語で小さな発表ではあるものの、長い時間話す練習は現地で生きると振り返って感じる。学習面以外では、事前にインターネットで留学経験者の情報をもとに電話会社や銀行を調べ、到着後の不安を減らした。

② 留学中

一学業

留学先では社会学のコースを選択し、学校社会学や家族社会学などの授業を受講した。社会学の場合は講義の授業と演習の授業がセットになっていたため、発表やインタビュー調査と講義内容をさらに深める機会があった。日本の授業とは違いレジュメが配布されることがないた

め、学生は皆パソコンに教授言葉を文字起こしていき。私自身はじめは一生懸命一音一句書こうと試みたが、音が拾えてもスペルがわからず辞書で単語が調べられなかったり、その場で聞いて理解するも次の文章が入ると抜けてしまったりと授業についていくのは難しく、クラスメートにノートを見せてもらうなど周りに助けをもらいながら学習を進めた。発表やインタビュー調査は講義とは違い自らフランス語で自分の意見を伝えなければならない。大勢のネイティブの学生を前に、自分の文章や発音でしっかりと伝わるのかという不安と緊張があったが、教授や学生は優しく見守ってくれた。15分、20分間、学術的なテーマで発表できたことは一つのプログレスであり、自信にも繋がった。

今回の留学での一番の習得は私の中で社会学へのイメージが変わったことである。今まで社会学は日本で学んでいる教育学のベースであることは理解していたものの、私の中で規模が広く、理論が難しいと偏見を持ち、

勝手に遠ざけてしまっていた。しかし、実際に授業を通して同じ現象に対する学者の異なる理論をみる中で、同じ世界を違う見方で測っているのを面白いと感じるようになった。この変化は私にとって大きいものであった。

また、どの講義もフランスの様々な事例

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

にフォーカスするため新たな考えを知ることができた。家族社会学やジェンダーの授業などで日本とは異なる法や考え方は面白く、国により大きく異なると改めて学ぶ機会となった。(パリ・デイドロ大学→)

一クラブ活動

日本の大学では部活に所属しており、フランスでも何かしらの形でスポーツを続けたいという思いがあったため大学の授業外クラブにエントリーした。フランス語でコミュニケーションを取ることに自信がなかった私にとって言葉がなくとも活動ができるスポーツはフランスの生活に慣れるまでの毎週の楽しみになった。徐々にフランス語で会話することも楽しくなり、たくさんの仲間ができた。

一生活

パリで一番はじめに感じたことは、日本は非常に便利な国であるということである。初日にプリントをする必要性があったが、フランスでプリントをしたい場合は専門の店または学校の図書館に行かなければならないことを知った。日本ではどこにでもあるコンビニエンスストアで24時間いつでも作業ができると、フランスは不便だと感じてしまったのだが逆に今まで便利な社会に頼り切っていたことに気づかされた。寮は大学の近くにあ

り、観光地で有名な中心地からは離れていたため治安もよく生活しやすい地域だったが、メトロでの移動や観光地エリアに向かう必要がある際はスリやひったくりなどに注意する必要があるため帰国するまで気が抜けません。

また休暇を利用し、国内外を旅行した。一つ印象的だった国はモロッコである。元々アフリカ大陸に興味があり地理的にも近いことから今回訪れた。歴史的背景のもと公用語としてフランス語が使われているのだが、一つの言語でさらに様々な文化に触れ、たくさんの人と繋がることのできるフランス語を学んで良かったと感じた。現地の人と対話することで知るだけではなく、価値観・意見を交換できる楽しさがある。またこの留学をきっかけに一人旅をはじめた。旅先のフランス人や日本人と仲良くなったり、待ち時間で英語で会話したりと同じ共通の言語があることでさらに出会いが増えるのだと実感し、もっと色々な人と話せるようになりたいと思うようになった。

(フランスの田舎町：コンク)

③ 留学後

まず、第一に語学試験の受験に向けて語学の勉強を続けて、アカデミックな会話をフランス語でできるまでの力をつけたい。また授業の内容を翻訳して終わってしまったため、学んだ内容を日本語の文

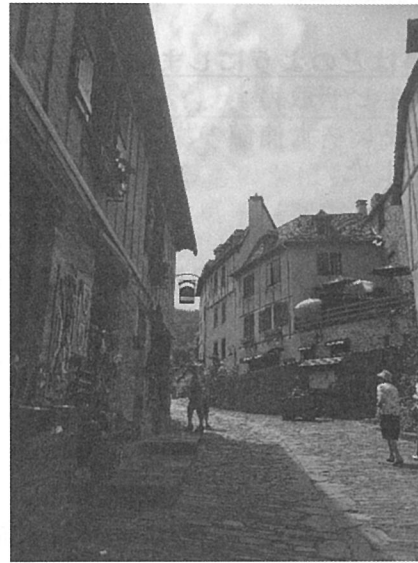
WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

献を探し、わかるから理解に変えていき
たい。

今回トルコ人の友人がたくさんでき、実

際にトルコの実家をお邪魔したり、モロ
ッコに行ったりとイスラーム文化圏への
興味がさらに湧いたので関連する授業を
日本で受講できたらと思う。



【中学留】

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

派遣されていた期間

<パリ・ディドロ大学>

Aさん：2018年9月1日から2019年6月31日

Bさん：2018/2019

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

Aさん：TCFB1

Bさん：Delf b2 or tef b1

ビザの取得はどのようにしましたか？

Aさん：学生ビザ取得

Bさん：フランス大使館の場合、水曜日は学生が予約なしでいける日だったので、その時に行きました。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

Aさん：留学生向けエージェントの利用

Bさん：お茶大で勧められた保険に入りました。

宿泊先はどのように選びましたか？

Aさん：学生寮

Bさん：寮は留学先に申請時に一緒に申請しました。

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

Aさん：良好

Bさん：寮（アパートのようでした）

1ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

Aさん：5万円程度

Bさん：五万いかないくらい。（住居補助金申請することもできます。）

1ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

Aさん：6万円程度、東京よりやや高め

Bさん：外食は高いので、毎日自炊です。食費が2万、3万くらいだと思います。

外で飲んだり、食べたりするともっとかかるかと思っています。また、日本食ショップで調味料を調達したためだと思います。

移動は学生の場合年間350ユーロでパリ内を移動し放題の定期があります。

勉強にかかる費用はどれくらいでしたか？

Aさん：図書館を利用したため、ほぼ無し

Bさん：ノートとペン代くらいです。

あちらではA4サイズのノートを使用します。

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

あちらでは使用する文献を印刷して冊子にしてくれるので、教科書代はゼロです。

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

Aさん：良好

Bさん：オフィスも立っており、スタバやファストファッションの店などあります。開発途中などところもあります。パリとはいえ外れなのでゆったりとすごせます。

現地の気候はどうでしたか？

Aさん：湿度が低く過ごしやすかった

Bさん：冬は寒く、夏は暑いです。冬も太陽が出れば暖かいです。冬は日照時間が少ないので暗いです。

生活する上で日本から持って行った方が良いものは？逆にいらぬものは？

Aさん：パソコンやスマートフォン付属品は日本製のものが安く高品質なのでなるべく多く持っていった方が良い。その他はほとんど現地で手に入るものがほとんど。

Bさん：いる→ヒートテック、カイロ、文具、箸、日本のお菓子（友達に配れます）、洗顔料（洗顔料というコーナーがありませんでした。売っていない可能性が高いかと…）

いらぬ→調味料

現地で注意した方がよいことはありましたか？

Aさん：スリ

Bさん：スリ、集団で署名を求めてくる少女たち、しょっちゅうメトロが工事で動かなかったり、ストライキでストップするので、色んな帰り方を調べておく、デモしているところにはいかない。

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか？受講していた場合、クラスの形態（開催時期）・内容・レベルを教えてください。

Aさん：2019年9月3日から1週間程度。B1レベル。文法のおさらいや会話練習、現地観光など。

Bさん：F1eクラスをとりました。各学期2つまで取れます。しかし2つとる場合は必ず1つはグラマーをとらないといけません。レベルは試験によって割り振られます。人数はクラスによります。

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか？また、制約があった場合、どのような制約でしたか？

Aさん：自由に選択できた。

Bさん：自由でした。ルールは最低二教科とることです。

1週間に何コマ履修していましたか？また、制度上何コマまで履修できますか？

Aさん：前期4コマ、後期3コマ。履修限度は設けられなかった。

Bさん：4コマですが、社会学の授業の場合演習と講義でワンセットなので、日本でいう6コマ分です。授業によっては2時間あります。

授業についていくのは大変でしたか？また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか？

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

Aさん：授業そのものは比較的平易であったが、試験が厳しかった。授業内容の録音を書き起こしたり、講義ごとにノートをまとめることで理解を進めた。課題は作文や発表など。

Bさん：声を録音しました。

講義はパワポを書き写して、翻訳の繰り返しでした。

演習は毎回文献を読んで発表、プリント、討論という形で文献を訳して、プリントを提出しました。

また、発表も2人組で行いました。

1つの授業ではインタビューが必要だったため、知人を通して相手を探し、インタビューを行いました。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか？

Aさん：あまりなかった。

Bさん：グループ学習がありその時に仲良くなりました。

課外活動には参加しましたか？もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

Aさん：不参加。研究に割く時間を確保したかったのと、現地学生とのコミュニケーションは授業外のコミュニティ(日仏交流サークル)への参加で十分行えると考えたため。

Bさん：はじめ大学の仏日会に顔を出しましたが、その後行く機会が減りました。

ボランティアにはいくつか応募したものの、返信がないまま終わってしまいました。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？(週末あるいは長期休暇)

Aさん：研究、旅行

Bさん：パリの観光を含め、フランスの観光地を回りました。

友人と日本食会を行ったりしました。

また、長い休みには他国にも旅行にいきました。(スペインや、モロッコ、トルコ)

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

Aさん：スマートフォンが壊れたが、購入し直した。

Bさん：初日に携帯を無くしました。

iPod touchがあったので、wifiをはじめ頼り、その後新たな端末を入手しました。

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

Aさん：銀行口座の閉鎖手続きの確認。家賃デポジット返却の関係で帰国前の口座閉鎖が出来なかったため。

Bさん：言語と学ぶ分野において、その国の学者について少し知っておく。

英語は話せて損しません。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

Aさん：自己分析

Bさん：特にありません。

留学後そのままセネガルにボランティアにいきました。

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

ベトナム・ハノイ大学への留学を経験して

文教育学部 人間社会科学科

グローバル文化学環 4年

佐橋ひなの

海外保険の加入へと進めずやきもきしたこともありましたが、出発2週間前によくビザを取ることができましたが、出発前から文化の違いの洗礼を受けた気がしました。

①留学準備について

私がベトナムへ留学しようと思ったきっかけは、グローバル文化学環で開発について学ぶ中で、幸福度について関心を持ったことでした。世界には国の開発度、発展度を測る様々な指標がありますが、発展途上国と言われるベトナムではいくつかの研究で比較的幸福度が高いという結果が出ています。以前から途上国の支援に携わりたいと思っていた私は、このことを知り、ベトナム人が考える経済以外の豊かさとは何か、ベトナム人自身は開発についてどのように考えているのか知りたいと強く思い、ベトナムへの留学を決めました。

留学準備としては特に語学力のアップに力を入れました。スピーキング力に不安のあった私は、英会話の授業を多く履修したり、英語の学習アプリでネイティブと会話の練習をしたりしました。留学直前には、ビザの申請に必要なコードが大学からなかなか届かず、航空券の購入や

②留学中について

Faculty of International Studies とい



う学部にも所属し経済開発やジェンダー、環境問題など国際関係に関わる様々な授業を履修しました。英語で行われるクラスだったため留学生向けのクラスだと思っていたのですが、若干名を除きクラスの大半がベトナム人で驚きました。クラスメイトは基本的に親切でしたが、グループワークの時間や休憩中にはベトナム語で話すため、会話についていけず、最初は馴染むのに苦労しました。しかし、独学で覚えた簡単なベトナム語で話しかけたり、ランチに誘ったりすることで徐々に仲を深めました。物理的にも精神的にも人との距離が近いベトナム人とは、くだらない冗談から将来のこと、恋

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

愛話までなんでも話せる仲になりました。様々な感情を家族や友人と共有するベトナム人の姿を見て、人との距離が近さはベトナム人の幸福度の高さの一つの理由なのではないかと感じました。今思えば現地の学生と交流できるとても良い環境だったと感じています。

留学中はチャンスがあればなんでも積極的に挑戦するよう心がけました。例えば、日本語学校でのアルバイトや、日系の人材会社でのインターンシップを経験し、ベトナム人の働き方を知ると共に、日本人の社会人の方ともお話しできる良い機会を得ることができました。日本語を学ぶ学生たちのサークルに参加した際には、ベトナム人の学習意欲の高さに驚き、私も頑張らなくてはと刺激を受けました。日本人、ベトナム人ともに出会いを大切にしたら結果、ハノイの学生が集まるキャンプに参加したり、ベトナム人の実家に泊まらせてもらったりと、旅行だけでは知り得ないディープな部分を見ることができたと感じています。

③留学を終えて

約 10 ヶ月間の留学生活は私にとって毎日が刺激的でした。特に心から信頼し合えるベトナム人の友人ができたことは大変価値のある経験でした。また、授業中にはベトナム人の学生たちが自国の問題について真剣に話し合う姿が見られ、将

来も貧困問題や環境問題に取り組みたいという声も聞かれました。留学に行く前は発展途上国のために“何かしてあげたい”という考えを持っていましたが、こうした志を持った人たちと親交を深めることで、彼女のような人たちと“一緒に何かしたい”と考えるようになりました。実際、10 ヶ月間という短い滞在中でも大学内でも様々な改築等が進み、成長していく力強いエネルギーを感じました。今後、この国がどのように変わっていくのか非常に楽しみです。私自身、どのような道に進むかはまだ悩んでいるところですが、留學生活を通して得た出会いと学びは大きな財産になると感じています。最後に、様々なことを教えてくれた友人たちをはじめ、この留学を支えて下さった全ての方々に心から感謝を申し上げます。



WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート 派遣されていた期間

<ハノイ大学>

- ・2018 年 8 月～2019 年 6 月

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

- ・会話の練習が多くできるような授業を履修したり、英語の学習アプリでネイティブの指導を受けたりした。（IELTS6.0 以上）

ビザの取得はどのようにしましたか？

- ・ハノイ大学から発行されたコードを直接大使館に行き申請した。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

- ・航空券はベトナム空港の、キャンセル変更可能な 1 年以内の往復券を購入した。海外保険は大学おすすめの「たびほ」を利用した。

宿泊先はどのように選びましたか？

- ・大学の寮に空きがあったため、寮を選んだ。

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

- ・広い部屋にひとりで住んでいた。シャワー、トイレは部屋についていたが、キッチン
は共用のものすらなかったため、料理をする場合は IH ヒーターなど全て自分で揃える
必要があった。ベッドが硬い、音漏れがするなど、初めのうちは苦勞したが、慣れてしま
えばそれなりに快適に過ごせた。

1ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

- ・一人部屋で 2 万 5 千円

1ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうで したか？

- ・2 万円前後。輸入品は日本とあまり変わらないが、食事は大学の周りであれば 1 食 150
～300 円程度で食べれた。

勉強にかかる費用はどれくらいでしたか？

- ・お茶大に払う授業料の他には特にお金がかかることはなかった。

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

- ・学生向けの安い食堂やカフェ、洋服屋が多くあった。お店の人はほとんど英語が話せ
なかった。

現地の気候はどうでしたか？

- ・基本的に湿気が多く、6 月には 40 度近くまで気温が上がることもあった。冬でも 10
度以下になることはほとんどなかったが、暖房器具がないため、体感としては寒く感じ
た。

生活する上で日本から持って行った方が良いものは？逆にいらぬものは？

WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

・菓。お菓子などの日本からのお土産。防寒のための湯たんぽなど。基本的に生活に必要なものは現地で手に入る。

現地で注意した方が良かったことはありましたか？

・タクシーではぼったくられることがあるため、基本的に Grab を使うのが安全だと思う。

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか？受講していた場合、クラスの形態（開催時期）・内容・レベルを教えてください。

・受講しなかった。

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか？また、制約があった場合、どのような制約でしたか？

・学部内の授業は先生にかけあい、自由に選択できたが、他の学部の授業を受けるためには授業料が必要と聞いた。

1 週間に何コマ履修していましたか？また、制度上何コマまで履修できますか？

・6～8 コマ

授業についていくのは大変でしたか？また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか？

・先生の英語はゆっくりで聞き取りやすかったが、一部なまりの強い先生もいた。グループワークの際にベトナム人の学生同士でベトナム語で話してしまい、そこに加わるのに苦労した。授業ごとに1回、グループプレゼンテーションをする時間があり、放課後にベトナム人の学生と集まって議論した。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか？

・授業内のディスカッションや、プレゼンテーションの準備、休憩時間も含めて現地の学生と親しくなれた。

課外活動には参加しましたか？もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

・日本語学部の日本語サークル、日本語教師のアルバイト、日系の人材会社でのインターンシップなど様々なことに挑戦した。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？（週末あるいは長期休暇）

・ベトナム人や日本人、タイ人の友人と街に出かけたり、ベトナム国内や周辺諸国を旅行したりした。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

・特になし

【留学後】

帰国する前に準備しておくことはありますか？

・寮の退去の申請をし、過払い分、デポジットを返金してもらうこと。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

・就活のためにやっていたためではないが、現地でインターンシップの経験ができたことは良い経験になったと思う

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

文教育学部

言語文化学科

英語圏言語文化コース

4年 佐藤瑞香

ランドをあまりよく知らなかったということ。ポーランド分割や、第二次世界大戦のことなど、歴史のことは高校までに学んできましたが、現在のポーランドはどうなっているか知りたいと思いました。また、メジャーな国に行くよりも、あまりイメージのない国に行った方が新しい経験、発見が期待できそうと思ったのも理由の一つです。最後の理由は、非英語圏であることです。非英語圏を選ぶことで、英語を母語としない人との会話が主になります。社会に出て英語を使う際、相手の母語が英語でないことの方が多いので、さまざまなアクセントの英語に触れたいと考えていました。以上の理由からワルシャワ大学を選びました。

ワルシャワ大学を選んだ経緯

ポーランドに留学していましたと言うと、必ずと言っていいほどえっポーランド?なんで?といった反応が返ってきます。留学先としてのポーランド、それ以前にそもそもポーランドという国があまり日本人にとって馴染みがないからでしょう。私は3年次より留学を始める計画でしたので、2年の夏頃までには志望留学先を決めなければなりませんでした。私の場合、〇〇に行きたい!といった強いこだわりはなく、英語で授業が受けられることと言語学系の授業が豊富にあることの2つを条件として協定校を絞りました。というのも、それぞれの留学先に一長一短あり、そこでしかできない学びや経験があるだろうという思いがあったからです。そうすると必然的に何校かに絞られるのですが、その中でポーランド、ワルシャワ大学を選んだ理由は3つあります。まず日本語教育が発達していることです。ワルシャワ大学にはかなり難関と言われている日本語学科があります。遠く離れた国で日本語を学ぶ学生は、日本の何に惹かれたのだろうか、彼らの目に日本はどのように映っているのか非常に興味がありました。次に、私がポー

留学で得たもの

留学を通して、新たな人や文化に触れ、経験し吸収すると同時に、自分のこれまでの生き方、そして将来について考えました。日本にいた頃は課題やバイト、部活に追われ、自分と向き合う時間も無く1日1日をこなすような毎日でした。しかし留学により日本で所属していたものや人間関係から一旦離れることで、自分が本当に大切にしたいことは何なのかを見つめ直すことができました。

現地では日本語学科の学生を始め、ワルシャワで日本語を学ぶ方々と交流する機会が多くありました。最初は彼らの日本語

WHAT?

2018年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

のレベルの高さに驚き、同時にその裏にある努力を感じました。その積極的に学ぶ姿勢や、日本のことを目を輝かせながら語る姿は大変印象的で刺激を受けました。彼らとの交流を通して、日本の良さを見直すことができましたし、さらにそれをもっと多くの人に知ってもらいたいという思いにも繋がりました。

学業の面では英語学科に所属し、言語学、英語学系の授業を履修しました。またそれに加え、留学生向けのポーランド語やワルシャワの歴史、ナショナリズムなども学びました。その中で特に興味を持って勉強したのは Phonology(音韻論)でした。進むスピードが速く、ついていくのが大変でしたが、教授のオフィスアワーに質問しに行くなどして着実に理解していくことができました。その教授はいつも丁寧に指導してくださり、時に日本語の例を用いながら説明してくださったりもして特に印象に残っています。また英語学系の授業では、20人ほどのクラスで私1人だけ日本人、他はポーランド人ということが多かったのですが、いつも”おはよー!”と声をかけてくれるクラスメートや、日本の英語教育について勉強したという人もいて、孤立することなく授業を楽しむことができました。加えて英語学科の学生は英語レベルが非常に高く、自分の英語力を高める意欲や日本の英語教育についての興味にも繋がりました。

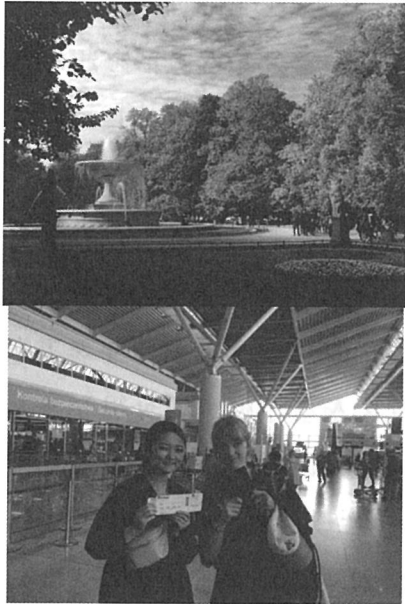
留学生向けの授業では Cultural Portrait of Warsaw という科目が印象に残っています。中世から現代までの歴史や文化を実際にミュージアムに足を運んだりもして学びました。一つの都市について詳しく学んだのは初めての経験でしたし、ワルシャワのことをよく知ることによって愛着が湧きました。最後に2-3人でのグループプレゼンテーションがあり、私はロシア人とインド人の友人とグループを組みました。ロシア人の友人がプレゼンの前に帰国することになったり、英語の資料が見つからず苦労したりしましたが、その友人たちと仲を深めるきっかけになりました。

これから

留学を通して、そこでしか出会えなかった人々、景色、感情に出会うことができました。新しい経験は自分を豊かにし、視野を広げるために必要であると身をもって感じました。インターネットで何でも簡単に調べることができるこの時代に、実際に足を運んで体験することの大切さを知りました。約10ヶ月のポーランド滞在を経てやり残したこともあります。しかしこの留学は自分のこれからの人生の一通過点でしかありません。ここで受けた刺激、経験、後悔も含めて今後の成長の糧にしていきたいと思います。最後に、安全で豊かな留学生活にご支援いただいた全ての皆様にご挨拶申し上げます。

WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート



WHAT ?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

派遣されていた期間

<ワルシャワ大学>

- ・2018 年 10 月から 2019 年 6 月まで

【留学前】

語学能力試験のための準備はどうしましたか？（必要だったスコアは？）

- ・IELTS6.0 以上が必要だった。二年次に取得していたため留学申請のために受け直しはしなかった。

ビザの取得はどのようにしましたか？

- ・出発の一ヶ月前には取得できるように、派遣先からの受入許可書を受け取り次第すぐに申請した。

航空券の手配、海外旅行保険などの準備はどのようにしましたか？

- ・航空券はインターネットで安いものを探し、保険は保障内容と値段を見て申し込んだ。

宿泊先はどのように選びましたか？

- ・派遣先大学の寮に申し込んだ。

【留学中】

居住形態と住み心地はどうでしたか？

- ・2 人部屋でキッチン、洗濯、シャワー、トイレが共同だった。綺麗とは言えないが月 14500 円ほどの寮費を考えれば相応だった。

1 ヶ月の居住費はいくらくらいでしたか？（日本円で）

- ・14500 円

1 ヶ月の生活費はいくらくらいでしたか？また、物価は東京と比べてどうでしたか？

- ・50000 円程度。食費、交通費は半分以下、日用品は同じくらいだった。

勉強にかかる費用はどれくらいでしたか？

- ・ほぼ無し。

大学周辺の雰囲気はどうでしたか？

- ・メインキャンパスは観光地に近く明るい雰囲気だった。

現地の気候はどうでしたか？

- ・冬は日が短くどんよとした曇り空だったが暖かくなってくると晴れの日が多くすっきりとした気候だった。

生活する上で日本から持って行った方が良いものは？逆にいらぬものは？

- ・SIM フリーのスマートフォン。

現地で注意した方が良いことはありましたか？

WHAT?

2018 年度交換留学派遣生 留学報告書&アンケート

・バスなどの交通機関の乗り方を知っておくこと。間違ったチケットを持っていたり有効化をしていなかったりすると罰金の対象になる。

現地で語学学習に特化したクラスを受講しましたか？受講していた場合、クラスの形態（開催時期）・内容・レベルを教えてください。

・全くの初心者向けのポーランド語のクラスがあり後期のみ受講した。週に二回、20人ほどのクラスで無理なくついていった。

学部または大学院での授業は自由に選択あるいは受講できましたか？また、制約があった場合、どのような制約でしたか？

・基本的に自由に受講できたが先着順で人数制限があるものはいっぱいになると登録できなかった。

1 週間に何コマ履修していましたか？また、制度上何コマまで履修できますか？

・前期 4 コマ、後期 7 コマ。各科目で取得できるクレジット数にもよるが 8 から 12 コマくらいが上限。

授業についていくのは大変でしたか？また、授業のための準備や課題はどのようなものでしたか？

・大変だった。次回扱う範囲のリーディングや関連する問題を解いてくる課題。

授業内で現地の学生と親しくなる機会がありましたか？

・週に一回の専門の授業ではあまりなかったが、週二回の語学の授業やスポーツの授業ではコミュニケーションの機会は多くあった。

課外活動には参加しましたか？もし、参加していれば具体的に教えてください。また参加しなかったのならば、どうして参加しなかった・できなかったのかを教えてください。

・参加しなかった。そもそもそのような団体がかなり少なかった。

授業のない期間はどのように過ごしましたか？（週末あるいは長期休暇）

・近隣の国や国内の都市に旅行していた。

何か大きなトラブルはありましたか？どのように対処しましたか？

・特になかった。

【留学後】


帰国する前に準備しておくことはありますか？

・私はお茶大の国際学生宿舎に住んでいたの、再入寮の申請が必要だった。

就職活動あるいは大学院入試のために現地でやっていたことはありますか？

・就活サイトでの情報収集。

発行日：2020年3月30日
発行先：お茶の水女子大学国際教育センター
〒112-8610 東京都文京区大塚2-1-1
TEL/FAX：03-5978-5913
監 修：棚橋 訓（国際教育センター長）
編 集：松田 デレク、崔 進栄



Study Abroad Annual Report 2018 Experiencing the world



GO ABROAD...