

O

N

ON

CHIBA UNIVERSITY

IN

ON

N

P

巻頭言 PREFACE

千葉大学では、学生交流協定を結んでいる海外の大学と、授業料不徴収の原則にもとづいて学生の派遣及び受入れを行っています。毎年、各協定大学との間で1名ないし2名を交換留学のために半年から1年のあいだで留学が出来るようにした制度ですが、千葉大学派遣留学プログラムはこのうち千葉大学に在学する学部生、大学院生を海外の協定校に送ることを目的としています。

この Report では、2019 年春、2019 年秋、2020 年春に留学を開始した学生たちに書いてもらった留学の報告を載せています。留学先を国別に見てみると、もっとも多かったのは欧州の 39 名でした。英語圏のイギリスはもとより、英語圏ではない大陸の協定大学への留学も多くなっています。その国の言語や文化を専門として学びに行く学生ももちろんいますが、最近は大陸の協定大学で開講されている英語による専門授業を受講する学生が多いためと考えられます。次いで北米が 12 名、オーストラリアが 5 名、アジアが 3 名、ロシアが 1 名となっています。この中には Covid-19 の感染拡大のために、大学からの要請にもとづいて途中帰国せざるをえなかった学生たちも含まれていて、そうした経験についても記してもらいました。

Report では、留学先の大学の授業の様子や生活経験、留学したことによって学んだことなどが書かれています。これを読む学生の皆さんにとっては、希望する協定大学の具体的な姿がわかるとともに、何を準備しなければいけないかについても多くの示唆を得ることができると思います。インターネットで協定大学の情報は比較的容易に手に入れることが出来ますし、まずはそうしたところから留学準備を始める必要があります。しかし、じつは行かないとわからないことは想像している以上に多いものです。この Report が、そうした情報のギャップを埋めることに役立つものになることを祈っています。

そして言わずもがなですが、留学で得たことの一番大切な部分は、ことばでは言い表せない、それぞれの経験の深いところにあるはずです。この Report で書かれていることも、その意味では、留学経験のほんの一部に過ぎないのです。皆さんが実際に留学したときにも、苦しいことも含めて思っていた以上の経験が待っているはずだし、それこそが留学の醍醐味だと思います。

この Report に協力していただいた学生の皆さんに感謝するとともに、作成に携わった工学部総合工学科デザインコースおよび留学生課の皆様にも感謝の意を表します。

2021 年 2 月末日
国際教育センター留学生派遣推進部会長
村岡英裕

C

目次 CONTENTS

09	UNIVERSITY OF WISCONSIN-MILWAUKEE Milwaukee, United States	理学部 先進科学プログラム物理学先進クラス 4年 栗原明稀
10	UNIVERSITY OF CINCINNATI Cincinnati, United States	園芸学部 緑地環境学科緑地科学プログラム 4年 蔡恵美
11	STATE UNIVERSITY OF NEW YORK AT STONY BROOK New York, United States	国際教養学部 国際教養学科総合科学メジャー 3年 伊藤あかね
12	UNIVERSITY OF REGINA Regina, Canada	国際教養学部 国際教養学科グローバルスタディーズメジャー 4年 今野里咲
13	UNIVERSITY OF REGINA Regina, Canada	国際教養学部 国際教養学科グローバルスタディーズメジャー 3年 富澤初音
14	UNIVERSITY OF ALBERTA Edmonton, Canada	教育学部 中学校教員養成課程英語科教育分野 4年 谷茉莉子
15	UNIVERSITY OF ALBERTA Edmonton, Canada	国際教養学部 国際教養学科現代日本学メジャー 3年 千田愛美
16	UNIVERSITY OF GUADALAJARA Guadalajara, Mexico	文学部 人文学科国際言語文化学コース 4年 市原桃花
17	NORTHUMBRIA UNIVERSITY Newcastle upon Tyne, United Kingdom	国際教養学部 国際教養学科グローバルスタディーズメジャー 4年 永山滉大
18	YORK ST JOHN UNIVERSITY York, United Kingdom	法政経学部 法政経学科政治学・政策学コース 4年 西野瑠夏
19	YORK ST JOHN UNIVERSITY York, United Kingdom	国際教養学部 国際教養学科グローバルスタディーズメジャー 3年 瀧本珠理
20	GLASGOW SCHOOL OF ART Glasgow, United Kingdom	融合理工学府 創成工学専攻デザインコース 2年 佐藤克海
21	GLASGOW SCHOOL OF ART Glasgow, United Kingdom	融合理工学府 創成工学専攻デザインコース 2年 吉田芽以
22	UNIVERSITY PARIS-EST CRETEIL VAL DE MARNE Creteil, France	文学部 人文学科国際言語文化学コース 4年 丹羽彫佳
23	UNIVERSITY PARIS-EST CRETEIL VAL DE MARNE Creteil, France	国際教養学部 国際教養学科グローバルスタディーズメジャー 4年 原実李
24	ETH ZURICH Zurich, Switzerland	工学部 総合工学科物質科学コース 2年 魏榕
25	ETH ZURICH Zurich, Switzerland	工学部 総合工学科情報工学コース 4年 菅井怜史
26	ETH ZURICH Zurich, Switzerland	園芸学研究科 環境園芸学専攻緑地環境学 環境造園 修了生 徐躍暉
27	UNIVERSITY OF LEIPZIG Leipzig, Germany	文学部 人文学科国際言語文化学コース 4年 荒川裕己
28	HEIDELBERG UNIVERSITY Heidelberg, Germany	文学部 人文学科国際言語文化学コース 4年 原楓果
29	COLOGNE UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES/POLYTECHNIC UNIVERSITY OF MILAN Cologne, Germany / Milan, Italy	融合理工学府 創成工学専攻デザインコース 1年 三宅宇泉

30	POLYTECHNIC UNIVERSITY OF MILAN/AALTO UNIVERSITY Milan, Italy / Espoo, Finland	融合理工学府 創成工学専攻デザインコース 1年 田中葵
31	UNIVERSITY OF JYVASKYLA Jyvaskyla, Finland	教育学部 小学校教員養成課程小学校英語選修 4年 鈴木遼
32	UNIVERSITY OF JYVASKYLA Jyvaskyla, Finland	国際教養学部 国際教養学科グローバルスタディーズメジャー 4年 本田愛賀
33	UNIVERSITY OF EASTERN FINLAND Joensuu, Finland	文学部 人文学科行動科学コース 4年 中内大輔
34	SEINAJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES Seinäjoki, Finland	国際教養学部 国際教養学科現代日本学メジャー 4年 川瀬千尋
35	TAMPERE UNIVERSITY Tampere, Finland	教育学部 小学校教員養成課程小学校英語選修 4年 藤谷真麻
36	LINKOPING UNIVERSITY Linköping, Sweden	教育学部 小学校教員養成課程ものづくり・技術選修 4年 深井もも
37	LINKOPING UNIVERSITY Linköping, Sweden	教育学部 小学校教員養成課程小学校英語選修 4年 篠塚雄真
38	UNIVERSITY OF SALAMANCA Salamanca, Spain	文学部 人文学科国際言語文化学コース 4年 大西咲紀
39	UNIVERSITY OF SALAMANCA Salamanca, Spain	文学部 人文学科国際言語文化学コース 4年 玉城桃花
40	IADE UNIVERSITY Lisbon, Portugal	融合理工学府 創成工学専攻デザインコース 1年 大島円
41	UNIVERSITY OF OSTRAVA Ostrava, Czech Republic	国際教養学部 国際教養学科グローバルスタディーズメジャー 3年 小池佳穂
42	NATIONAL RESEARCH UNIVERSITY HIGHER SCHOOL OF ECONOMICS Moscow, Russia	文学部 人文学科国際言語文化学コース 4年 出口枝里
43	GADJAH MADA UNIVERSITY Yogyakarta, Indonesia	法政経学部 法政経学科経済学コース 4年 小熊涼太
44	UNIVERSITY PUTRA MALAYSIA Kuala Lumpur, Malaysia	国際教養学部 国際教養学科グローバルスタディーズメジャー 3年内 藤聖之
45	AUSTRALIAN NATIONAL UNIVERSITY Canberra, Australia	法政経学部 法政経学科政治学・政策学コース 4年 山崎久穂
46	MONASH UNIVERSITY Clayton, Australia	国際教養学部 国際教養学科グローバルスタディーズメジャー 4年長 谷川敦子
47	RMIT UNIVERSITY Melbourne, Australia	国際教養学部 国際教養学科グローバルスタディーズメジャー 3年 森本友
48	UNIVERSITY OF PRINCE EDWARD ISLAND Charlottetown, Canada	国際教養学部 国際教養学科総合科学メジャー 3年 笠島 駿

UWMは町の中心から少し離れた場所に位置しており、騒がしいイメージはありません。無料のバスパスを使うことで、ダウンタウンやミシガン湖のビーチまで容易に足を運べます。キャンパスの大きさは西千葉キャンパスと同じくらいですが、図書館、フードコート、ジム、映画館など、施設はとてとても充実しています。研究室では、金米の中でも高い水素（クラスR1）に分類されています。私の専門分野では国際的な研究グループに参加していることもあり、留学先選定の決め手になりました。留学生支援オフィスではもちろん、寮や授業でも、こちらとの相談に対してとても親身に耳を傾けてもらえます。

W

留学前の情報収集は、インターネット及び前年度 UWM へ留学していた先輩 /UWM から千葉大へきている留学生から話を聞くことで行いました。ビザや寮の申請などの事務手続きについては、留学生課や UWM からのメールをきちんとチェックすることが大事だと感じます。個人的にやって良かったと思うことは、奨学金への早めの申し込み、留年を防ぐために授業を先行履修、イングリッシュハウスを活用した英語の準備などです。UWM への改善要求は、あまり思いつきません。強いてあげるとすれば、大学に払うお金が多いことでしょうか。しかし、それを納得させるだけのサービスを提供していると思います。例えば、図書館は 24 時間開いていますし、受講したクラスでは例外なく教授の周到な準備がうかがえました。学業面以外でも治安に配慮した深夜の無料タクシーサービスや、郊外へのハイキングといったイベントが多数あり、学生が充実した生活を送れるようサポートされている点が良いと思います。

私の寮はキャンパス内にあり、2 人部屋、キッチン・シャワー・トイレは 6 人で共用でした。食事は自炊：寮の食事：外食が 5:4:1 くらいです。0 時就寝、7 時半〜8 時起床はほぼ固定。このあたりはルームメイトとの兼ね合いもありました。平日は朝ごはんを食べ、節約のため昼食を持参して 8 時 50 分からの授業に出席、だいたい 16 時ごろまでは授業 / セミナーを渡り歩きました。放課後は友人とご飯に行ったり、学生団体の集まりに参加したり、課題が多いときは

図書館に行ったりします。夕食後はジムに行ったり寮で勉強 / 研究したりしていました。週末には買い出し（スーパーはバスで 15 分くらい）や洗濯をまとめて行っていました。それ以外は気が向くままにやりたいことをして過ごしていました。長期休暇になると、寮が閑散とするので少しさびしさを感じます。でも、一人で旅行したり、友達と遊んだりと自由を満喫できる時間でもありました。

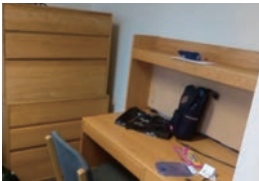


履修した授業は以下の通りです。
<英語>
EAP 420 Adv Rdg, Wrt
このライティングの授業は特に勉強になりました。
EAP 435 Adv Listn, Spk
<天文>
ASTRON 104 Astronomy Laboratory（星は見れません。）
ASTRON 211 Principles of Astronomy
<物理>
PHYS 501 Sp Tpc: Math Models-Physical 1
PHYS 515 Statistical Mechanics
この 2 科目を教えていた Daniel という先生の授業はとても洗練されていて、感動しました。英語もわかりやすいです。（課題やテストは難しいですが、）
PHYS 711 Theoretical Physics-Dynamics
PHYS 720 Electrodynamics 1
<研究>
PHYS 391 Undergrad Research Participation
<その他>
INFOST 240 Web Design 1
html, css, wordpress など、普段学ばない内容だったので面白かったです。
ATM SCI 350 Atmospheric Thermodynamics
専門科目（物理）は大学院生向けのものにチャレンジしましたが、想定していたほど苦しいものではありませんでした。教授はオフィス



アワーという 1 対 1 の質問時間を設けており、わからない点は納得がいくまでつきあってくれます。また、物理や数学という科目の性質上、英語が致命的になることはなかったです。毎週出される課題の量が多いのは評判通りですが、逆に言えば、それを頑張ってこなすことで置いてけぼりを回避できました。成績はそれらの課題と中間 / 期末テストで決まるものが多かったです。研究活動を行うことは、この留学における大きな目標の一つでした。留学前は海外大学院に興味を持っており、アドミッションにおけるアドバンテージになると思っていたからです。しかし、日本からメールでアプローチしても、なかなか話は進みませんでした。結局渡米前にはまともらず、現地に行って先生にアピールするところからスタートになりました。前述したオフィスアワーに通いつめたり、履修していない授業を聴講したり、研究セミナーへ積極的に顔をだしたりして、先生方との距離を縮めようと頑張ったことも今ではよい思い出です。幸運なことに、1 ヶ月半くらいたったころ教授とポスドクの方のプロジェクトのお手伝いをさせてもらえることになりました。テーマは宇宙の高エネルギー領域を観測した衛星データ解析手法に関するものです。コロナで早期帰国したのちも、zoom などを使って 8 月まで週 1 回の meeting を続けました。英語、プログラミング、専門知識、どれをとっても未熟な自分を根気強く指導してくださったことお二人には本当に感謝しています。

留学によって得られたことを 2 つ挙げてみたいと思います。
<英語力>特にアウトプットで苦労しました。研究では正確な言葉選びが求められますし、友人との会話も深まるにつれて微妙なニュアンスを伝えられないもどかしさを感じることが多々ありました。しかし、その分上達があったと思います。<行動力と他者とのつながり>自分から動くことの大切さを学びました。日本にいたころの私は、周りに助けを求めてまで何かを行うという気持ちが少なかったように思います。「迷惑をかけたくない」という受け身でも不自由なく生活できていたことがいかに恵まれているのか、この留学を通して少し実感しました。そして、そんな私の行動を惜しみなくサポートしてくれる周りの人たちに対して、前以上につながりを感じ



じ、自分もできることを返したいと強く思えるようになりました。卒業後は大学院へ進み、宇宙物理学の分野で研究職を目指す予定です。早いうちから英語で研究活動を体験し、海外でのキャリアについて大学院生やポスドクの方からアドバイスを頂けたことは貴重な経験でした。これからも積極的に成長の機会を探し、将来的に社会へ還元していけるような人になれるよう努力します。同時に、身の周りの困っている人を助けるという当たり前のことをできるようにしたいです。私にとって、異国の地での 7 ヶ月は自分の中に蓄積された“当たり前”を見直す機会にあふれたものでした。時間をとって、フレッシュな気持ちで自分と向き合ってみることをおすすめします。素敵な留学になりますように！

アメリカの中では中程度の規模の大学で、オハイオ州の中では2,3番目に大きい大学といった感じです。キャンパス内は歩いて移動できるレベルの大きさでしたが、各学部棟や競技場、スポーツジムなど施設は充実しています。留学生へのサポートや留学に関することは全て International office が担当していて、何か分からない点や困ったことがある場合はそこへコンタクトをとっていました。



シンシナティ大学では、catalyst という千葉大学でいう学生ポータルで履修登録をします。まず、キーワードや学部ごとで自分の興味のある授業を選択してカートに入れます。実際に登録できる時期が、学年や学部によって異なるため、カートに入れてあった授業が人数制限で受けられなくなることもあります。登録開始時期になったらカートに入った授業を登録でき、授業が始まって2週間以内までは授業の変更ができます。また、学生1人1人に授業に関するアドバイザーがついているので、履修に関して相談できます。実際に、私が受講した樹木に関する授業は、園芸学の授業の単位がないと受けられない制限がありました。私のアドバイザーの方が千葉大学園芸学部3年であることを考慮して、制限に関係なく授業を受けられるようにしてくれました。2019年秋学期は、樹木に関する授業、環境問題と政策、オープンスペースとアート、園芸科学の4つの授業を受けました。特に樹木に関する授業と環境問題と政策の授業が楽しかったため、2020年春学期は、それぞれ同じ先生が開催する樹木に関する授業2とサステナブルとグローバル政策の授業を受けました。単位互換のため、生物統計学を受け、英語で体育を受けてみたかったのでモダンダンスも受講しました。

空いている時間があればパソコンを開いて予習、課題をやるようになった。というよりもやらないと全くついていけないし、課題も多いので間に合わなかった。先生も他の学生も、人の意見を否定するのではなく、その考え方もあるよね、というように相手の考えを受け入れる姿勢が当たり前である人が多かったの、恐れず自分の意見を言えるようになった。相手の立場に立って考える姿勢や、自分の意見を持ってそれを発することの大切さ、というような日々の生活においても大切なことを学んだので、きちんと日々の生活に落とし込んで浸透させていくことが、留学先で学んだ成果になると考えています。留学先で出会った人、お世話になった人で連絡をとり続けている人



がいますので、今後も折に触れて連絡を取り合っていきたいと思います。語学を学ぶ方法には留学以外もありますが、知らない土地、ネイティブでない言語環境で生活する経験というのは語学学習以外の面でも得られることがたくさんあります。留学準備も含めて、自分で動かないといけないので能動的に行動するいい訓練にもなると思います。どこかで見かけた、留学して後悔した人はいないというのは本当だと思います。成功失敗の基準は人それぞれですが、どちらにせよ自分の人生で財産になると思います。



2019年秋学期の授業についてです。樹木に関する授業は、キャンパス内やキャンパス周辺にある樹木について、名前や特徴、生育条件等について学びました。講師が、キャンパス近くにあるシンシナティ動物・植物園のディレクターの方で、現実的な話や実践的な内容を重視して教えてくださったので非常に楽しかったです。樹木の名前や特徴等を全て覚えるのは大変でしたが、楽しい授業でした。環境問題と政策は、日本とアメリカの違いを知りたくて受講しました。環境問題に対する意識が浸透していないことについてどう考えるか? キャンパス内でできることはあるか? というように、ディスカッションベースで授業が行われました。自分のアイデアをとにかく出す、という意識がこの授業では大切で、いい訓練を受けられたと思います。オープンスペースとアートは、オープンスペースにおけるアートの役割、社会、人々への影響について学びました。グループワークが全体で3回あり、最終回ではキャンパス近くのオープンスペースのリノベーションをテーマに近隣地域との共同プロジェクトに参加するなど、実践的な授業内容でした。園芸科学は、高校生物の内容に近いものでした。英語で基礎的な植物科学に関する知識を身につけたかったので受講しました。この授業もグループワークやディスカッションが8割でした。2020年春学期で受けた授業の中で、サステナブルとグローバル政策が最も大変な授業でした。授業の難易度はシラバスに数字で記載があり、この授業も高かったです。セミナー形式で、日本ではゼミのようなものでした。大学院生も受講していて、内容自体もハイレベルでした。1人1つのテーマを設けて、発表とレポートを提出しなければいけなかったのがかなり苦労しました。教授が本当に素晴らしい方だったのでなんとか乗り越えられました。

学業面に関しては英語能力の向上が必要でした。留学生も正規の学生と同じ講義を受講するため、現地学生と同じペースで英語を聞き取り、理解し、考えを英語で表現できる力を身につける必要がありました。また生活面に関しては現地で用意できるもの、日本から持って行った方が良いものをリストにまとめ、準備を行いました。ニューヨークはとても寒いのでカイロやヒートデックはもちろんのこと、使い慣れている歯ブラシ(アメリカの歯ブラシは大きくて使いにくいです)や化粧品なども日本から持っていけるように準備をしました。SUNYの良い点は学習・生活環境共に充実している点です。24時間開いている図書館、各学問分野専用の資料室、グループワークができる会議室など快適に学習できる環境が多種多様に存在しています。生活面に関してもジムやプールなどがあり、気軽に体を動かすことができます。ジムではヨガやズンバなど無料アクティビティ教室が開講されています。フィットネス以外にも様々なイベントが定期的に開催されています。留学先の改善点はSUNY付近にレストランが少ない点です。徒歩で行けるレストランが少なかったため、自炊やカフェテリアでの食事がほとんどでした。カフェテリアの種類は多様ですが、値段が高いです。

一般的な平日と休日のスケジュールを紹介します。✓平日(クラブがある日の一日):「授業と課題学業メインの生活」・7:00 起床・8:30~12:30 授業・13:00 ランチ・14:00- 図書館やカフェで勉強・16:00~18:30 授業・20:00~21:00 UNICEF CLUB・21:30 寮に帰宅・~22:30 寮のメンバーと団欒・~23:30 パスタタイム、エンターテインメント、勉強など・24:30 就寝・休日:「シティーでニューヨークライフを楽しむ生活」・10:00 LIRRでStony Brook→Penn Sta.へ・12:00 Penn Sta.到着後NYCでランチ・13:00~ ミュ



私はfallとspring semesterで計9種類の講義を受講していました。① Introduction to Digital Art ② Introduction to Sustainability ③ Rethinking America ④ Undergraduate Teaching Practicum ⑤ Introductory Synthetic and Spectroscopic Laboratory Techniques ⑥ Astronomy Laboratory ⑦ Applied Math in Technology ⑧ Introduction to statistics ⑨ Introductory Photography 履修登録で必要なのが、「SOLAR」という千葉大学でいう「千葉大学学生ポータル」的存在のサイトです。留学生の履修に関してですが、自国で取ったことのある授業のレベルをもとに授業レベルが決定していきます。自国で履修経験がない場合は各 faculty の事務局に行ったり、教授と面談をしたりして履修許可をもらう仕組みになっています。特に人気な授業などは正規の学生と比べて履修が難しいですが、根性とやる気で掛け合ってみればほとんどの授業が履修可能です!

興味深かった授業をいくつか紹介します。① Introduction to Digital Art: 講義とlabの時間がある授業でした。講義の時間はアートの歴史や考え方、作品を作成する際に必要な技術を学びます。Labでは実際にパソコンを使って、有名なアート作品をアレンジしたり、外に出て作品に使えるような写真を撮影し、グループで一つの作

留学生生活を通じて、様々なバックグラウンド・価値観・考え方を持つ人と関わったことで、自分の視野が大きく広がりました。留学で一番強く感じたことは「自分の先入観がいかに世界を狭くさせていたか」ということです。私自身何度も道を尋ねられたというように、様々な人種がいるのは当たり前で、外見で外人と認識しない環境がアメリカにはありました。外国人という固定概念が存在しない土地で生活できていたことは私にとってとても刺激的でした。そして留学したことによって「自由に挑戦する勇氣」を得ることができました。「留学前は"Japanese mind"が強く、周りや社会の流れに身を任せてばかりいました。しかし自分の好きなことを見つけるために休学をしていた人、一児の母でありながら夢の実現に向け大学に通っている人、アメリカで政治学を学びたいという思いで国を飛び出てきた人など強い情熱と意志を持った人々と関わったことで、



自分の中にあった世界観が大きく変わりました。今回の留学を通じて、英語力の向上はもちろん、多様な視点から世界を見る力を身につけられたと感じています。この留学経験を活かし、英語を活用しながら、一人でも多くの人が幸せと思える社会作りに貢献していきたいと考えています。派遣留学は大学主催の短期プログラムとは異なり、自分自身で留学をコーディネート、プロデュースすることができます。だからこそ可能性は無限大です!留学中どんなに辛いことを経験しても、当時のことを思い出すと、辛さよりそれを乗り越えたことに対する自信の方が強く残ります。辛くなった時こそ、乗り越えた後の自分を想像してみてください!留学を考えている皆様の留学生活が充実することを心から応援しております。



ジカル鑑賞、ミュージアム、カフェ巡りなど・17:00~ Soho や Brooklyn でショッピング・19:00 ディナー・20:00 1週間分の食材購入・21:00 LIRRでPenn Sta.→Stony Brookへ・23:00 Stony Brookに帰宅・23:00 パスタタイム・24:00 就寝

ニューヨーク州立の研究型総合大学です。理工系の研究に定評があり、U.S News and World Report の全米総合大学ランキングでは100位以内に入っています。ニューヨーク州に立地していないながらも、キャンパス内には田園風景が広がっていたり、隣街 Port Jefferson には海岸、おしゃやれなお店が並んでいたりと自然豊かなロケーションです。また SUNY は International/Academic Program という留学制度が存在し、SUNY に留学する学生、SUNY から留学に行く学生共に多様なサポートを受けることが可能となっています。30か国近くに協定校が存在するため、様々な地域からの学生が留学に来ていて、留学生の割合は全生徒の20%ほどとも言われています。

交換留学生へのサポート制度は非常に良いと思います。特に最初の学期は毎週イベントがあり、留学生同士で顔を合わせられる機会が何度もあり、すぐ仲良くなれました。International Officeで働く人も、「正期学生に比べて、交換留学生はとっつきも立体的に弱くなるから与えたり気にかけてあげたりするの」と一緒に遊んだ時に話してくれました。すごく印象的でした。大学の特徴は、「過ごしやすい、過ごし易い、建物の中は年中温かく半袖で歩いている人もいますし、卒業した人や地域に住まうご家族やご老人もよくキャンパスを歩いています。そこから中に椅子とテーブルがあり、気分に応じて場所を変えて勉強していると友人に声をかけられたりして、楽しいキャンパスライフでした。

R

- ①ビザや保険、航空券の手配（渡航1か月前迄）
- ②現地の生活費貯蓄（バイト）・給付型奨学金の申請（100万）
- ③自主ゼミの開催（渡航前3か月間）

同学部の友人2名と共に、毎月専門の異なる教授に依頼して共同の英語リーディング・ディスカッション・レクチャーを行った。現地での英語・専門外の授業に追いついていけるように、協同ワークを通して士気を高めて知識も深めた。改善してほしい点は、強いて言うならば正規の4年卒学生と交換留学生が交流する機会が欠如している事です。現地のカナダ人と仲良くなるきっかけは、私の場合人づてだったり、偶然街中で出会って話したら学生だった、という事が多く、学内での出会いはほぼ皆無でした。自ら飛び込め、という事なのでしょうが、交換留学生同士のイベントを用意するなら正規学生との交流イベントをもっと用意して欲しかったと思います。

住居は大学寮にしました。実際に交換留学生のほとんどが大学寮(5種類の中から選べます)でしたが、友人とのシェアハウスもコスパが良く楽しそうで、途中決断しかけました。私は最初の住居で同居人と相性が合わず、すぐ退寮を望みましたが\$1750かかるとの事で、渋々部屋変更にしました。変更先では友人や新しいルームメイトと心地よく楽しく暮らすことができ、引っ越してよかったと思います。寮と大学が直結しているため、授業の合間にすぐ寮に戻って自炊す



「日本・もしくは千葉大学では学べない学問を、専門的に学びたい」と思っていました。渡航3か月前くらいに、向こうの大学のアドバイザー（アプリケーションフォームを送ると自動的にレジャйна大学にてアサインされます）からメールが来て、希望の授業を聞き出され履修登録してもらいました。シラバスは、UR Self-Servicesという大学のページから参照できます。ただ、情報量としてはかなり限られており、「こんな授業かな」「面白そうだな」と予想するので限界だと思います。授業の初日に配られる細かい授業内容やスケジュール（シラバス）や、授業と先生の雰囲気を見て感じて決めました。履修登録は自分でも上記のサイトから可能で、千葉大の2週間履修登録システムに似ていると思います。ただ定員制であり、人気の教授や授業は枠が埋まります。授業によってはWaiting Listや空きが出て登録することもできました。私はアドバイザーにお願いした時から大幅に履修科目が変わり、現地で2週間に興味のある授業に色々参加しまくり、迷った上で意思決定しました。グループワークの授業を苦手意識から避けてしまいましたが、自分を成長させる意味でも受けておけばよかったと少し後悔しています。【Fall Semester】① Introduction to International Studies, ② Introduction to Philosophy , ③ World Regional Geography

洋画が大好きになり帰国後毎日見るようになりました。留学中は全く見なかったのですが、英語力維持のため(学習的動機)に見始めたところ、スクリーンを超えて視聴者に訴えかけてくる壮大なメッセージや、社会人との関わりについて考えさせられ、自らを内省する機会として貴重な趣味の時間です。留学先で出会った友人とは、今でも毎日連絡を取っており、たまにビデオ電話をして顔を見ると早く会いたくなります。訪れたいです。カナダでの生活、友達、町……すべてが恋しいです。帰国直後に挑んだ就活は、「グローバル」という軸のみで突っ走って失敗しました。「海外で働きたい」という漠然とした思いを抱えながらも、具体的な将来像は描けていない現段階の



自分を客観視できていませんでした。今は、「新卒で学びながら給料が入る日本のシステムをうまく活用して、専門知識を養える企業で働きたい」と考えています。将来は海外の会社に就職したり駐在して、グローバルに働きたいという軸は変わっていません。現在、再度就職活動をしていますが、インターンや本選考や自己分析も楽しく進められています。休学して就職活動をやリ直す、という大きな決断をして本当に良かったと思っています。留学前、就活や環境を手放す事や言語や生活への不安など色々あると思いますが、一度行ってしまえば予想もしていなかった物語や出会いが待っています。留学経験を意味あるものにできるように、精一杯自分なりに楽しんで、たくさんの経験と出会いをきてほしいと思います。

選考にあたり特に英語資格は要求されませんでしたが、英語の勉強のためにも個人的にTOEFL iBTを受験しました。6か月以上の留学には学生ビザが必要となるため、ビザ取得のためオンライン上で申請、その後東京のカナダビザ申請センターでバイオメトリクス登録というものを行いました。イベントが豊富です。主に大学主催、留学生課主催、ハウジングオフィス主催があり、様々なイベントが定期的に開かれます。留学生向けのイベントでは、サスカトゥーンやムースジョーといった近場の街にバスで小旅行に出かけたり、アイスホッケーの観戦、スケートなど様々な経験が出来ました。寮には現地の学生も住んでいるのですが、寮のイベントにも留学生が多く集まるという印象です。ただ、毎日のように楽しいイベントが開催されるので、たくさん参加するとたくさんの新しい人に出会うことができます。

留学前にオンライン上で寮の部屋を選択しました。私は最初6人部屋を選び入寮したのですが、そのうち現地の学生4人がとても仲が良く夜中にパーティーを開いたり、そこに上手く馴染めなかったため1か月ほどで部屋を変えました。移動先の4人部屋では私含め日本人2人とフランス、スコットランドからの留学生の4人で仲良く過ごせました。それぞれ個人部屋があり、バストイレ、キッチン、リビングなどは共有です。最初は食器、キッチン用具、寝具などを揃



全て100番台レベル、つまり入門レベルの授業を取りました。そのためどの授業も幅広く学んだという感じです。・Introduction to International Studies (国際学) 国際問題について幅広く学びました。留学生含め様々なバックグラウンドを持った学生と意見交換出来ました。最後にパリ協定に関してグループワークを行ない発表しました。・Introduction to Justice (正義学?) 個人的にカナダの先住民差別の歴史について学び衝撃を受けました。その他カナダの裁判制度について学びました。・Issues in World Histroy (世界史) 主に15～18世紀に西欧が中国、南アジア、中東に与えた影響について学びました。少人数クラスで隔週で教科書に沿ったディスカッションがありました。・Introduction to Sociology (社会学) ・Introduction to Anthropology (人類学) ・Introduction to Psychology (心理学)

ジャスティスの授業ではカナダの先住民差別の歴史について学んだと上記でも書きましたが、それについて少し説明したいと思います。カナダ政府が支援しキリスト教教会が管轄したResidential School(寄



英語に関しては、リスニング力が最も向上したと実感しています。最初は授業で先生が話していることがほとんど分からず、教室に座っているだけという感じでした。その際は授業を録音して後でゆっくりノートを取ることをしていましたが、2、3ヵ月経つとだんだんと英語が理解出来るようになり授業中にノートを取れるようになってきました。また、人とコミュニケーションを取ることや自分の意見を発することの大切さに気がきました。留学中は自身の英語力に悔やむことが多く、友人との会話において自分の気持ちや意見を上手く表現出来ないもどかしさを何度も覚えました。その結果、帰国後は母語である日本語が使えるのだからもっと人と話したり、自分の意見をしっかりと言おうという気持ちになりました。

えるため多くの出費がありました。ルームメイトとモノを貸し借りすることもありましたが、必要最低限のモノは自分で用意した方が良いでしょう。基本自炊なので、時間がある時にバスで近くのスーパーに買い物に行っていました。私は1学期につき3つしか授業を取っていなかったこともありかなり自由時間が多かったです。図書館やジムに行く、バスで買い物に行く、イベントに参加するなどして過ごしました。



宿学校」というものが1830年代から1990年後半まで存在しました。この学校は先住民の子どもたちを再教育、言語、文化を統一する同化政策を目的に作られましたが、先住民の子どもはこの学校へ強制的に入れられ、精神的・肉体的苦痛を受けました。現在ではこうした政府主導の表面的な差別はありませんが、「先住民の犯罪率が高い」などの負のイメージが社会に浸透し、結果として住居や職に関する差別が生まれ、先住民の経済的、社会的立場が弱いという現実があります。私自身カナダが移民・難民を多く受け入れている国ということで、様々なバックグラウンドを持った人々がいかに共生しているか、という点を学ぶつもりでカナダを留学先に決めましたが、こうしたカナダの社会問題を知ることが出来勉強になりました。授業に関して最も大変だったことは、グループワークやディスカッションです。日常会話や普段の友人との会話とは違い、専門的な用語も含め論理的に話さなければいけないので難しかったです。特に歴史の授業では、隔週で15人程度で全員でディスカッションを行なったのですが全く付いていけなかったです。そのため先生にあらかじめ話し、思うようにディスカッションに参加出来ないことを理解してもらいました。その他グループワークでは、拙い英語で必死に意見を述べたり、やれることを探してグループに貢献しようと頑張りました。事前に少人数クラスか否か、ディスカッションがあるか否かなど自身の語学力に合わせて授業内容を見極めることも大切だと思います。

留学中多様なバックグラウンド、価値観を持った人とたくさん出会い話したという経験を、仕事上で様々な人に出会う場面で物怖じせず関わっていくという点で活かしていきたいと思います。また、留学中ぶつかった困難(寮の部屋、ディスカッション、グループワークなど)に対して自分で考えて行動し乗り越えたという経験を糧に、今後とも困難から逃げず解決していきたいと思います。渡航前はドキドキワクワクするかもしれないと思いますが、留学開始後は良い意味であっという間に時間が過ぎます。楽しむことは楽しんで、困難にぶつかったらめげずに頑張ってください。

大学の建物の特徴として、寮、教室、図書館、ジムなどほとんど全ての建物が繋がっているのも外に出る必要がありません。学内にはレストラン、カフェ、その他カフェテリアなどがあり多くの学生が利用しています。レジャйна大学では人種や国籍など多様なバックグラウンドを持つ学生に出会うことができます。他では出来ない経験が出来ると思います。一つの場所で多様な文化に触れることが出来る場所です。留学生支援課のスタッフは皆さんとても優しく、疑問点や不安点があれば丁寧に答えてくれます。

州立大学であるアルバータ大学は、非常に大きなキャンパスで施設が充実しており、学びたいことが学べ、次につながる場所です。学生団体が主体となって大きいものから小さいものまでイベントがこまめに開催されたり、非常に幅広く多彩で数多くのサークル活動があり、それを学生が中心となって運営していったりするような、主体性に溢れた学校です。交換留学生の数は少ないですが、別のプログラムで同じ期間滞在するインターナショナル生も多く、日本人が多めです。そのため留学生向けのイベントも多く、お互いに困った時は助け合い、また共に学ぶ関係の築ける環境だったように思います。



私は二学期間、社会言語学および心理言語学の分野を中心に5つのコースを履修しました。秋学期に Sociolinguistics, Second Language Acquisition と、冬学期に Linguistic Anthropology, Child Language Acquisition, English Grammar for Teachers of Adult ESL です。新型コロナウィルスの流行でオンラインに切り替わるまで、私が受講した全てのコースは対面の講義型で、授業までに読んでおくよう求められる教科書や文献が必ずありました。また、各ターム末にはテスト週間があり、その期間授業はなく期末テストに向けてじっくり対策することができます。私の受講していたコースからは期末テスト、最終課題、またはその両方が課されました。履修は原則ポータルサイトで学生が自分でコース登録をします。ただ、私が受講したコースのうち Linguistic Anthropology 以外の科目は全て受講要件が設けられていました。私の場合はそれらを千葉大学での履修済みの科目でほとんど補っていたためそのことを申し出、個人的に担当教授に直接許可をもらい、アカデミック管理の方に連絡をして受講登録をしてもらうという手続きを踏んでいます。

受講したコースの中でも、留学前から受講を計画していた Sociolinguistics, Linguistic Anthropology の二つが特に面白く、

留学を通して最も変化が大きかったのは物事の捉え方でした。留学前には「こうでなければならぬ」といった固定的な概念に縛られがちでしたが、カナダという国ににいるいるな人種、バックグラウンドの人がいて、そういった方々と関われたこと、加えて自分と十分に向き合えたこともあり、より広い視野を持てるようになりました。これは自分や他者を認めることにも繋がり、さらに、考え得る全てのことを考慮して物事の本質を考えようとする姿勢にもなりました。こうした価値観の変化を得られたのは、本留学を経験できたからこそだと思っています。学業としては、留学前に幅広く興味を持っていた内容が、アルバータ大学での学びによってかなり絞られ、より明確になったという点で大きな変化だったと思います。これは留学後

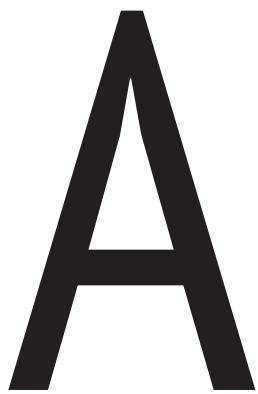


の卒業論文執筆においても強固な軸となってくれました。アルバータ大学に留学し、千葉大学の専攻とは異なる自分の関心の高い分野を学んだ結果、その分野を専門にさらに学びを深めるため大学院へ進学することを決めました。本大学での留学経験は、今後さらに多くの文献を読み、調査や研究をしていく上での重要な基盤になったと思います。苦労したことも多かったですが、知的好奇心が刺激され、学びに幸福を感じていました。初心を忘れず今後も高みを目指していきたいです。今後留学する方には、ぜひ目的や軸を明確にして有意義な学びを獲得していただきたいと思います。行くだけではなく、行って何をするか、何を得るかが大事だと思います。後悔のない留学生活になるよう、お祈りしています。

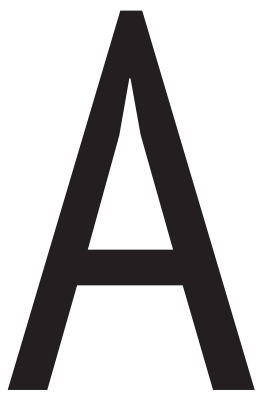


ですぐに食べ物を買うこともできます。スーパーやドラッグストアも学生証で無料で乗れるバスに乗って10分程度の場所にあり、生活で不便することはほとんどありませんでした。授業がない日は HUB 内のランドリーで洗濯物をしたり、運動用のマシンがいくつか置かれていた空間もあるので、そこで運動をしたり、他の学生とピンポンやビリヤードをしたりして交流することもできました。

留学前の準備として、学業面では自分の学びたいことを明らかにするよう努めました。まず、曖昧にやりたいたいと思っていた分野の文献をいくつか読み、ボヤけていた目的や目標を明確化しました。また、受講したいと思っていた科目の中で自分の専門にしてきた分野でなかったものは、事前に大卒を勉強しました。生活面では、寒い冬の対策をしたり、寮での食生活を想像して日本から何を持っていくか、どんなものが現地で調達できるのかを事前に調べたりしていました。本大学の素晴らしいところは、深い学びを得られる点だと思います。授業形態は様々ですが、どのコースも内容が充実しており、学んだことに基づいて学生同士で議論する場や個人で実践する経験の機会を与えてくれます。力のつく学びの形態になっていると思います。ただし、一点だけ、履修登録についてはもう少しサポートが欲しかったように感じます。履修可能なコース数や種類、受講要件免除などについて詳しく知れるような機会があったら良かったです。



・留学先で必要なものの買い出し（特に薬は持ったほうが良い。急な風邪に役立つ。）・ビザ申請（ビザが必要な国に行かれる学生はやらないといけない。約2か月かかると思って余裕を持って準備することがおすすめ。）・旅行保険の申請・OSSMA（千葉大学の海外派遣留学で必ず入る危機管理サービス）の申請・国際キャッシュカードの申請（日本から日本円を入れ、カナダでカナダドルとして引き出せるようなカード）・寮の申請・パスポート申請・飛行機の予約 良い点として、困ったときにいつでも助けてくれるサポートデスクが多いこと、留学生が参加しやすいプログラム・イベントがたくさんあること、運動施設が学内にあり無料でかつ本格的なジム道具が使えること。改善してほしい点について、お金の送金のやり方の説明が欲しかったこと（大学保険、交通費を日本からカナダに送金する方法が複雑で、親に迷惑をかけるはめになってしまった）。



住居を選ぶ際、大学から来た寮（留学生が泊まれるもの）の紹介を参考にした。アパートを借りる選択肢はなく寮に泊まるものしか見つからなかった。食事は自炊がほとんど、たまに外食したり売店で購入したりした。買い物は安いスーパーや100均のようなお店で買って節約を心掛けた（服など欲しいものはお金の有無を考えて購入）。通学に関して、寮から全て徒歩圏内だったので、電車やバスをほとんど使わずに徒歩で済ませた。当時クラブに所属していたので、授



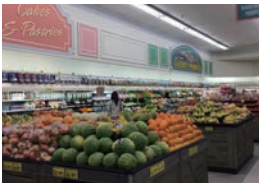
受講した科目:① Life, Leisure, and the Pursuit of Happiness(余暇、人生、幸せについて)、② Introduction to Global Change (地球史、環境問題)、③ Contemporary Perspective Native Studies (Indigenous people に関する概要)、④ Environmental Science, Culture and Values (政治面、経済面の環境問題)、⑤ Personal Health and Well-Being (健康全般)、⑥ Introduction to Management Sport, Physical Activities and Recreation(スポーツマネジメント事業)、⑦ Language(s) of Culture (文化と言語)、⑧ Nutrition and Well-being (カナダの栄養全般)。最初の授業に出席した際に初めて正式なシラバスを確認することになるため、授業を選択するときはシラバスがない。その代わり、ホームページ上に Catalog という、コースごとの大まかな授業内容が掲載されている。

①カナダにおける余暇の特徴や性質について。余暇と時間・遊び・仕事・家族・教育・民族的背景・ジェンダー・環境との関係性。カナダのレクリエーションと観光の概要。②自然と人間によってもたされた地球・環境変化。環境変化における大気圏・水圏・生物圏・凍結圏の役割。炭素循環と人間活動の関係性。③カナダの先住民族に与えている問題点。カナダ社会と / の中で植民地関係に向



かい合う努力について。④学際的（人文学・社会科学的）側面からの、環境問題と人間の文化的構造との相互関係の考察。⑤現代の健康問題（健康に対する行動とその変化も含む）。身体的・心身の健康の個人分析（セミナーで実践）。⑥地元・州全体・国全体（カナダ）の視点から、スポーツレクリエーションと身体活動へのマネジメントに必要な要素について。実例を取り上げる。⑦文化・言語・文学・言語学・民俗学・翻訳の分野において、近年の問題に関するトピックについて調査・分析・議論する。⑧主な栄養素の特徴や必要性の理解。栄養素がどのように健康へもたらすかについて。科目によって評価方法は様々だが、共通して中間試験と期末試験が設けられている（⑦のみ例外）。そのため、授業の復習が必須だった。他にレポート提出が多く、文字数に加え英語の論文の書き方に慣れない部分があった。他にもディスカッション、クイズ、プレゼンテーションなどあったので、試験さえやれば良いというわけではなかった。更に現地生と同じ目線で評価するので、授業についていけなくなると大変になる。頼りになる友達（同じ授業をとっている現地生）がいると心強い。また教授は、大学に留学生がたくさんいることを知っている所以質問を気軽にすることが出来る。一人で抱え込まず、誰かに相談できるようにすることをおすすめする。

でもテーマに対して多方面からアプローチして調査し、また就職した後も大学まで積み重ねてきた知識などを活用しつつ周りの方と協力しながら問題に向き合えるようにしていきたいと思う。更に留学で培った英語力をなるべく維持させていきたいと思う。留学した後にやり残したことがないように、現地ではやりたいことややってみたいことにどんどん挑戦してください。多く参加した分思い出もたくさん残ります。



英語について、より聞き取りやすくなったこと、話しているときの発音がよりネイティブに近づいたこと(親に言われた)に変化があった。また意見を発言またはレポートなどに記す際、より論理的に考えるようになった。英語は基本的に結論から言い始め、その後理由・具体的説明・まとめとひとくくりにすると思うが、留学先でたくさん使う機会が多く無意識に身についた(レポートの存在が大きかった)。このことで相手に意見が伝わりやすくなり、聞いていて分かりやすいと言われたことがあった。留学先では専攻関係なく様々な方向性からアプローチしてきた。また慣れない環境の中でトラブルも起きたが、周りの力も借りながらなんとか解消できた。これらの経験から、学問

大学の特徴として、どの学生も教授も分け隔てなく接してくれたり、また分からないことや困ったことがあればいつでも相談にのってくれる。アパートのような空間だった。もちろん授業やイベントで初めて会う現地生や他の留学生が多数いるが、打ち解けあるととても楽しくなる。また運動施設や図書館が充実しており、気軽に使用できる空間だった。留学生へのサポート体制について、International Service Center という、留学生用のサポートデスクが学生中心で運営していた。平日の授業時間に空いており、学習面や生活面、ビザ申請関係やアルバイト制について、International Service Center ということから来た。私自身も留学中に困ったときや申請関係をしたかった時に助けてもらった。

グアダハラ大学は、6つのキャンパスがあり専門分野によってキャンパスが分けられています。(どのキャンパスにも所属可能ですが、ほとんどの日本人留学生は CUOSH か CUCEA に所属しています。)南米各国やヨーロッパ各国からの留学生やメキシコ国内の別の大学からグアダハラ大学に留学している学生も多いです。留学が認められると、大学が始まる前にSNSを通じて、チューターからオリエンテーションの日程や授業の検索方法が送られてきます。授業登録や留学生に必要な事務的な手続きもチューターが教えてくれます。分からないことがあれば、まずチューターに聞くというと思います。チューターは他の学生に比べて比較的英語が話せる学生ですが、基本的にすべてスペイン語です。

G

ホームステイだったのですが、グアダハラ大学で日本語を教えている先生からホームステイ先を紹介していただき、そこに決めました。授業のある日は、朝は食わずに学校に行き、授業終わりに友達と学校周辺の屋台で昼を食べて、その後家に帰るか友達と中心部に出かけたりしました。通学はバスで10分程、その他の移動はバスかUberを使っていました。ホームステイ先では食事が付いていなかったの、基本的に昼は学校、夜は外食が向かいのおばあさん



友達のグアダハラ大学の学生に聞いたところ、ネット上で見られるシラバスはないと言われていたので、どんな授業が開講されているのかが最初からよく分かりませんでした。チューターから送られてくる授業検索ができるサイトを使って、授業名と授業日を確認できるだけなので、私はその友達の学生におすすめの授業を聞いたり、授業名を見て面白そうだなと思った授業に参加してみました。専門分野の最初の授業に参加してみて自分のスペイン語に不安を感じたので、前期は留学生向けのスペイン語の授業を3つと学内で受講できるスペイン語の講座を受け、所属学科の授業を聴講で参加しました。スペイン語の授業は、文章を要約したり自分の意見を書いたり読み書き中心の授業、メキシコに関する文章を読みメキシコの文化や歴史も学べる授業、文章を読みながら文法をチェックする授業で、聴講した授業はメキシコのスペイン語の歴史についての授業でした。後期は、引き続きスペイン語の授業と1つ所属学科の授業とメキシコの学生向けの韓国語の授業を受けました。スペイン語の授業は前期と引き続き同じ授業を受け、所属学科の授業は第二言語としてのスペイン語を考える授業、韓国語の授業は文字から学びました。

①スペイン語 日本で学んだスペイン語では“あなたたち”にあたる二人称複数の活用も覚えていきましたが、メキシコでは二人称複数

千葉大学からグアダハラ大学に留学した例がなかったので、情報収集を頑張りました。大学HPはもちろん、グアダハラ大学から千葉大学に留学している学生や留学していた学生にたくさん質問したり、グアダハラ大学で日本語を教えている先生にコンタクトを取ったり、他の日本の大学からグアダハラ大学に留学した人たちの報告書を探して読んだりしました。スペイン語の授業に加えて、Podcastなどを使って日常的にスペイン語を聞くようにしました。留学生は、所属学部以外の授業を違うキャンパスでも受講することができます。また、通常は別途授業料を支払わなければならない大学内のオプションの授業を留学生は料金免除で受けることもでき、学部関係なく様々なことを学べることは良い点だと思います。改善してほしい点としては、シラバスが公開されておらず、授業内容がざっくりとしか分からない上に履修登録期間が短いので、授業選びに失敗しやすいこと。また、国柄でもあるのですが、メールの返信や色々な手続きの対応が遅いことです。

家で料理を振る舞っていたいてました。授業がない日は、予定があれば出かけ、予定がなければご飯を食べに向かいのおばあさん家に行っていました。課題が出た日やテスト前、勉強する時は、家や学校から近いスターバックスか学内の図書館に行っていました。家から徒歩15分程のところにスーパーとショッピングモールがあったので、何か必要なものがある時はそこに行って買い物をしました。



の活用を使うことはなく、複数の相手に対しては全て三人称複数の活用を使います。その理由を先生に尋ねても、メキシコではそういうものだから、という返答でした。他にもメキシコ特有の言い回しだったり言葉を会話や生活の中で多く発見しました。教科書に載っているスペイン語がすべてではないこと、現地でしか話されないスペイン語を知ることができました。留学生向けのスペイン語授業 Idioma では、メキシコの独立記念日、死者の日、タコス、サボテン、メキシコの食卓には欠かせないトルティージャの原料トウモロコシ、メキシコの神話などあらゆる角度からメキシコを知れる授業でした。② Enseñanza del español como segunda lengua (第二言語としてのスペイン語の教え) 普段から母国語としてスペイン語を使っている学生と客観的にスペイン語を学ぶ授業でした。文法を復習しつつこの場面です使われる言葉は何が正しいのか考えました。学生がそれぞれスペイン語のゲームを考えてきて、それを授業内でみんなで行ってやってみたりもしました。他の授業でもそうでしたが、前向いて先生の話聞くことよりも、教授が学生に投げかけ学生同士で話し合ったり発言しあったりして進めていくことが多かったです。③韓国語 メキシコではどんな学生が韓国語を学んでいるのか興味があって参加しました。K-pop が好きな学生が多く集まっていて、好きなアーティストについて話したり動画鑑賞をしたり共通の趣味を持った人たちと交流することができました。

しくて素晴らしい国なんだよもっと知ってもらいたいと思いました。



メキシコで暮らしてみて、自分と合わないと感じる部分もありましたが、だからといって塞ぎ込んでいたり拒否したりしてはだめだと思っていた。色々なこと経験して、感じて考えて、挑戦してみることが大切だと学んだので、これからも挑戦して色々なことを吸収できるようになりたい、何か殻を破ろうか迷っている人がいれば、相談を受けたりその人の背中を押せる人になりたいなと思います。

メキシコは治安が悪そうなイメージを持っている人もいますが、思っている程悪くないし親身な人が多いです。グアダハラ大学への派遣は簡単ではないかもしれませんが、留学生活は必ず楽しいと思います。

ノーザンブリア大学では、基本的に講義と同じ回数の議論の授業があるので、英語でのディスカッションは準備していきました。具体的には、千葉大の海外大卒の先生方に自主ゼミをお願いして、議論の時間を作りました。また、それと同じくらい重要なのが、英論文を読む力です。毎週1授業につき1-3本の英論文を読む宿題があるので、千葉大でも週に1本は少なくとも読むようにグループリーディングをしていました。授業内容は非常に良いです。一方で、ノーザンブリア大学の留学生課との連絡により、コロナ後は一時落単するなどの状況がありました。連絡も非常に遅いことが多いので、「早めに、何でも催促」を千葉大学の留学生課と相談しながら行う必要があると思います。

【住居】自分で見つけたプライベートの学生寮に住んでいました。学校から徒歩10分です。男子6人のキッチンシェアタイプでした。フラットメイトがあまり社交的ではなかったので、その場合に備えて途中退去が出来る寮を調べることをお勧めします。大学の寮はボロいですが、EUからの半年間の留学生が多いです。【買い物】ある程度の都市なので、買い物に困ることはありません。アジアマーケットや八百屋、魚屋もスーパーと別であるので、自炊が出来れば



【前提】社会科学部 Social Science 所属
【履修科目と内容】
・IR5008 Theories of International Relations
国際関係学のセオリーを中心に学んでいく。理論系なので、マルクス主義など昔の英論文を読むことが大変だったりする。
・SO5005 Global Poverty and Development
オムニバス形式の開発学の授業。環境問題から人権問題まで幅広い開発学を学ぶ。事例によって、先生が変わり毎回の面白さや難しさも変わる。
・EL0429 Colloquium on British Culture
留学生用の課外授業。ノーザンバーランド地方の城や建物を回る授業。追加費用がかかるが、留学生の友人が作りやすく、自分も前年度派遣生から勧められた。
・SO5009 Sex and Gender in Society
主にジェンダーに関わるトピックを学ぶ。、日本の大学では学ぶ機会が少なく、且つ視点や事例が異なっており、非常にためになる。
・SO5001 Activism, Resistance and Social Change
社会運動の授業、上の授業と被る面もあるが、社会課題の変革のプロセスなどを学べる。
【履修】まず、授業のレベルとしては1-3年まで、又は院レベルの授業がナンバリングされています。留学生用のシラバスをネットで確認して、留学前に前期の授業の希望届を出します。ただ、それは千

学習面に関しては、論文を多く読むようになりました。現地で毎日図書館で論文を朝から夜まで読んでいたので、読む習慣はある程度つきました。また、現地の子達は大学に入れば就職できる環境ではなかったので、勉強から自分のスキルにするというハングリー精神を学べたように感じます。また、現地でしっかりと学んだ理論のフレームワークが今の卒業研究に活きていると感じます。具体的には、移民の研究をしていても、政治やジェンダー、開発学等の多角的な視点から考えるようになりました。留学先では、EU各国から優秀な同世代の人が来ており、友人関係を増やすことで今後の海外での働き方がより幅広くなったと考えます。特に、同じ分野の友人と議論することで、よ



り自国の例も深く考えることができ、企業での仕事でも今後は活かせる知識だと思います。また、コミュニケーションの中で学んだ日頃から議論する力は、日本にいても海外にいても多様な人と事業を進めるうえで重要な力になりました。

しっかりと勉強と遊びのバランスを取ることが、この大学を最大限楽しむためのTipsです。多くのコミュニティを作ること、英会話力向上及び精神面のセーフティネットになり、楽しい授業を乗り越えることに直結しました！勉強も遊びも頑張ってください！

N

困ることはないです。モールも郊外にあります。【都市について】ロンドンからは遠いですが、夜が非常に有名な街で、学生向けの飲み屋やクラブがたくさんあります。隣に国立の大学もあり、その生徒との関わりも探せばたくさんあります。【一日の流れ】朝ご飯を食べ、1-3時間授業を受けたら、基本的にあとはどこかで課題をするか、マーケットで食材を買っていました。夕方は基本学内のジムでした。週末は、家で夕飯を食べたのちに、友人のフラットで軽く飲み、学生用のクラブに行くのが習慣です。



業大でどのレベルまで学んだのかを証明する必要もあり、それによって取れる授業が決まるのも覚えておくと思います。【授業全般について】通常の授業は上でも述べたように講義と議論が毎週セットになっています。授業によって時間数は変わりますが、自分の場合は一つの授業で毎週3時間、すべての授業で12時間ほどでした。先生方の英語は訛りが少なく、テレビを理解できていれば問題ないですが、生徒はあらゆる訛りを持っていて、そこに必ずと言っていいほど踏きます。特に、街の訛りである geordie に関してはイギリス人にとっても難しく、現地の友達作りと現地を題材にしたメディアで対策する必要がありました。【学んだ内容】学部生の授業では、その学問の理論(社会運動、開発学、ジェンダー、国際関係論)をきっちり学ぶ授業計画になっています。そのため、抽象概念を外国語で学び説明する難しさが出てきますが、それはYouTubeやpodcastを利用して繰り返し勉強していました。また、現地やイギリスの学術界でよく使われるケーススタディを必ず理論ごとに紹介されるので、EU圏の時事問題及びそれに対する生徒の意見も知ることが出来ました。【課題】毎週の議論への読書課題も非常に大変でしたが、レポート課題がかなり大変です。ワード数は2500-5000くらいの授業が多かったのですが、引用文献の数も指定されているものが多いです。自分の場合は15論文以上のものが多く、それは毎回の授業で積極的に読むことで対応できました。

イギリス・イングランド北部に位置する大学で、コンピュータ系が強いと書かれていました。大学の施設はとても新しく、図書館も24時間空いていて、そこに日頃から学生が多いです。留学生へのサポート体制としては、最初の週に Freshers week という歓迎会で多くの友達を作ることが出来るのでかなり多く、どのクラスにも20人中3人以上は留学生がいたと実感しています。ただ、向こうの留学生支援課との連絡が滞ることが多く、返信等が遅い場合は催促は必須で、それでも連絡が来なければ千葉大のネイティブの先生と相談するのがおすすめです。

教育学部が有名なので、留学生も教育学を専攻している生徒が多い。留学生について、ヨーロッパからの短期で来ている学生が多い。また、アジア出身の学生は非常に少なく、ほとんどが短期留学（半年から1年間）できた日本人が多い。サポート体制については、留学生が多いこともあって非常に充実しているように思える。特に履修登録については柔軟に対応してくる。また、授業についても、留学生は多いが、特にヨーロッパからの学生の場合英語が堪能であるため、逆に英語が不自由な生徒への対応は手厚いように感じられた。ただし良くも悪くも英語が苦手な生徒を考慮した授業は行われない。自分から積極的にわからない部分を生徒や先生に尋ねる必要がある。



私は歴史学と戦争学を専攻したいと考えていたが、あまり留学生を多く受け入れていないためか、受講できる授業の数は多くなく、そこまで受講科目に迷うことはなかった。私は自分の英語に自信がなかったため、前期は1・2年生用の授業を選んだ。前期に受講した科目は以下の通りである。【War and Society：総力戦をテーマに三十年戦争、ナポレオン戦争、第一次世界大戦について学んだ。日本では政治的観点から学ぶことが多いが、この授業では民衆の生活や共同体の記憶といった幅広い視点から学ぶことができた。】【Introduction to War Studies：戦争学の基本を学んだ。日本では戦争学を学ぶ機会がないため非常に興味深かった。】【History, Film and Television：歴史を扱う映画やテレビ番組に含まれるイデオロギーを読み取ることがテーマであった。扱う題材はイギリスやアメリカのものが多かった。】後期は多少余裕も出てきたため、3年生向けの応用科目も受講した。また、日本ではなかなか見ることのできない分野の授業にも興味があり、友人に教えてもらった映画学の授業も1つ受講した。後期に選択した科目は以下の通りである。【War and the Media：メディアが戦争に果たした役割について学んだ。例えば第一次世界大戦中のラジオ番組などが題材として取り上げられた。】【Gothic and Horror(Film Studies)：ホラー映画に含まれるイデオロギーを読み取ることがテーマであった。ジェンダー問題や民族問題、宗教などが取り上げられた。】【Origins of the Second World War：第二次世界大戦の起源をヨーロッパの視点から学んだ。】いずれもシラバスの情報から授業を選んだ。私の場合は選択肢がそもそも少なかったので履修科目を変更することはなかったが、教育学のように留学生にとっても選択肢の多い学部にも所属する友人は、授業を実際に受けてつ何回も履修科目を修正していた。

英語を読むスピードが上がった。また、英語文献への抵抗がなくなった。日本の大学にいたときは、参考文献を探す際に英語文献という選択はなかったが、留学をしてからは必要に応じて日本語文献と英語文献を使い分けができるようになった。情報へのアクセスの幅が広がったように思える。会話力は正直あまり伸びなかったが、文法や単語力は拙いにしても、とにかく伝えるという姿勢は身についたため、留学前よりは会話ができるようになったといえるかもしれない。学習面以外の変化としては、物怖じしなくなった。正確に言うと、失敗を恐れなくなった。留学先では「この機会を逃せば二度とないかもしれない」と常と考えながら生活し、実行することが多かった。そのときの習慣が帰国後も続いており、やりたいと思ったことをすぐ行動に移せるようになった。私は、留学での経験からナショナリズムに興味を持ったので、それを学ぶことができる大学院に進学す



ることにしました。また、留学先ではディスカッションを通して常にテーマに対して疑問を持つという姿勢が多少身についたため、研究計画書や卒業論文を書く際にも、比較的容易に、まだ研究されていない部分を見つけ、テーマ化することができました。就職活動も少し経験したので、留学の経験があるためか、海外転職というものに全く抵抗がなく、志望企業の幅が広がったように思えます。また、企業側も海外志向の人材を求めているため、留学経験を持つ学生を求めているように思えます。留学の経験は貴重です。しかし環境が変わりストレスを感じる場面も多いので、明確な目的意識がないと辛い経験になってしまうかと思います。実際に私も留学が辛いと感じた瞬間が何回もありました。また、特に学部3年生は留学期間が就職活動とかがぶつてしまいます。就職活動期に日本にいないというのは大きなハンデです。自分の将来像をきちんと考えた上で留学を選択されるとう良いかと思います。



【War and Society：総力戦をテーマに三十年戦争、ナポレオン戦争、第一次世界大戦について学んだ。日本では政治的観点から学ぶことが多いが、この授業では民衆の生活や共同体の記憶といった幅広い視点から学ぶことができた。週に2コマあり、1つは座学でもう一つはディスカッションだった。座学の方は前提の知識があれば、レジュメをおいつつ授業を理解することができるとが、ディスカッションは生徒の会話のテンポに着いていくことができず大変だった。ただ、発言しようとするばどんなにつたない英語でも耳を傾けてくれた。】【Introduction to War Studies：戦争学の基本を学んだ。日本では戦争学を学ぶ機会がないため非常に興味深かった。この授業も1コマは座学で1コマはケースワーク(ディスカッションに近い)だった。ケースワークではボードゲームを通じて戦略を学ぶこともあり、面白かったが、ルールを理解するのは非常に難しかった。】【History, Film and Television：歴史を扱う映画やテレビ番組に含まれるイデオロギーを読み取ることがテーマであった。扱う題材はイギリスやアメリカのものが多かった。映画の内容を理解することが授業理解の前提となるが、英語力が低く、映画の内容すら理解できないことが多かった。そのため、予習として、事前に授業で扱う映画の内容を調べていた。】【War and the Media：メディアが戦争に果たした役割について学んだ。例えば第一次世界大戦中のラジオ番組などが題材として取り上げられた。こちら映画やラジオの内容が理解できず苦労した。】【Gothic and Horror(Film Studies)：ホラー映画に含まれるイデオロギーを読み取ることがテーマであった。ジェンダー問題や民族問題、宗教などが取り上げられた。映画に関する基礎知識が全くなかったため、授業内容を理解するという意味では一番苦労した。やはり専攻分野の授業を選択した方が苦労も少なく、理解も深まると思う。】【Origins of the Second World War：第二次世界大戦の起源をヨーロッパの視点から学んだ。第二次世界大戦についてはある程度の知識があったためそこまで苦労しなかったが、ディスカッションの際に自分の意見を説明するのが難しかった。事前に専門用語を英語で覚えておくとう苦労が少ないと思う。】

イギリスはビザの手続きが非常に煩雑である。しかもコストがかかる。日本人への審査は比較的緩いと言われているため、申請内容に間違いがなければ基本的に通ると思うが、その申請内容を書いたり必要な書類を集めるのが意外と大変である。早めの準備をおすすめする。英語については準備はほとんどしなかったが、するべきであったと後悔している。特にリスニング力がないと授業についていくのも難しくなる。良い点は、まず科目の選択肢の幅が広いこと。日本では所属する学部の授業しか基本的に受講することができず(あるいは煩雑な手続きが必要。)、興味がある授業があっても諦めてしまうことが多いが、留学先の大学は学部というくくりがないため、興味のままに授業を選択することができた。改善してほしい点をあげるとするならば、渡航前に希望科目を留学先の大学に送るのだが、その結果が直前までわからなかった点。何曜日にとこで授業があるのかわからず戸惑った。

住居は留学先の大学側が割り振るためこちらに選択権はなかった。食事や生活必需品の買い物については、都心に住んでいたこともあり、徒歩20分圏内にスーパーが点在していたためそこまで苦労しなかった。寮の冷蔵庫が小さかったため買いだめすることができず、週に3回程度買い出しをしていた。時間の使い方について、授業がない日は寮で予習をしていた。私が受講していた授業が異常だったようだが、週に5〜10本程度の英語論文を読む必要があったため、予習に時間がかかった。全部を真面

目に読んでいると終わらないため、重要な論文だけ集中して読み、それ以外のものは要点だけ押さえた。昼や夜は同じ寮に住む日本人留学生で集まって食べることも多かった。また、ヨーク市内の協会で留学生向けのイベントが開かれていたため、試験や課題に追われていない時は参加した。また、友人のすすめで、在英日本人の方が主催している聖書の会に参加していた。勉強も重視していたが、こういったイベントも日本ではなかなかできない経験なので、積極的に参加した。毎週通学手段は徒歩。交通の便はよく、ロンドンなどの他の都市に行きやすかった。

私は高校の時にアメリカに留学していたこともありアメリカ英語にはなれていたが、イギリス英語は全く聞き取れない状態であった。もともと好きだったイギリスのテレビ番組をYouTubeで鑑賞し、数分の動画を何度も見返したりしていた。とにかく始めは耳を慣れさせることを意識した。それ以外に特に準備していたことはないと思う。先方の学校や千葉大学、奨学金関連の必要な書類はもちろん計画的に準備をした。留学生サポートがしっかりしていたり、留学生が多いことはとてもよかったと思う。校舎もきれいでとても利用しやすかった。設備も新しく、授業効率が良いと思う。ただ、選択可能な寮が二か所あったが、多くの人が利用していた寮が学校から遠いという点は気になった。図書館で遅くまで勉強したいと思ってても、暗くなるのが早いため、あまり残れないということが多くあった。

入る寮によって学校へのアクセスのしやすさが全然違う。基本的に2つの寮から選択が可能。一つは学校から徒歩10分圏内、もう一つは25分圏内。イギリスの気候的に冬などは雨が多いため、遠いほうの寮に入る場合は一度登校したら一日中学校にいるという日が多くなると思う。自分は値段が安い学校から遠いほうの寮にしたが、留学生がいっぱいいて楽しかった。卒業生が寄付したキッチン用品や日用品(ハンガーなど)のフリーバザーも学校が始まる前にある



観光学を学ぼうと思い、留学を希望した。留学先の地域は有数の観光都市ということもあり、大学では観光学系の授業も充実していた。前期後期それぞれ3つずつの授業を履修できるようになっていて、前期の授業は3つも留学前にシラバスを参照して履修した。しかしシラバスを参照してもあまりよくわからなかったため、授業名がわかりやすいものを履修した。後期に関しては、自分が単純に受けたい授業を履修した。イギリスで生活する中で社会学(教育や不平等など)にも興味を持ったため、観光学の授業はあえて取らなかった。そのころには現地学生、他の留学生とも仲良くなり、授業に関する情報交換も行っていたため、シラバスだけでなく、実際にどのような授業内容なのかをある程度把握した上で履修できたと思う。基本的には1つの授業がレクチャーとセミナーに分かれている。イメーじ的にはレクチャーでは先生からの一方的な講義、セミナーは少人数に分かれてレクチャーに関するワークショップを行う。レクチャーもセミナーも約1.5時間から2時間で、一つの授業で一週間に2コマ、計3時間から4時間。つまり、一週間に2時間弱のコマを6個受ける感じであった。

前期に受けた授業は、① Tourism Industries、② Hospitality and Events in the 21st Century、③ Study for Success、後

観光学に触れたことで、地方創生、外に向けた地域のPRなどにも興味を持つようになった。そのため、現在は地方創生についてゼミで学んでおり、観光学を用いてどのように地域を盛り上げられるかなどを研究している。また、違う国で社会学を学んだことで、日々の生活の中の視野がとても広がったと思う。当たり前であるが、国が違えば教育や社会格差等に対する価値観や視点が違う。日本での社会問題の当たり前が当たり前でなく思えるようになったのは大きな変化だと思う。生活面においては、他の国の友達ともネット上で連絡を取り合うようになり、英語力のキープにつながっていると思う。以前よりも失敗を恐れず何にでも挑戦しようと思えるようになり、プログラミングや新しいスポーツを始めてみたりして



いる。あまり海外展開に焦点を絞った就職活動をするつもりはない。しかし、確実に長期留学をしたという経験は就活でアピールできると思う。留学先で学んだ観光学は、現在ゼミで研究したいと考えている。観光学を用いた地方創生というテーマに影響している。また、将来は公務員として地元の活性化に関わりたいと考えていて、留学での学習及びゼミでの学習が将来も生かせるのではないかと考えている。留学に行きたいという人は多いかもしれないが、それを実行させる人、動き出せる人はなかなかいないと思う。0と1では大きな差であり、動き出せた自分はその時点でほかの人よりすごい!と思って、なんでも堂々と挑戦してほしい。

ため、渡航後急いでいろいろ揃えなくてもよい。初日には大学側が最低限の日用品(トイレトペーパーや簡易食器など)をくれる。外食は高い印象。スーパーなどでの食材は日本と同じぐらいの価格で買える。イギリスの食事はおいしくないということを耳にするが、まずいと思ったことはない。日常での移動は基本的に徒歩で済むが、バスもある。駅まで大学から20分ほどで、そこからロンドンまで数時間。電車というと新幹線のようなものであり、地方に地下鉄のようなものはない。



期に受けた授業が、④ British Sign Language Beginners 1、⑤ Childhood、⑥ Social Inequalities: Key Themes。①は、主にイギリスの観光業の歴史を学んだ。②は、イベント等のマネジメントについて学び、郊外活動として、地元の競馬場に調査に行ったりした。③は、大学で必要になるライティングスキル、また、大学のシステム(ポートフォリオ)の使い方等を学び、他の授業の手助けにもなった。④はイギリスの手話。日本の手話との違いを知ることが楽しかった。実技の授業である。⑤は子供時代に関する社会学の授業。子供期とは一体何であるのか、社会の中でどのような役割を担っているのか等学んだ。先生と生徒同士のコミュニケーションが多く取られていて、グループワークも多かった。現地学生とグループワークをしていたため、困難なことも多かったが、アットホームな授業でサポートもしっかりしてくれた。⑥は社会格差に焦点を当てた社会学の授業。イギリスにおける社会格差、平等などについてディスカッションを活発に行っていた。ほとんどの授業に他にも留学生がいたり、もしくは先生が自分を気にかけてくれていたため、特にすごく大変だったとは思わなかった。初回授業の時に各先生に自分が留学生であり、英語があまり分らない旨を伝えたことはよかったと思う。英語で文献を読んだりレポートなどを書くことはもちろん時間を要した。

日本人も含めて留学生の受け入れを多くしているため、全体として留学生へのサポートデスクなどもあり、困ったことがあればすぐに対応してくれる。学校が始まる前に留学生用のオリエンテーションがあり、そこで留学生同士のつながりもできる。授業に関しては現地学生と一緒に受けるため、授業によって語学面での難易度は様々だが、先生にその旨を伝えると対処してくれる。学校は比較的新しく、校舎はとてきれいで、校舎はとてきれいで、キッチンなどがついていて、24時間利用可能。敷地面積が適度で移動もしやすい。飲食も基本的にどこでもできる。敷地内に朝食用できる食卓のような場所、2つのカフェ、バーなどがある。

グラスゴー芸術大学のイノベーション・スクールは、クラスメイトが非常に国際的で、イギリス出身の学生はクラスに数人しかいませんでした。また日本のほとんどの大学院のように学部から進学する場所ではなく、一度社会で働いたことのある人たちがサービスマスターとして1年で習得する、専門学校のようない場所です。いろいろな国籍の、様々なバックグラウンドを持つ人々と一緒にグループワークでディスカッションでき、貴重な経験を積むことのできる大学です。街も小さく、1つの教室内でクラスメイトと多くの時間を過ごすので、慣れていくと街もクラスもアットホームで親密な雰囲気を感じることが出来ます。

G

平日の放課後は図書館にこもり、個人ワークを進めていました。平日は5日間朝10:00から夕方15:00ごろまでグループワークを行い、夕方以降は個人ワークに集中するという生活でしたので、土日は基本的に休息の時間として家でゆっくり過ごしたり散歩をしていました。土日はたまにクラスメイトと1日旅行に行ったりディナーを楽しんだりすることもありました。土日の日中は公園や街中、ショッピングモールなどを散歩していました。街の中心部は家から学校まで



授業の選択肢はなく、Innovation Schoolにいる学生全員(約60名)が同じ授業を受けます。そのため授業登録もありません。デザインにおけるユーザーリサーチ(エスノグラフィ)の手法をアカデミックに、そして実践的に学びます。毎日午前新しい手法のレクチャーを受け、午後～翌日でグループワークで手法を実践する、という期間が約2ヶ月。そのあとはグループで自由にプロジェクトを設定し、各グループがそれぞれ独自のテーマでデザインリサーチとデザイン提案を進めます。平日5日間の朝から夕方まで作業を行い、好きなタイミングで先生に質問したりフィードバックをもらうことができます。2-4週間での1つのプロジェクトを終え、最後にプレゼンテーションをします。またグループワークとは並行して、各個人が参考書(論文等)と比較しながらグループワークの内容の報告書(ポートフォリオ)を作成します。

デザインリサーチとは、製品考案やサービス考案などアイデア発想や制作を行う前段階に行く調査分野です。エンジニアリング的な研究開発とは異なり、デザインはユーザーの持っているニーズを掘り出し、ニーズを解決しさらに楽しい体験を創出することを目的としています。ですので、アイデア考案する前にニーズの掘り出しを行っておくことが重要です。デザイナーがユーザーのニーズを知るために

英語の文献を読むことへの抵抗感がほとんど無くなりました。またディスカッションで意見が言えず勿体ないと感じる機会が多かったの、サツと絵を描いて意見をまとめたり表現するようになりました。また、周りの学生が健康に関する意識が高く驚いたので、見習って食生活や運動に意識を向けて生活するようになりました。日本語の通じない環境で根拠のない不安を常に感じているような中で、自分の身の回りのことや行動計画を管理する経験ができました。トラブルも多かったの「なんとかなる」精神がついたと思います。自分を客観視する視点を得る良い機会になると思っています。私は自分の強みや弱みに気づくことができ、良い経験ができました。



はユーザー視点でものごとを観察し、ユーザーの世界を理解する必要があります。インタビューを行ったり、ユーザーがデザイナーと一緒にアイデア発想を行ったり、普段ユーザーが歩いている道を歩いてみたりなど、ユーザーとのエンゲージメントを作るプロセスを踏みます。そういったエンゲージメントを作るための具体的なリサーチ手法や、デザイナーがユーザーに対して持つべきマインドセットを学ぶことができました。レクチャーを受けたり文献を読んだりアカデミックの学習面では、もちろん欧米の学生に英語力で劣るため彼らよりも理解するのに時間がかかるため多めの自己学習時間を取る必要があり大変でした。グループワークの実践面では、デザインリサーチが初めての学生も多かったため、お互いに助け合いながら進めることができました。

の通学路で、家から15分くらい歩くとすぐに人の集まるにぎやかな街の中心に出るのでほどよい距離感でした。

G

渡航前に学生寮を申請していましたが、抽選で落ちてしまったため2週間ほど現地のホテルで過ごしながら部屋探しをしました。食事は1週間に一度大鍋でスーパーストックを作り、それを毎日食べるかサンドイッチを買って食べていました。調味料などはアジアスーパーがあり然程入手に困りません。1ポンドショップやフライングタイガーといった見慣れた雑貨店もあり、いざとなればAmazonが使えるので特に必需品などには困りませんでしたが、化粧品の種類は



授業については、私が入学したDesign Innovationプログラムは一年完結で決められたプログラムのため、履修登録や授業を自分で選ぶといったことはしません。かといって事前に授業内容がどういったものか知る手段がなく、正直入学前まで何をするのか不明でした。Design InnovationではStage1でサービスデザインの基礎ワーク、Stage2で専門コースに分かれたプロジェクトワーク、Stage3で卒業研究と、一年間で3つのステージに分かれています。Stage2以降は入学前に希望したコースに分けられますが、Stage1までは全員で授業を受けます。私はStage1の基礎ワークのみ参加しました。ここでは「デザインとは?」という基礎の内容から、授業で扱ったツールの実践、グループワークでのデザイン提案などのワークがあります。最後の4weekプロジェクトで、私のグループはグラスゴーにおける女性の社会的立場の弱さに着目し、「グラスゴー市に住む女性サポートのためのサービス」を提案しました。Stage2以降はStage1の内容を前提にした専門内容及び研究・論文執筆となります。

デザインとは何か?それは人のためにするものだ、というデザイン学生が入学した最初にされる、基本的な問いかけ及びデザインの考え方について学ぶところから始まります。このプログラムが他の専攻を出た社会人向けのため、基礎から始めている様子でした。デザイン

言ってしまうと世界中から学習意欲のある学生が集まっているので、とかく自分は勉強不足だとか、インプットもアウトプットも足りてないんだなあと思うことができ、ライバルのいる範囲の感覚が世界中に広がったことで、留学前よりももっと頑張らなければと感じることができるようになりました。また、留学中で英語の聞き取りや読みのスピードが明らかに上がり、YouTubeなどにある解説動画を見たり論文を読んだりすることが苦でなくなったため帰国後も学習の対象がかなり広がりました。ここでは街頭インタビューなどが特に躊躇なく行える環境だったため、デザインのワークの中で日本だと中々やりづらいリサーチを重点的に行えたため、リサーチでの注意点や工夫について実地



G

肌が弱い人は辛いだろうなあと感じる陳列だった記憶があります。授業がある日で課題が大変な時期は、6時起床、7時半に出席し図書館で課題作業、10時～18時は授業、以降はまた図書館が教室で22時まで課題作業をして帰宅、という感じでした。課題がない時期は早めに帰ったり、授業開始ギリギリに到着したりしています。休みの日は美術館に行ったり、日本語の映画を見て脳を休ませたりしていました。



のワークは基本的に、足を使つての現地でのリサーチ、そこからの着眼や問題提起、その課題を解決するためのデザイン提案、提案したものの具現化とテストという流れで行われます。一般にデザイン思考と呼ばれるワークフローですが、Design Innovationにおいては「自分の目で問題を見つける」「ユーザーの気持ちに寄り添う」「とにかく手を動かして作って試す」という3つを重視していました。そのため、初期の授業では実践形式でリサーチの仕方、ツール、プロトタイプ作成などを行いながらデザインのワークフローを学び、学んだことを生かして授業テーマごとにデザイン提案を行っていました。最終課題として、2つのレポートと4weekプロジェクトを並行で行う必要がありました。4weekプロジェクトはリサーチからデザイン提案までの一般的な流れを行ったため特に問題ありませんでしたが、2つのレポートはそのデザイン提案のリサーチをどういった主義や立場から行ったのかを考える必要があり、自分としてはかなり大変な課題でした。そもそもリサーチを構造主義だのなんだのと構築したことが今までなかったため、文献を参考としながらレポートを仕上げましたが、文献ももちろん英語のため読むスピードが遅く、レポートを書くのも英語なので遅い、日中は4weekプロジェクトで時間がつぶれるため夜か朝の余暇時間に行う必要があるなど、生活時間としても課題内容としてもタフなものでした。

で学ぶこともできました。今後リモート化でより海外の人とのやり取りが増えることも考えられるので、英語でのコミュニケーションのハードルが低いことや現地の人の様子を知っていることから、そうした国内外問わない企業間連携に役にたかないかと考えています。就職活動では留学へ言った積極性と、専門をこなした経緯、そして様々な文化背景の人と共に活動した実績を存分に強みとしてアピールしていく予定です。生きる姿勢含め向こうで学んだこと、大変だったからこそ得られたこと、時々向こうで仲良くなった友人を思い出す楽しみは留学した人の特権と感じます。千葉大学は留学には大変良い環境なので、興味があるなら行くが吉です。

グラスゴー美術学校のうち、私が入学したのは大学院のDesign Innovationというプログラムでした。こちらはサービスデザインについて学ぶ一年専修コースで、一般社会人になった人や海外からの留学生が大半を占めており、グループワークで意見を出し合いながらテーマに沿ってデザイン提案を行う授業が主でした。サポーター体制は学部と変わりません。入学前には寮の抽選案内があり、住居の申し込みができます。学期の最初に入学手続きと説明会、及び教室の使い方のツアーがあり、学校での過ごし方一般が説明されるため特に困りませんでした。留学生(主生)向けの「英語学習サークル」などもあり、留学に不安があったらサポーターを受けることができます。

留学生を多数受け入れています。大半は Erasmus を利用したヨーロッパからの学生でアンペア系はほとんどいません。総合大学なのでキャンパスも複数あり、学生数も多いです。留学生への対応は各学部ごとで、文学部のチューターは1人でしたがとても優しいです。正規留学生がTAとしてサポートしてくれることもあります。千葉大のLEXのような制度があったり、留学生用の大学付属の語学学校では週末にイベントを開催したりしています。

住居は留学申請をするときに寮に申し込み、入寮することができました。大学と寮が近いためほとんど学食は利用せず、自炊していました。外食も全般的に高いので、友達と遊ぶ時など特別な時かしませんでした。ルームメイトも料理好きだったので互いにご飯を作りあったり、クリスマスや誕生日など特別な日には共通の友人を呼んでホームパーティをしました。 (授業のある日のスケジュール) 8:00 起床・身支度など、8:30 朝食・授業準備、9:50 登校、10:00-12:00 授業、12:15 帰宅・昼食、13:20 登校、13:30-14:00 授業、14:15 帰宅、復習など、19:00 夕食 授業1コマの時間はあまり長くないのですが、フランス語を集中して聞いてノートを取っていることも疲れてしまうので、授業がある日はほとんど出かけませんでした。スーパーは寮と大学の近くに2つ、大型のショッピングセンターも一駅先にあるのでよく利用していました。	
	
・Stylistique (文体論) 千葉大で取っていた授業と関係した内容だとシラバスを読んで思ったので履修しましたが、私が学んでいたのは少し違う分野を取り上げたものだったので前提知識が足りずに苦勞しました。フランス語特有の表現や修辭を理解している必要があったほか、前期は最高学年用の授業だったため演習が多くついていくのが大変でした。とはいえ元から関心がある分野だったこともあり、フランスで発展したものが多い文学理論について本場で学べる機会は無貴重だったので通年で履修しました。 ・La Littérature française du 19ème siècle(19 世紀フランス文学) 19 世紀の文学史を概観します。留学生がクラスの半数ほどを占めていましたが、特に特別な配慮はありませんでした。 ・Introduction à la littérature comparée (比較文学入門) 比較文学の考え方を紹介し、いくつかの文学作品を例にとって実践します。 ・DELCIFE (留学生用のフランス語授業) テストで語学レベル別にクラス分けされたあと、授業を選びます。中級では会話、作文、読解をとっていましたが、どれもかなりハイレベルでした。上級では文化についての授業も選ぶことができます。内容的には、中級より上級の方が課題なども少なく、楽だったように感じました。	・Stylistique (文体論) 言葉が持つ機能について 1960 年代以降に発展した現代文学理論(言語学や物語論、間テクスト性など)、またフランスで昔から体系化されてきた修辭学、特に隠喩や換喩を扱う転義に注目して学びました。文学的な技法や修辭がどのように表れているかを文学作品や政治家の演説などを通して分析しました。フランス語特有の表現や言葉遊びがわからないと授業についていくのがとても難しいので、そこで留学生ならではのハードルを一番感じました。 ・La littérature française du 19ème siècle(19 世紀フランス文学) 印刷術の発達や政体の変化によって多種多様な潮流が生まれた19 世紀の文学史について、19 世紀のフランス史と具体的なロマン主義などの文学運動の特徴に着目して学びました。当時の小説や詩、演劇作品からテキストを抜粋したプリントが配られ、どのような点に文学運動の主張が現れているかを解説される形で進みました。当時の文学作品の内容を知らないと授業内容をスムーズに理解できないのですが、フランス語で読むのはとても時間がかかるため、日本にいるうちにもっと読んでおくべきだったと反省しました。 ・Introduction à la littérature comparée (比較文学入門) テーマは「変身」で、オウィディウスの『変身物語』、カフカの『変身』、イヨネスコの『犀』の3つの作品について学びました。文学において「変身」というモチーフがどのような意味や特徴を持つか、また古今東西の作品における差異について取り上げたあとで、具体的な作品の分析をしました。

留学したことでフェミニズムや人種差別、国際政治など今まで勉強してきたこと以外にも興味関心を抱くようになり、積極的に学んでいこうという意識が高まったように感じます。帰国後は授業以外でも勉強会に参加したり、海外のニュースにも今まで以上に目を向けたりしています。生活面では、自分の望むことはきちんと主張しないと物事が進まないことを実感したので、知らない人とのコミュニケーションでも意見をはっきり言うことを心がけるようになりました。留学中、1 番のネックだったフランス語についても、千葉大の授業やフランス人の友人との交流、また自習を通して継続的に学んで向上させようとしています。実際に現地でも暮らしてみても文化に根ざした行動規範や考え方がそれ



ぞれあることを実感し、相手の考えを理解する上で相手の国の歴史や文化を知ることの重要性を感じました。また、それらを尊重しながらも日本人として自分はどういう行動をとるべきかを考えることが何度もありました。当たり前なことではありますが、違いがあることを前提にしながらより良い方向へ物事を進めていくにはどうすればいいのか考え続けるという意識は、私の留学で得た成果の1つであり、これから社会に出ていく上でも大切になると思っています。長期留学という決断は大きなものですが、たとえ挫折や失敗を経験したとしても決して無駄なものにはならないと思います。ただ、行くと決めたら語学や専門分野の勉強など事前準備はきちんとやることをお勧めします。楽しい留学になるよう、応援しています！

生活面では、ビザや航空券など諸々の手続きを進めることはもちろんのこと、住む場所の手配をした。半年の留学では大学の寮に入ることができず、昨年度同じ大学に留学した先輩からの紹介で一般家庭にホームステイした。また相手校に提出する書類関係もフランス語のものが多く、先生にご協力いただき提出した。学業面では、自らの取る予定だった授業に関する内容の本を日本語で読んだり、ゼミや卒論に向けて留学先で調べたいことを考えたりした。また日常生活のために会話中心のフランス語の授業を履修した。良い点としては、英語に関してほぼ全員が第二言語になるため、英語圏と比較してゆっくり理解しやすいことである。また留学生も多く、どの先生、コーディネーターも親切だった。改善してほしい点は手続きに時間がかかることとストライキである。留学前の申請や留学後の成績証明書など事務手続きに時間がかかった。ストライキは大学の問題ではないかもしれないが、帰国前の1ヶ月ほど不在だったことは相談したいことがある時に困った。

住居はパリ近くの大学沿線にホームステイしていた。駅も近く、スーパーやパン屋さんもあり、便利な場所だった。大学へはメトロで15分程度で、少し先には大型ショッピングモールもある。買いた品はたまに大きなモールに行き買いためをし、日常ではパン屋さんに行くことが多かった。平日は学校で1,2 個の授業を受け、図書館か家で課題をすることが多かった。日本で過ごす時と比較するとサークルもアルバイトもないので時間があるはずだったが、いくつ



私はHistory of globalization、Business English、Doing business abroad、Corporation social responsibility、Angraise oral、French for beginners の6 つの授業を履修した。事前に取得していたシラバスは授業科目名と開講言語しか書いておらず、タイトルから内容を予測して考えるしかなかった。現地に着いてから自らの勉強したい内容をコーディネーターに伝え、おすすめされたものの授業1 回目に出席し、履修を決定した。とりえず出席して考えて見るのが重要であると思う。どこでも留学生であることを先生に説明すると、親切に教えてもらうことができた。また所属学部が文学部であったことから1 つは授業を履修しなければならず、フランス語開講の授業で単位を取ることは私にとって不可能であるため、現地学生向けの英語を履修することになった。授業履修に関するルールがある場合もあるので確認が必要である。

私は異文化間マネジメントについて学んだ。Doing business abroad (経営学部) はディスカッションとプレゼンを通して、具体的な事例を扱う授業だった。半数が留学生で、それぞれが異なる背景から意見を交わす授業はとても楽しく学ぶことができた。Corporation social responsibility (経営学部) は国際経営学修士課程の授業で、基礎知識の違いからしばしば意見を述べるこ

私は留学の前後であまり変化していないと思う。学習面では3 年次に留学したこともあり、研究テーマや勉強したいことをある程度決めて行ったからである。生活面ではフランス語という少ししか理解できない言語の中で過ごすことで、何とかなると思うことができた。もちろん理解しようと勉強することは必要だが、自分のその時点での能力を自覚し、最善を尽くし積極的に過ごす意識が大切だと考える。特に変化した部分としては、今まで触れたことのなかった芸術に興味を持つようになった。最初の一步となる機会があること、自らの興味がないと考えていた分野にも触れてみる気持ちが変化を生むと知った。これからもこの経験を生かして前向きに様々なことに挑戦して行きたい。



かの授業は1 回3 時間あり、英語やフランス語で生活していることもあり、すぐ疲れるなど感じていた。よって授業の課題や準備で平日は精一杯だった。休日はパリ市内の美術館に行くことが多かった。なぜならヨーロッパの学生は無料だったからである。電車も毎月定期券を買っていたのでパリ市内どこでも行くことができ、これは交通費をその都度気にしないで済むという意味で、行動範囲が広がりがかったと思う。



が難しいと感じることがあった。しかし学生も先生も優しくしていただいたことで、何とか一緒に勉強することができたと思う。History of globalization(経済学部) は経済史の観点からグローバル化が進んだ過程を学ぶものであり、千葉大学でも似たような内容の授業を履修したことがあったため、理解しやすいと考えていた。内容は興味のあるものだったが、後半には経済の数式が多く出てくるようになり、その部分は理解できなかった。自分なりに最前を尽くし、割り切ることも大切だと考える。Business English (経済学部) は会話中心の英語の授業だった。フランス語話者が英語を学ぶ際に多い間違いなどを知ることができ、興味深かった。Angraise oral(文学部) は現地学生向けの英語の授業であり、これも会話中心だった。しかし英語があまりできない現地学生向けの授業だったため、留学生は私一人で、ディスカッションやプレゼン準備の際にフランス語が分らず大変だった。French for beginners は留学生向け初級フランス語の授業で発音を中心に実践的なフランス語を学んだ。履修する留学生の所属学部も異なり、楽しく交流することができた。

語学力に関して、自分では向上をあまり実感していないものの、学習と生活ができたという自信がついた。フランス語は少し日常会話ができる程度だが、この経験を生かして留学後にフランス語でボランティア活動を行うことができた。これからも英語、フランス語共に勉強を続け、活かせるように頑張りたい。また勉強した異文化間マネジメントは研究に反映することはもちろんのこと、国際的な環境で働く機会があれば、自らが取るべき態度として生かして行きたい。行ってみたいと興味を持ったことが全てだと思えます。千葉大学では学べないこと、経験できないこと

が留学にはあると思うので、準備や語学、勉強など困難なことはたくさんありますが、なんとかするという気持ちで取り組んでみるとよい経験になるのではないのでしょうか。

パリ郊外にある国立総合大学。様々な学部が存在し、各学部には留学生が在籍し、特に経営学部は英語で開講されている授業も多く、正期留学生、交換留学生共に多かった。Erasmus という留学システムを使ったヨーロッパからの留学生が多い印象。留学生へへのサポートは学部ごとには存在し、授業を助けた3 つの学部全てで世話を焼いた。授業など困ったことがある場合は相談に行くという体制が敷かれている。しかしストライキの影響で長期不在、担当者によるフランス語話者がいない場合もあり、困ることもあった。フランス語に関して、フランス語授業が前課されており、留学生は自らのレベルに応じて受講できた。また現地学生とペアを組み互いに言語を教えあうプログラムもあり、私は日本語とフランス語で交流した。

ETHZはスイスチューリッヒにある国立大学であり、これまでにアインシュタイン含め21人のノーベル賞受賞者を輩出しているヨーロッパの名門校です。理系のみの工科大学であり、年々世界大学ランキングの上位にランクインしている。ETHZは Zentrum campusと Hnggerberg campusがあり、開講される授業や研究によってキャンパスが異なります。また、チューリッヒ市内にも多くの大学研究設備があり、隣のチューリッヒ大学との合同研究も頻繁に行われています。留学生が非常に多く、留学生が非常に多く、サポートデスクはほぼ毎日開いています。ビザ等で困った時に、メール等で手厚くサポートしてくれま

E

学部

学部の授業はほとんどドイツ語で行われるため、ドイツ語が堪能でなければ、事前に英語で行われる大学院や学部の授業をリストアップし、バックグラウンド知識を少し身につけた方が、留学先の授業のレベルについていきやすいでしょう。授業のレベルはかなり高く、現地の学生の英語も非常に流暢なので、留学前に専門分野の英単語を覚えておくといいと思います。私は受ける授業を直前に変更したので、専門知識なしで受講しましたが、先生方はとても親切に疑問点を解説してくれました。ETHZの良い点は、研究設備が圧倒的に整っていること、留学生に対して歓迎的な態度で接すること、学内に無料のジム（設備も完璧）があること、周りの景観が優れているので、散歩も楽しめること等が挙げられます。また、留学生が多いので、様々なバックグラウンドを持った学生と交流できます。、

寮は大学から選択肢がいくつか与えられ、自分が希望するところのアンケートをとり、決定します。食事は自炊がメインで、学校がある日は食堂で食べます。学生証があると割引され、一食およそ 600 円 -1200 円ほどです。大型スーパーが学校近くにあるので、学校帰りにスーパーで食品等を買って帰りました。勿論物価の高いスーパーもありますが、格安スーパーも学校から徒歩 15 分の場所にあるので、学生の多くは格安スーパーで買い物していました。交通は



私は秋学期に 6 つの授業を、春学期は 3 つの授業に加えて、10 Credits project に取り組みました。私が受講した Materials Characterisation Methods (秋学期) は物質科学の授業であり、様々な機械で物質表面を観察したときの原理や結果を解説する。Microrobotics (秋学期) は人間の血管以下のサイズのロボットの作成・作動原理を解説する。Human factors1,2 (秋、春学期) は人間工学についてのもの、Physics of woods (春学期) は木の物理的特性についてのもの、Cosmic Structure Formation and Radiation Processes (秋学期) は宇宙物理学で、様々な時代における宇宙の模様をディスカッションにより数式的に解くもの、

留学前に受講予定として考えていた授業が 5、6 個あったが、学期開始前に実際に ETHZ のスタディサポーターの方と話し合い、大学院以上のレベルで難易度が高いものばかりだったので、できれば異なる授業を受けた方がいいかもしれないと言われました。そこで、思いっきり興味のある他分野の授業を沢山受けよう決めました。その中の一つが、Human Factor であり、この授業では、照明や音響、温度等の環境要因が人間に与える影響をはじめ、人間が持つ様々な能力の限界、VR 技術等について幅広く学びました。また、この授業を担当している教授はとても親切で、授業内容に興味が

留学前は、自分が受けている講義だけをちゃんと勉強すればいいと思っていたが、留学先で様々な授業を受けたお陰で、他の分野にも興味湧くようになり、様々な知識を自ら進んで吸収しようと考えるようになりました。また、いい意味で「人に頼ること」の大事さを学びました。自分が疑問に思った点は、そのままにせずに有識者に聞いて解決することで、自分の知識が広がるだけでなく、その方とのコミュニケーションを通して、違う考え方や人生観を学べる可能性も増えます。また、留学先であった留学生の志しの高さに圧倒され、帰国してからは空き時間にできるだけ多くの本を読み、自分の教養を高めようと思うようになりました。現地の学生は勉強や研究、運動、遊びを満遍なくこなしていたので、私も彼らのように時間を大切に、充実に過ごしたいです。



留学経験で、積極性の大事さや、人生に対する前向きな考え方、知識への貪欲な姿勢を少しでも学べたので、コロナの影響で就職難と言われている中、自分が本当に就きたい職業を見つけ、採用されるように準備等を早めに始めたいです。また、困難にぶつかってもすぐに諦めずに粘り強く努力したいです。私の Project の Supervisor の教授から言われた言葉が心に残ったので、共有します。「私には気に入っている名言がある、We are all in the gutter, but some of us are looking at the stars. (オスカー・ワイルド) そして私は常に星を見上げる人でありたい」この教授はその分野ではトップの研究者であるにも関わらず、常に上を目指す姿勢に刺激を受けました。皆さんにも留学先で多くの人と出会い、様々な刺激を受け、一生忘れないような体験をしていただきたいと思います。



あり、研究についてもっと知りたいと伝えと、2 時間ほどかけて、自ら研究施設を紹介してくれ、VR 等の体験をさせていただきました。また、私の留学生活に最も大きな影響を与えたのは Cosmic Structure Formation and Radiation Processes の授業です。もともと興味があった分野なので、思い切って大学院の授業に参加したところ、銀河の画像 2、3 枚から、そのサイズ、質量、どのような分子が存在するのか、どれほど遠くにあるのかを求めるといった内容でした。専門知識が全くなかった私は専門知識豊富な大学院生とのディスカッションに全くついていけず、初回の授業でかなり落ち込みました。しかし、このことがきっかけでこの授業で学べることを全て吸収し、講義が終わる頃には他の人に少しでも近づきたいと思うようになり、秋学期中に一番勉強した科目になりました。その結果、期末試験で最高の評価をいただき、自信に繋がり、その後も Dr. の方と幾度となく議論するようになりました。春学期で行った Project もこの Dr. の方及び教授とともに進めることができました。

勉強についていけるか不安だったので、Coursera という MOOC を受講した。英会話などには通っていないが、少しずつつ英語のフレーズを覚えたり、ドラマを見たりして行く前にある程度慣れようとした。生活面に関しては、住居から保険、交通、銀行、携帯会社までさまざまなことを事前に調べて行った。特に大学のホームページは何度も読み込んだ。授業の情報だけでなく、生活に役立つ情報がたくさん書いてあったので役立った。

大学のいい点
・オリエンテーションが充実していた。・先生方が丁寧に教えてくれた。(現地の学生に聞いたが、学生からの評価が低いと授業が外されたりするらしい。)・紙とペンの課題だけでなく、プログラミング課題も充実していた。・コロナの前から授業録画があり、いつでも復習ができた。・インストラクター付きのスポーツを好きなだけ楽しめた。・いるいるな路面電車の線が大学に通っていてアクセスが良かった。・学食が学生向けの破格で食べることができた。・学内にバーがあって新鮮だった。大学の悪い点
特になかった。最高の環境だった。

住居は大学が選んでくれた。そこには 100 人近く住んでいた。寮からはバスと路面電車を乗り継いで学校に行く。バスや電車の本数は多い上、時間通りに来るので特に不便はなかった。食事は基本大学ですませていた。土日は近くのスーパーに行ってお飯を買った。(平日のスケジュール)
・8 時頃起きてバスに乗って大学に向かう・りんごとコーヒーとともに勉強、プロジェクトをする。 or 授業・大学で昼ごはんを食べる



留学前、AI に興味を持っていたので、留学前はそれに関する授業を取ろうと考えていた。現地についてからさまざまな授業に参加してみたが、結局は留学前の計画とほとんど同じ科目を受講した。大まかに、AI 分野の中に機械学習という分野があり、さらに機械学習の中に深層学習があると考えてもらいたい。前期は、深層学習に関する授業を一つ、今の AI プームより少し古く数学的にしっかり理解された機械学習の授業を一つ、なぜビッグデータが必要なのかなどを議論する機械学習の数学のみをひたすら勉強する授業を一つ、倫理問題が叫ばれる AI の信頼性などを議論する授業を一つとった。一部重なる内容もあったが、さまざまな角度から機械学習の分野を見ることができた。後期は、機械学習の基本的で重要な手法を一つ一つ紹介していく授業を一つ、データベースという情報工学の基礎的な内容で、データがどのように管理されて扱われるのかを教える授業を一つ受講した。コロナが始まる前はこれらに加えて、ロボティクスの授業や深層学習に関するもっと進んだ内容の授業も受講する予定だったが、オンラインに切り替わった際に受講をやめた。

機械学習という分野は多岐にわたって生活を支えている。自動運転、YouTube や Amazon、Netflix のリコメンド機能、自動翻訳、広告、病気予測、天気予報などが例として挙げられる。また、応用例は増加の一途をたどり、一部では畜産や農業、漁業などでも応用が始まっている。上記の全ての問題に AI を応用する際に、全

まず客観的に見て変わったことは、調べごとを英語でできるようになった。留学が始まった当初、英語で調べたことを辞けていたら、それが当たり前になった。情報工学分野は英語で調べたほうが情報も豊富なので、この英語で調べられるスキルは今後も役立つと考えられる。次に主観的に変わったと思うのは、詳しく知りたい、ちゃんと説明したいと思うようになったこと。試験がとにかく難しいと聞いていたのでもちゃんと理解するように心がけていた。その結果、なぜと問う回数が多くなったり、深く問うたりするようになったりしたと思う。専門以外の学びにもこの姿勢で取り組めるようになった。また、ちゃんと理解したことを相手に伝えたいと思うようになり、説明に気をつけるようになった。



・りんごとコーヒーとともに勉強、プロジェクトをする。 or 授業・大学で夕飯を食べる・スポーツイベントに参加する・帰宅して英語の勉強をして寝る。(休日のスケジュール)
友達と遊びに行く時は、電車に乗って 1 日遠出したりした。それ以外の日は大体平日と同じだったが、授業に余裕がある時はよく散歩をした。



て同じ AI ツールを使っているわけではない。例えば、画像を使う時、音声を使うときは異なる AI ツールを使うことがある。したがって、どのような場面・問題でどのようなツールを使うかを見極める必要がある。前期の深層学習の授業、確率的な機械学習の授業、後期の初歩的な機械学習の授業では、どのような場面・問題でそのツールを使うのかや、このツールがなぜ有効なのかを示したり、他のツールとの関連性を見たりした。前期の AI の数学を扱う授業では、なぜビッグデータが必要なのか?どれくらい必要なのか?どれくらいの確率で AI ツールを作れることができるのか?を数学的な側面から学習した。AI 分野は実はコンピュータの誕生と同じ時期から研究が始まっていて確立された理論も多いが、画像や音声を扱うツールに関してはまだ解明されていない部分もあり、我々では考えられない AI の差別的な言動や間違えた行動がたびたび問題視されてきた。例えば、「犯罪率」を例にとると圧倒的に黒人が多いし、職業の「医師」を例にとると男性の方が多い。しかし、ただ黒人だからという理由で犯罪する確率が高いと判断してはいけないし、ただ女性だからという理由で医者には向いていないと予測してはいけない。自動運転の例をあげると、[止まれ]の標識が [45km/h で進め] という標識と誤認してしまう問題などもある。前期の AI の信頼性に関する授業では、どのようにこれらの問題を防ぐかの勉強をした。

学びたかったことを学べたことや英語が上達したことはもちろん財産になったと思うが、ヨーロッパで生活をできたことも貴重な経験

になったと思う。僕にとってヨーロッパの生活は新鮮で、もっと住んでみたいと思った。幸いにもエンジニアという職は他と比べて、移住しやすいと言われている。移住の際に重要になってくるのが、エンジニアスキルと英語力とビザであり、前者二つは努力でなんとかできるものである。留学で得た専門の知識や英語力をさらに向上できる就職先を探そうと決めることができた。スイス連邦工科大学チューリッヒ校との協定はなくなった。

授業が始まる前に留学生向けの大きなオリエンテーションがあった。そのオリエンテーションでは学校生活から民票登録、銀行口座開設、保険までさまざまな説明がなされた。その後で、学部のオリエンテーションやテストの受け方に関するオリエンテーションがあった。毎年たくさんのお留学生を受けている大学だけあって、オリエンテーションが充実していた。さらに、学部の留学生担当の方と受講するクラスに関する個人面談の機会もあった。大学では世界でも有数の研究機関であった学生はとても熱心に勉強しているが、教室や勉強スペース、カフェテリア、スポーツイベント、バーなどの環境が整っていて、勉強を全力でサポートしてくれていると感じた。

スイス連邦工科大学は QS 世界ランキング 6 位の大学です。資金が十分あるので、教育水準も設備もヨーロッパの最高です。学校のあるのチューリッヒの公用語は英語ではないですが、国際化も高いです。先生と学生は英語が上手です。学校のウェブサイトでネットとネットが繋がっている。交換留学に関するあらゆる情報と流れは程んどネットで調べられます。交換留学生の学籍や成績面の管理も分かりやすいです。個人的な問題に関しては (国籍、学籍、ビザなど)、専門のスタッフは対応します。



スイス連邦工科大学の授業説明は実際の授業とほぼ同じです。シラバスに各コースの説明には、授業内容、目次、授業形式、参考資料などの一連の情報が詳しく並べられます。実際の状況は授業の説明と大体同じです。ですから、特に予想外のところはあります。このような詳細な授業記述は科目選択を大いに助けてくれました。修論の研究内容と個人の興味によって面白い授業を選ぶことができます。スイス連邦工科大学には、交換留学生に一学期で 20ECTS の課程を完成するように要求しましたが、自分は合計 42ECTS の課程を選択しました。授業が多くて疲れましたが、毎日の生活はとても充実しています。たくさんのことを学びました。

私の専門は landscape architecture、デザインに関する専門です。研究室の研究方向は地域計画で、英語は spatial planning です。千葉大学では、地域計画の研究室がランドスケープ専門内の研究室です。しかし、スイス連邦工科大学では、「計画」と「設計」は異なる研究科に属する二つの専攻であり、全く関連していない。ですから、自分はデザインと地域計画に興味がある学生として、一学期中に二つの専攻の主な課程を履修しました。その中には 18 ECTS の景ランドスケープデザインスタジオと 27 ECTS の spatial planning 専門の主な課程が含まれています。デザインスタジオは主

留学の経験を利用して、自分はより国際的な人になりました。知識が広くなり、異文化に対する受容度も高くなります。ですから、もっと多くの国の友達を作ってみてもいいです。違う国で仕事を探してみたいです。英語をよく勉強して、異文化を受け入れて、友達をたくさん作りましょう。



に学部向けていますので、修士としては難しくないと思います。しかも、新しい考え方と新しいデザインソフトを勉強しました。spatial planning の授業は主に講座ですが、授業の宿題とテストが多くて、要求も高いです。授業レポートは研究論文の基準で採点します。私は都市計画学生としてあるべき知識体系を完備しました。都市計画の流れを系統的に学習した。都市計画専攻の研究方法与論文の書き方を学びました。ArcGIS を使いこなすようになりました。まだ二ヶ月の間にプログラミングを習得しました。これは今まで想像できなかったことです。とにかく、スイス連邦工科大学では、日本では学べない多くの知識を学び、大きな収穫を得ました。

2018 年 10 月修士生です。18 年後期に卒業に必要な 20 単位を修了しました。だから 19 年前期には毎週、ゼミ以外の授業がなく、生活がとても暇です。19 年後期に交換留学を予定していますので、その後卒業論文は半年しか書かれていません。交換留学が始まる前のこの暇に修士論文の一部を完成したいと思います。ですから、留学前毎日に研究室で文献を読んで、データを集めて、個人のポトフォロと修論などを行っています。そして交換校のネット授業を見ました。それ以外留学のための準備は特にない。食堂の食べ物に馴染めなかったこと以外は、全部完璧です。

ションなどを行っています。半分の学期は夜 10 時ぐらいに寮に帰ります。あと一日か二日は 12 時以降に寮に帰ります。最後のバスを逃したので、夜中に 40 分歩いて寮に帰りました。とても面白い経験でした (笑)。授業なしの週末は時間を作って旅行します。交通費と宿泊費を節約するためにいつも朝 6 時ぐらいに出て、夜 11 時ぐらいに寮に帰ります。時には一日中寮に横になって外出しないこともあります。

ドイツでは入国後に留学生用のビザを申請することになっているため、渡航前の準備は基本的に出願、寮の申込、海外送金手段の確保、などが主となる。昨年度のシラバスを参考に、履修したい授業の目星をつけておいた。語学力の条件はドイツ語の場合は B 1 以上で、ライプツィヒ大学指定の書類に、ドイツ語専門の教授にサインをしてもらうようお願いした。渡航前から現地のチューターが連絡をくれて、生活や渡航後の手続きについて教えてくれた。良い点：留学生へのサポートが厚く、チューター制度や相談室等のおかげで難なく生活に慣れることができた。無料で受けられる授業も豊富で、学ぶ機会に飢えることが無い。留学生支援団体が企画してくれる日帰り旅行は、友達を増やす機会になるだけでなく、お財布にも優しい。改善してほしい点：留学ビザの申請に関する情報を教えてほしかった。ビザ申請に必要な書類や銀行口座の開設など、手続きが非常に複雑だった。

一日のスケジュール
【平日 a】9:00 起床・朝食・身支度 11:15 講義 (本キャンパス) 13:00 メンザで昼食 14:00 帰宅・授業の課題 18:00 夕食 (自炊) 19:00 大学オーケストラの練習 (本キャンパス) 21:30 帰宅・シャワー・就寝
【平日 b】7:30 起床・朝食・身支度 9:15 ゼミ (文学部キャンパス)・終了後自転車移動 11:00 友人と食事・タンDEM 13:00



渡航後、ドイツ語準備コースに通いながら履修科目を検討した。シラバスは授業開始の 2、3 週間ほど前に掲示される。自分は単位互換の必要が無く、ライプツィヒ大学にも取得単位数の下限が無かったため、とりあえず一週目は面白そうな授業に参加してみで、雰囲気を見て履修することにした。単位取得が必要な人は、留学コーディネータと相談して履修科目を決めることもできる。ドイツの履修システムは千葉大学とは異なる。講義・ゼミまたは演習形式の授業が組み合わさった「モジュール」を履修し、全ての授業で試験をクリアして初めて単位がもらえる。留学生だけは部分履修が認められており、さらに試験を受ける正規の履修登録と、試験なしの聴講を選択できるようになっている。前半のセメスターは講義形式の授業を 3 つ、語学学校、そして日本語学科の翻訳の授業に参加した。試験を受けたのはドイツ文学入門の講義と語学学校の授業のみ。会話力に自信がついてきた後半のセメスターでは、他学科の言語学のモジュールを履修してみることにした。この他に語学学校の授業を 3 つ、日本語学科の翻訳の授業に参加した。【語学学校 (準備コース)】学期始まりの 3 週間ほど前にクラス分けテストが行われた。自分のクラスは C1 レベルで、大学の授業に慣れるためのディスカッションの練習が多かった。そのほか大学施設の名称や利用方法、レポート作成方法などを学び、ドレスデンへの日帰り遠足に行く機会もあった。中間に課される作文と最後のプレゼンテーションで成績評価が行われた。



ドイツ語の会話力が格段に伸びたと思う。特に毎週 2〜4 回ほどタンDEMを行ったことで、ドイツ語で話すことへの抵抗が少なくなった。ドイツ語は文構造が複雑なこともあり、頭で考えて話し始めるまでに少し時間を要する。留学中に毎日ドイツ語を使っていたおかげでそのプロセスが格段に速くなったと感じた。留学生がほとんどいない大学オーケストラに参加したことも、コミュニケーション能力を高めるのに非常に良い経験だったと思う。大学の授業では、口頭試験やレポート課題に取り組むことが多かった。そうすることで専門分野の知識を得るだけでなく、頭の中で考えをまとめ、論理的にアウトプットする力を養えた。専門分野を論理的に考えることは、卒業論文やレポートを執筆する際に役に立った。

図書館で課題 15:15 語学学校 18:00 メンザで夕食 19:00 図書館で課題 21:00 帰宅・シャワー・就寝
【休日】9:00 起床・朝食・洗濯など 13:00 図書館で勉強 18:00 買い物して帰宅。
寮から大学までが近かったため基本的に徒歩で通っていた。語学学校へはトラムか、30 分無料のレンタサイクルで移動できる。あまり自炊はせず、メンザやカフェテリアが開いている時はそこで食事を済ませた。



【ドイツ文学史入門】講義形式。時代とともに変わってきたドイツ文学の時代区分や潮流を、時系列順に概観していく授業。授業後、復習用にスライドがムードルにアップされた。留学生は学期末に口頭試験を受けることになる。各回の授業内容から好きな時代区分を選び、自分なりの言葉でまとめる。そして先生からの授業内容に関する質問に答えることも求められる。千葉大では経験のない形式の試験で、内容を自分なりにまとめて表現するのが特に難しいと感じた。ただ試験を受ける留学生にはチューター授業が開講され、試験対策に非常に役立った。【語彙論】第二言語としてのドイツ語学科のモジュール。講義形式の授業 1 つと、ゼミ形式の授業 2 つで構成されている。3 つの授業にすべて参加し、学期末の筆記試験をパスすると単位がもらえる。講義は聞いているだけで良かったが、ゼミは毎週の課題が大変だった。毎週 30〜40 ページほど参考文献を読まなければならない、慣れるまで土日も図書館に籠りきりだった。ドイツ語の単語・表現に関する授業で、慣用表現や語構成、語彙の分類法などさまざまな観点からアプローチする。語構成に関するゼミではグループ決めがあり、決められた授業日に一つのテーマについて発表することになる。準備が大変だったが、参加者は留学生が多く、ドイツ人の学生も親切に教えてくれたため、楽しい授業だった。

留学を通して、自分が本当に好きなこと、やりたいことを再確認できました。帰国後のコロナ禍で不安が募るばかりですが、遠回りであっても必ずそれを実現させたいと思います。ライプツィヒの学生はみんな確固とした考えを持ちながら行動していました。そのような原動力があるからこそ、環境ストライキを決行して授業をボイコットするなど、周りの意識をも変えていくことにつながるのだと思います。自分も将来、周りに流されず、自分の価値観を大切に生きていきたいです。個人的に、「留学するからには〇〇をするべきだ」等の考えに縛られると良くないと思っています。長期であれ短期であれ、海外で生活したという経験は一生忘れられないものになります。とにかく楽しむことを忘れないで欲しいです。

ドイツで 2 つの専門に古い大学でありながらキャンパスは比較的新しい。所屬していた文学部学科のほかに自然科学系やスポーツ科学部等、幅広い分野を学べる。英語での留学校もある。ライプツィヒ市内にいくつものキャンパスがあり、自転車やトラムに乗って行き来できる。図書館やメンザ (学食)、カフェテリアも各キャンパスにある。留学生は Studienstelle Sachsen という、大学生協会の語学学校でドイツ語の準備コースなどを受け、他にも留学生用のワーキングホリデーがあり、英語やドイツ語での論文の書き方、会議練習などが無料で学べる。Wilma という留学生支援団体による、日帰り遠足やバーベキューなどの催し物が多い数あり、授業外の文化交流も楽しめる。

H

留学前、ドイツ語に関しては、HelloTalk というタンデムアプリを使って、ドイツ人とメッセージのやりとりをしたり、電話をしたりして慣れていきました。そのおかげもあり、留学当初から B2（中～上級）のクラスに入れました。生活面では、もちろんの手続きよりも、日本からドイツへの送金方法、治安情報、到着後の段取りなどの下調べが大変でした。気配性のないでなかならにも調べれば記憶があります。ハルレベルグ大学の設備では、特に図書館が気に入っていました。メインキャンパスの近くに一番古くて大きい大学図書館があるのですが、そのほかにも複数の図書館が街中に点在しています。メインの図書館は夜中まで開いていたので、授業終わりにくよくよとそこで勉強していました。友人と一緒にグループ学習室を利用することも多かったのですが、部屋の予約がネットでもできるのもとても便利でした。

寮は大学が幹旋してくれたのですが、比較的新しくてきれいな住居でした。留学前に、大学に住居の希望を伝える機会があったのですが、「ネット環境がないと生きていけません」ということを伝えました。というのも、以前ハイデルベルクに留学されていた方の体験記に、このように伝えたら築年数の浅いきれいな寮を幹旋してもらえた、と書いてあったからです。私のときもこの戦略が功を奏したので、ハイデルベルクに留学される方で新しい寮を希望する場合は試して



大学では、「20世紀における歴史的な転換点」という講義を受講しました。この講義は私の卒論テーマにかかわる内容を扱っていたので、日本にいる時点で受講しようと思っていました。授業の形式は、教授が話し、学生がそれを聞くというたって普通のものです。毎回1つの「転換点」がフォーカスされるのですが、いわゆる世界史における大事件ばかりではなかったのが興味深かったです。卒論テーマについて、さらに知識を深めることができてました。語学学校では2つ授業をとりました。1つめが通常のレベル別ドイツ語コースで、内容自体は千葉大学で行われるドイツ語会話の授業とほとんど変わりませんでした。ただ、レベル別がゆえまわりの学生のドイツ語レベルが高く、とても刺激になりました。もう1つはB2～C1レベル向けのドイツ語の授業で、こちらは現地に着いてから案内を見て受講を決めました。短い物語や詩をドイツ語で書くという内容で、講師は実際に小説家として活動していらっしゃる方でした。授業名を英語に訳すと“creative writing”となりますが、その名のとおりクリエイティビティが求められました。

大学で受けた「20 世紀における歴史的な転換点」という講義は、完全にドイツ人向けのもので、留学生はほとんどいない様子でした。教授はふつうのドイツ人のスピードで話すので（これが非ネイティブ

みてもいいかもしれませんが、ただ、新しい寮はだいたいキャンパスから遠い(バスで20分ほど)ところにあるので、アクセスを重視する人にはおすすめしません。

寮の前にバス停があったので、普段の移動は基本的にバスでした。食料品の買い物は、寮からバスで3分ほどのREWEというスーパーに行っていました。同じ建物内にドラッグストアもあり、生活必需品の買い物はすべてそこで済ませられて便利でした。



は結構速い)、最初のうちは全然聞き取れませんでいた。しかし自分のドイツ語レベルがうがっていいにつれ、細かいところばわかってきても重要な部分は聞き取れるようになりました。次の講義の範囲で重要な単語を事前に調べておく、理解の助けになります。ドイツ語で講義形式の授業を受けるのであれば、最低限ドイツ語レベルがB2、C1(独検だと2級、準1級くらい?)くらいないと厳しいと思います。当時私が研究テーマで考えていたのは、ナチスドイツもしくは起りの文化(ドイツ語で Erinnerungskultur といい、ナチスによる虐殺やそれにより犠牲となった人々を「想起」することで、自国の罪を忘れず負の過去を風化させまいとするドイツの取り組み・文化のこと)でした。「20世紀における歴史的転換点」の講義でもそれに関連する内容が扱われ、ナチスの虐殺の裏側や、現在ドイツにおいて「想起」がどのような形で行われているのか、「想起」の取り組みに関する問題点などについて知識を深めることができました。たとえばナチスが犯した「人道に対する罪 (Verbrechen gegen die Menschlichkeit)」という用語については、「では人道的な(menschlich) 殺し方だったら罪に問われないのか? 正しくは人道ではなく「人類 (Menschheit)」に対する罪ではないか」という議論がなされたために、私にとってこれはまったく新しい視点でした。このように、講義では千葉大学の授業で得た知識を深めるとともに、今までとは違う視点で自分の研究テーマを見つめ直すことができました。

学業面では海外の学生と関わることができるワークショップに参加するなど英語でのディスカッションに慣れるようにしました。生活面では、事前に滞在場所を確保する、カードや保険などに入るなど基本的な準備をしました。書類の印刷や証明写真の撮影など日本では簡単に行えることも手間がかかる場合があるのを意図できるものは全て日本で揃えていたとスムーズと感じました。

KISD： 国内の工房を授業のための制作以外にも利用できたり、常に TA さんや先生がいて相談することができたりと制作をサポートする環境が充実しています。

POLIMI： 実践的な内容で、リアリティを持って専門的なデザインを学ぶことができると感じました。規模が大きく、オンライン授業ではグループの学生と先生以外との交流ができませんでした。

ドイツでは WGgesucht、イタリアでは HousingAnywhere というサイトを用いて住居を探します。ドイツは大学から 30 分程度、イタリアは 20 分程度のシェアルームを借りることができます。どちらもすぐそばに大きなスーパーがあったので学校帰りに買い物をすることが多かったようです。主にドイツに滞在していたのでドイツでの過ごし方について紹介します。金曜日はプレゼンテーションの日で興味のある発表があるときは見に行き、それ以外の平日は授業が



KISD: 履修は、コースの種類と量が多く履修方法もいくつかあり複雑でした。KISD timeline とはいく種履修のシミュレーションシステムがあるもので活用しました。私はメインの授業として、TOY STORY と Non-visual Interface を選択しました。TOY STORY は、先輩が受講したレポートを読んで受講したいと考えていた授業の先生が開講していたもので、木を用いたおもちゃを作るプロセスが独特な約2ヶ月間の中期プロジェクトでした。Non-visual Interface は視覚以外の感覚を用いたインタフェースのポートタイプを作成するプロジェクトです。シラバスをもって興味を持ったので選択しましたが、どちらもシラバス通りでした。授業は毎年変わるので、先生や学ぶ分野で選ぶのもいいと思います。POLIMI は、コースを選択した時点である程度その授業が絞られるのと、受講する授業も3つと少なかったので迷うことなく決めることができました。オンラインになった関係で、LIGHTING という照明デザインに関する授業を1つ受講することになりました。

TOY STORY：プロトタイプを通して形を決定すること、より良いアイデアを見極めることを学びました。TOYとは何かを話し合うところから始まり、ターゲットを決めてアイデア出しをし、最終的にモデルを作成しました。この授業で特徴的だったのは自分のアイデアだけでなく他の人のアイデアも発展させることです。アイデアーションを行なっ

あったのでほとんど毎日大学に行っていました。授業を受けた後は工房やパソコンルームで作業したり、週に一回はケルンの大学のスポーツのクラスに参加していました。土日のうちどちらかは友人と少し遠くに出かけることが多く、カフェでグループワークをしたり図書館で作業することもありました。



後投票を行い、票の入ったアイデアの中から自分のアイデア1つ他の生徒のアイデア2つを選びアイデア展覧を行います。他の学生が考えたという意識から責任感も感じ新鮮です。工房では、要望を伝えると工房についている教授やスタッフの方が適切な器具や方法を提示してくれるので自分の知識以上の事が出来ました。

Non-visual Interface: 動くプロトタイプを作成すること、その見せ方について学びました。はじめに講義とエクササイズを通してテーマについて理解を深め、事例収集、コンセプト提案をしたのち、方向性が近い生徒同士で1~4人程度のグループを組んでアイディエーション制作を行いました。プロトタイプを作りながらアイディエーションを同時に行いました。アイデアが出てても実現できないことともあります。逆にプロトタイプが予想と違う動きをすることでアイデアが生まれることもありギリギリまで試行錯誤が続きました。プレゼン本番ではうまく動かないプロトタイプもあり理論だけでなく実現させるのがいかに難しいかも学びました。

LIGHTING: 講義のパートでは照明器具の種類や、用途、測光データの読み取り方、光の目の仕組み、など照明に関する基本知識を細かく学びました。プロジェクトのパートでは、まず、ショップやホテル、オフィスなど異なる空間で必要な光についてエクササイズを行いながら学び、最後にグループで指定された空間の照明デザインを行いました。

留学でドイツ語をみっちり勉強したことでドイツ語という言葉そのものへの関心が強くなり、かなり迷った挙句、帰国後半年経った頃に学科の専修を比較文化論から言語構造論（言語学）に変更しました。結局研究テーマもハイデルベルク大学で学んだ内容とは異なってしまいましたが、卒論でドイツ語のテキストを分析するにあたり、留学で培った背景知識やドイツ語の言語学的な知識はかなり助けになりました。ドイツの価値観に触れたことで自分の考え方が変わったことはかなりありました。環境意識の重要な点などはよく言われるところですが、ほかにも、キャリア・ライフスタイル・食生活・人とのコミュニケーションなど、いろいろなものに対する考え方や価値観が少しずつ変わりました。



留学を通してドイツの良いところ・悪いところ、そして日本の良いところ・悪いところを身を持って知ることができたのが良かったです。

本で良い、正しいとされていることが真理なのではなく、異なる考え方や文化があるのだということを学びました。その逆もありです。今後の人生を歩んでいく上で、さまざまなことに関して自分の中の選択の幅が広がったように思えます。この留学では、自分の人生において1つの転換点になりました。留学費用について。両親が大部分を支援してくれる人もいますが、そうでなくても大丈夫です。派遣留学なら大学から奨学金をもらえる（ことが多）アルバイトをして貯めることもできます。経済的な無理のないでほしいです。

学習面では、デザインプロセスの中で得意な部分と苦手な部分が明らかになりました。大学ごとに自分の手法やデザインプロセスの中で重点を置いている部分が異なることを実感し、授業や他の学生から学ぶことが多かったです。また、グループワークやプレゼンテーションにおいて理解してもらうことの難しさを実感し、伝え方に気を使うようになりました。学習面以外で変化したことは自分の意識です。全てのことに自分の責任と判断が必要なことや留學先で出会った人たちの意思の強さに、これまで自分がいかに周りの環境や行動に対して意識を持っていなかったのか痛感し、自分の意思で積極的に行動できるようになったと感じます。留學経験を通して他分野の人どのように目標に向かって協力



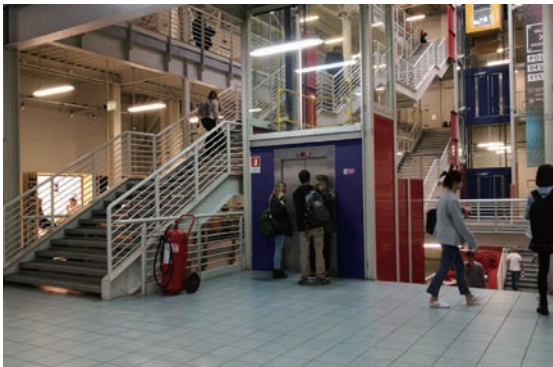
すべきか試行錯誤する中で自分やグループメンバーが力を発揮する方法について学んできました。この経験は実際に働く上でも活きてくることだと感じるので、これからもワークショップに参加するなどしてさらに実践を積むことで自分のものにしていきたいです。

上手いかないこともあるかもしれませんが、その分成長も出来ると思うのでチャンスは積極的に掴んで色々挑戦してみたいと思います。頭で理解していることを経験を通して理解し直す面白さを味わえます。

ケルン応用科学大学: KISD は、ケルン応用科学大学のデザイン学部です。建物も独立して存在し、ほとんど一つの大学のように機能しています。KISD の学生数は約 500 人です。そのうち約 150 人の 1 が留学生と規模は大きくなく、先生やコーディネーターの方と学生の距離が近いです。到着後やその 2 週間後にその冊子をまとめられています。

ミラノ工科大学: 建築デザイン科の 3 学部からなるイタリア最大規模の国立大学です。約 4 万名の学生のうち、6000 人程度が留学生で、授業も 1 クラス 50 名程度人数が多かったです。分野が細かく分かれており、専門的で実践的な内容を学べます。到着後やその 2 週間後にその冊子をまとめられています。

【ポリミ】工学系の学部がメインに集まったマンモス校である。学部3年院2年の5年制で、私は当時学部4年生だったが、向こうの院の1年生として在籍した。私が所属したインテリア&スペースコースは1クラス60人程度いたが、40人ほどが留学生だった。コーディネーターの先生との距離は近くないが、周りに同じ境遇の学生が多いという。留学生はデザインコース全体で60人ほどとそこそと多くない。住居は大学側が用意したり等サポートは手厚い。



【ポリミ】大学から履修できる授業リストの pdf をもらい、その中から選択した。一学期に履修する授業は平均して3つほど。必修の授業が1つあったので、実質選んだのは2つ。履修登録は専用のオンラインツールでウェルカムウィーク前に行ったが、初回の授業後に教授に相談して変更した友人もいた。Ephemeral and Temporary Design：仮設的な空間のデザインを行うプロジェクト。Atelier for Technology：インテリアに関するマテリアルや技法を学ぶ。Trend Forecasting：流行の種類や、発生の仕方を学ぶ。【アアルト】履修できる授業は ColD コースで開かれるものと、全学生が受講できるもの。自分のコースが開講する授業はリストでもらった。自分は全て ColD のものを履修した。履修登録は授業の開始日前までに専用のオンラインツールを用いて行う。Design Strategy and Entrepreneurship：ビジネス戦略にデザインがどのような役割を果たすかを学ぶ。Interaction Evaluation：デザインにおけるプロトタイプとその評価、改善方法を学ぶ。Product Architecture Design：プロダクトアーキテクチャの考え方を学ぶ。

【ポリミ】Ephemeral and Temporary Design：期間限定のアーティストのための住居兼オフィスの提案を行う。Molteni&C というイタリアの家具メーカーと連携したプロジェクト型の授業。3人1グループで行う。大まかな流れは、現地調査→コンセプト提案→空間構成提

英語への抵抗はかなり少なくなったと感じる。また、グループワークのメンバーだったイタリア人が真面目で、1秒の遅刻も許さず、最終プレゼンの資料は3日前に終わらせ、残りの時間を使って発表の練習をこなすような、授業への取り組み方だった。そのため、時間ギリギリに生きていた自分にとっては大きな刺激となった。完全には治っていないが、先延ばし癖や、課題をギリギリに提出する癖が減った。また留学前後を比べて、意見を持つようになった。留学前は、自分の意見が間違っていないか不安だったが、アアルト大学でのたくさんのディスカッションを通して、意見が正しいかではなく、意見を持っているかどうかが大切だということを学んだ。帰国後は自ら質問や発言をすることが多くなった。



留学経験を就活のエントリーシートに書きたいと考えている。また、授業で提案した空間デザインの作品を就活の面接や提出資料に用いるポートフォリオに掲載する予定である。将来的には、入社した会社が海外展開している場合、海外と関わりのあるプロジェクト等を希望したいと考えている。または、いつか海外旅行をした際は留学先でできた友人宅に泊めてもらう約束をしている。留学前はたくさんの不安があると思いますが、留学中は大変な経験もすると思いますが、大抵のことはなんとかなるので大丈夫です。けれど、どうしてもしんどくなったら一時帰国もありだと思います。無理をせずに、楽しんでください。

P

【ポリミ】アプリケーションに必要なポートフォリオの作成に時間をかけた。また、自分は英語が弱かったため、イタリア語よりも英語の勉強を進めた。イタリアはビザ取得の資料に、住む予定の住居の情報や大家さんの身分証明書等が必要であり、準備に手間取った。また夏休み中はビザ申請の予約が混み合い、なかなか予約が取れなかった。【アアルト】こちらもポートフォリオ作成とビザの申請に時間をかけた。【ポリミ】良い点：工房が豊富／グループワークなど喋っても良い自習スペースが豊富／デザイン学部のキャンパスにデザイン専用の図書館がある。改善点：(ミラノ全体に言えることだが)トイレが綺麗ではないところ【アアルト】良い点：学食が安い／学内設備とサービスが揃っている(オーロラを撮るカメラが借りれたり)／校舎が綺麗でおしゃれ／ハードワークを求めない。改善点：美味しい学食は高い

22時：課題、24時：就寝準備【アアルト】大学から電車を2本乗り継ぎ40分ほどの、大学から指定された学生寮で2人の留学生と住んでいた。最寄駅(徒歩3分)に大きなショッピングモールがあったため豊かな生活が送れた。【とある平日】7時:起床、9時:授業、12時:友人と学食でランチ13時:授業、15時:図書館で課題、19時:帰宅、夜ご飯の準備、21時:自由時間、24時:就寝準備



主に教育分野を中心に文献を読むなどして、フィンランドについて情報を収集しました。同時に、日本での学びや教育実習での経験を振り返り、日本の教育についても理解も深めました。語学力に関しては、留学が決まってから何かしらの形で毎日、英語に触れるようにしていました。荷物は、日本の食材など現地で手に入りにくいものをを中心に準備をしました。冬用の衣類などは現地でそろえた方が現地の気候に合い、かつ比較的低価なものが入力できました。学生、教授をはじめとし現地の人々は、とても親切で文化や価値観の違いに理解があるように感じました。また、留学生が多いため、フィンランドにしながら様々な文化、価値観を持つ人と交流ができます。北欧らしくゆったりと静かな環境で勉強に集中できますが、休日は図書館が閉館しており、勉強場所に困りました。

2人でキッチンとバスルームをシェアしていました。住居は、大学の学部希望等と一緒に申請します。大学までは、夏場は自転車で、冬はバスで20分ほどかけて通学していました。生活必需品や食品などは自転車で10分ほどの距離に大きなスーパーがあり、だいたいのものを揃えることができます。食事は大学のレストランか、自炊が多かったです。授業の有無に関わらず午前中には大学に行き、授業を受けるか、図



シラバスには概要しか書かれておらず、具体的な授業の進め方や各回の内容などがわかりませんでした。そのため、実際に第1回の講義に参加し、受講を決めた授業がほとんどでした。スケジュールが変則的で授業が重なってしまうこともあるので、どの程度出席できるか考える必要があります。私が受講した授業の中でも、特に印象に残っているものを紹介します。○Suomil, Suomi2フィンランド語の授業です。フィンランドでの生活は英語で十分事足りますが、フィンランド語を学ぶことでより現地の文化に触れることができました。○Creative and Cultural Language Development英語を学び始めた子どもたちへの英語の文字(綴り)と音の指導方法(フォニックス指導)について学びました。アクティビティの作成や実践が多かったです。○Variety of English世界で話されている英語の多様性に関する授業でした。代表のプレゼンターが準備したテーマについてアクティビティを行ったり、ディスカッションを行ったりしました。

フィンランドでは主に、小学校での英語教育を中心に勉強しました。現代の世界での英語の使用状況を踏まえた英語教育など、全く新しい視点で学んだことはもちろん、どのように英語を教えたいい

留学での勉強を経て、将来、自分が教員としてどのような授業を行いたいのか、また、子どもたちにどのようなことを学んでほしいか、より強い信念を持つことができました。また、これまで生活してきた環境を離れ、様々な困難に直面する中でじっくり自分自身と向き合うことができました。もともとあまり自分に自信がなく、自分の悪い面に目が行きがちでしたが、様々な価値観、文化を持った友人との出会いもあり、徐々に自分の良いと思う面を素直に肯定できるようになっていると感じています。失敗や困難からも逃げたり、後ろ向きになったりするのではなく、「どうしよう?」と思案できるようになりました。春から、目標にしていた英語の教員として小学校で働く予定です。今回、講義で学んだことはもちろ



書館で勉強していました。授業後は、イベントに参加したり買い物に行ったりリラックスした時間を過ごすことが多かったです。同じフラットに住む友人宅に行き、一緒に夕食を取ることもありました。学期末やプレゼン前は、授業後も大学に残って勉強していました。一人だと精神的に厳しいときは友人を誘い、切磋琢磨することで乗り越えました。



かなどすでに知識として得ていることについてもディスカッションを通して自身の考えをより深めることができました。ディスカッションでは、受け身にならず自分の考えを持つこと、さらにその意見を自ら進んで主張することの大切さを学びました。また、座学だけでなく、現地の小学校を見学する機会も多くありました。留学前に本や映像で見ていた、子どもたちが廊下で自由な体勢で勉強する姿や教室内のバランボール、カフェテリアのような職員室など日本の学校風景との違いを実際に目にすることができました。先生方は、子どもたちの意見1つ1つに「どうしてそう思ったの?」と問いかけており、学習内容の理解を深めるきめ細やかな指導を行っていました。留学にきた当初から、フィンランド人の学び続ける能力の高さを感じていました。授業の様子から、学校での教育がその後の学びへ向かう姿勢へとつながっていることがわかり、初等教育が果たすべき大きな役割を感じました。春学期には、実際に小学生に向けて授業をする予定もあったのですが、コロナウィルスの影響で叶わなかったのがとても残念です。どの授業でも毎週論文を読むなどの課題があったため、学期末やレポートの提出期限前だけでなく、常に勉強し続ける日々でした。日本の大学にいるときよりも忙しかったように思います。特に英語でのプレゼンテーションやディスカッションには苦戦しました。しかしながら、苦しかったこと以上に学びは多く、忙しくもとても充実した大学生活を送ることができました。

んですが、それ以上に実際に生活してみてわかる文化の違いや人々の考え方などたくさん学ぶことができました。この経験を最大限に活用し、未来ある子どもたちの世界を広げ、英語を学ぶ楽しさ、そして、その必要性を教えられる素敵な教員になりたいと思います。留学へ一歩踏み出すことは、新たな自分に出会える大きな一歩です。新たな世界に飛び込むのは、不安もあると思いますが、必ず学ぶことはあります。是非、幸せ、感動、喜び、苦しみ、葛藤、いるんな感情を経験し、自分の可能性を広げてください!

フィンランドの中層級、コバスキュラにある大学です。首都ヘルシンキからバスで約4時間の場所にあります。私が所属していた教育学部はフィンランド内でも特に有名で、世界各国から留学生が学びに来ています。中心地の近くにありながら、湖と木々に囲まれた自然豊かなキャンパスです。現地のサポート体制はとてもしっかりしており、特にチューターの方には到着前後に限らず年間を通して、お世話になりました。また、インターナショナルオフィスの方々も早急に、そして丁寧に対応してくれています。

中央フィンランドに位置する湖に囲まれた自然豊かな大学です。フィンランドを代表する建築家アルヴァ・アアルトによる講義棟が並び、毎日メニューが変わるカフェテリアや無料で利用できるジムも完備してあります。先生と学生の距離が近くフィールドワークが手厚い、一人ひとりの学びに真摯な教育環境です。留学生も多いため、授業での語学面のサポートだけでなく、チューター制度、医療機関の相償といった生活面の配慮も行き届いています。



2019 年度より SISU というシステムが導入され、授業が大幅に改編されました。チューターや友人に相談しながら、1 週目の授業はなるべく参加し、授業形式や学生数などを確認してから履修科目を決めました。
① Intensive Summer Course in Academic English
新学期が始まる前に行われるレベル別の英語講座。
② Fundamentals in Intercultural and Multilingual Communication
アクティビティを通して、文化、アイデンティティ、多言語主義、異文化能力 (intercultural competence) などのトピックを学ぶ。
③ Conflict and Intergroup Communication
講義とグループディスカッションを通して、文化やコミュニケーションを理論的に学ぶ。
④ Organizational Communication
特に企業でのコミュニケーションの在り方、起こりうる齟齬など、組織コミュニケーションの理論を学ぶ。
⑤ Approaches to Intercultural Competence and Instruction
異文化能力 (intercultural competence) をどのように教育できるのかを実践形式で学ぶ。

どういう時に自分にとって心の負担やストレスが生まれるのか、どうすればそれをコントロールできるのか、何回も繰り返すことで少しずつ妥協点を見つけれられるようになってきたと思います。留学中は自分を大切に、困ったときは助けを求めよう、とたくさんの人に言われ、私自身もそう思っていました。でも人に頼るだけではなく、周りの人の話を聞いて何か自分に手伝えるときがあったときに、自分がしてもらった以上のものを返せるよう自分にできるようになりました。
留学中の友人や先生とのやりとりは、優しさ、気配り、提案のバランスが心地よく、何度も温かい気持ちになり、



「自分もこの人みたいになりたい」と強く思える人たちとの出会いに恵まれました。この関わりをこれからも続けていきながら、春からコミュニケーションに重きを置く企業で働いていきます。帰国後に残るものは学びだけではなく、自身の経験と人との繋がりで。楽しんで頑張ってください！



⑥ Qualitative Research Methods
実践的な調査方法論を学ぶ。

異文化間コミュニケーション学を専攻しました。「文化」とは何か、ミスコミュニケーションや齟齬はどうして起こるのかそれをどう乗り越えていけるのかといった、日常生活に欠かせない「人との関わり」に焦点を当てる学問だと思います。座学の授業もありますが、シミュレーションゲームやグループワーク (ディスカッションやフィールドワーク) を通して学んでいく機会が多く設けられています。授業のレベルに関しては、前述の通り SISU 導入により対象が正規院生向けに改編され、留学生もほとんどがコミュニケーション専攻の学生でした。そのため課題が他の学部の留学生と比べて量的にも質的にも多かったように感じます。全ての授業に共通なのは、毎回リーディング 1-2 本を事前に読んだ上で授業中にグループディスカッションをすること、復習のためのレポート 2-3 ページが課されることです。特に印象に残っているのが Fundamentals in Intercultural and Multilingual Communication で、コミュニケーションの授業で、あえてストレスの多いシミュレーションを行った時のことです。「1 回身につけば今後でもできる (上手く乗り越えられる) とは限らない。自分で不安な感情をどうマネジメントして次に繋げるかが大事だ」と先生が言っていたことです。理論的な学びだけではなく、自分を理解しながら学んでいくことができました。

生活面では、現地で買いそろえようと考えていたのであまり物を持っていかなかったです。鬱に効くとされるビタミン D や胃腸薬などは一切使わなかったです。学業面では、とにかく英語の聞き取り練習をしていました。英文を読むのはある程度できていたのですが、聞き取りは壊滅的だったので、先生や友達のこと、最低限聞き取れるように準備していました。授業ではレポート課題がたくさん出るので、論文の書き方も勉強しておいた方が良いでしょう。
東フィンランド大学の良い点は、留学生でも取れる講義が多くあること、学食が安く、土日でも開いていること、図書館の自習スペースが充実していること、教室が真冬でも常に温かいことなどたくさんあります。一番良かったのは、毎日スポーツイベントがあったので、運動に困ることがなかったことです。よくバレーやサッカーをしていました。改善してほしい点は、自分のコース (心理学コース) はほとんど講義がなかったので、もっと講義を増やしてほしいことです。

私は Karjamante というおそらく大学から一番遠い (5km くらい) アパートに住んでいました。遠いですが、目の前にバス停があったので交通に不便はなかったです。バスは 30 分に一本くらいの間隔で出ています。雪が積もるまでは、大学近くのリサイクルショップ (?) で自転車を買取りで借りていました。雪が積もってからは、バスカード (1 か月 50€ : 約 6000 円) を購入してバス通学をしていました。食事は主に学食で済ましていました。1 回 2€ (ビュッフェ形式) でしたので、授業がない日でも、ご飯を食べに大学に行っていました。

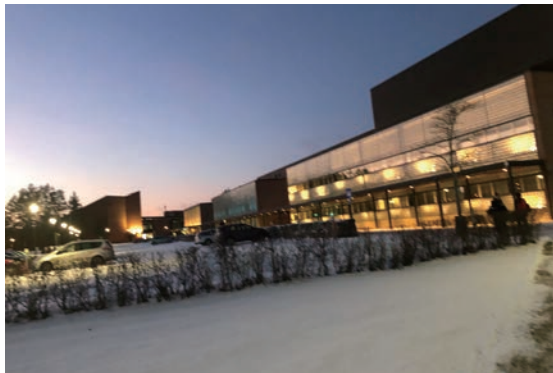


Cultural Studies Perspectives on Finnish Culture (フィンランド文化の文化研究的観点) →フィンランド文化の概要とその分野における評価を学ぶ。毎回別々の教員が教える。Educational Psychology (教育心理学) →教育心理学の理論を学ぶ。基礎的な理論を学んだあと、近くの小学校で授業観察を行う。Current Trends in Counselling and Guidance (カウンセリングとガイダンスの現在のトレンド) →カウンセリングとガイダンスが現在どのような方法が主流となっているのが学ぶ。実際にペアになってカウンセリングとガイダンスを実践形式で行う。Education and Society (教育と社会) →教育 (主にフィンランド) と社会の相互作用やその歴史的過程を学ぶ。グループで文献を読み、意見をまとめ、発表する。Introduction to the Psychology of Organizations (for international students) (組織心理学入門) →組織心理学の基礎的な理論を学ぶ。課題 (組織心理学の理論を用いて問いに答える形式) 提出のみの授業。Education, Learning and Cognition (for international students) (教育、学習、認知) →認知、学習、教育について学ぶ。課題 (課題図書の中からテーマを選び、それについて論文を書く) 提出のみの授業。Introduction to Health Psychology (for international students), (健康心理学入門) →健康心理学の基礎的な理論を学ぶ。課題 (課題図書を読み、それを基に問いに答える) 提出のみ。Survival Finnish (フィンランド語) →基本的なフィンランド語を学ぶ授業。週に 2 回ほど授業があり、学期末にテストがある。

Cultural Studies Perspectives on Finnish Culture (フィンランド文化の文化研究的観点) →フィンランド文化の概要とその分野における評価を学ぶ。民俗学、歴史、音楽などを学んだ。Educational Psychology (教育心理学) →ピアジェ、ボウルダー、エリクソンなどの代表的な教育理論を学んだ。その後、近くの小学校でどのようにそれらの理論が組み込まれているか、実際に授



留学前後で一番変わった点は、勉強への主体性だと思います。留学先の授業では、発言する場面が多いため、自分の意見を常に考えておかないといけません。ぼーっと聞いているだけでは置いて行かれますし、何よりほかの人 (グループで活動する場合が多いので、同じグループの人) に迷惑が掛かります。授業内容はメモを取り、わからなかったことは自分で調べるといった姿勢が必要でした。この姿勢は留学後も一貫できていると思います。わからなくてもいいという思考を捨て、すべてを理解するつもりで授業に取り組むようになったのは、留学の経験のおかげだと思います。また、留学先では様々なイベントが行われるのですが、それらの開催情報を自分で調べ、足を運んでみるといった行動力も身についたと思います。留学以前はイベントに参加するのは苦手だった



業観察を行う。コロナの影響で帰国することになったので、授業観察には行けませんでした。Current Trends in Counselling and Guidance (カウンセリングとガイダンスの現在のトレンド) →精神的なカウンセリングではなく、キャリアカウンセリングを行った。授業の最後には、自分のこれまでのキャリア選択を振り返ってという題目でプレゼンテーションを行った。コロナの影響で、プレゼンテーションはできなかった。Education and Society (教育と社会) →私は、教育現場で働くフィンランドの教師の声をまとめたレビューとフィンランドの教育制度歴史的過程に関する文献を読んだ。教育先進国と呼ばれるフィンランドにも日本が教育で抱える問題と共通する部分が多く見られた (教師の仕事量の多さ、責任の重さ、保護者からの過度な要求など)。Introduction to the Psychology of Organizations (for international students) (組織心理学入門) →リーダーシップとは何か、組織が機能するためには何が大事ななどの問いが出された。初めて勉強する分野だったのに課題提出に時間がなかった。Education, Learning and Cognition (for international students) (教育、学習、認知) →1 冊 500 ページほどの課題図書が 3 冊あったため、一番苦労した。チューターと相談しながら、最終的に 15 ページくらいの英語の論文を書いた。Introduction to Health Psychology (for international students), (健康心理学入門) →課題図書のページ数が多く、読み漁るのにとても苦労した。問いの該当の箇所を読み比べ答えられるので、課題にはそれほど時間はかからなかった。Survival Finnish (フィンランド語) →フィンランド語のあいさつや名詞、動詞の変化などを学んだ。テストは非常に簡単だった。

たのですが、留学をきっかけに克服できたかなと実感しています。私はこの留学で目に見える形での実績 (例えば、現地でインターンに参加した、IELTS や TOEFL の得点が上がった、学位を取得したなど) は残せませんでした。なので、就職活動にこの留学経験を生かすのは難しいと思っています。しかし、初めて一人で海外に半年程度住み、英語で授業を受け、単位を取得したこの約半年間の経験は、私自身に少なくとも内的な変化 (物事への主体性、行動力など) を与えてくれ、これからどの道に進もうと苦しい時にふんばる糧になってくれると思います。もしかしたら、実際の留学は思い描いていたような留学生活ではないかもしれませんが、留学を活かすも殺すも本人次第だと、私はこの留学の経験から考えました。どうか事前準備を怠らずに、留学を決断して本当によかったと思えるように頑張ってください。

東フィンランド大学は首都ヘルシンキから電車で 5、6 時間ほど離れた田舎に位置しています。大学の周辺には飲食店などはありませんが、非常に自然が豊かで、湖や広場で体を動かすことができます。留学生は全体として非常に多く、アジアからの留学生も多数います。留学生のサポートのサロンのサロンの会、言語交換カフェ、異文化交流会など、様々なイベントを学生主体で用意してくれて、友達作りの機会がなくなってしまうことがありません。そのチャンスをつかみ取りたい場合は本人の努力次第だと思います。基本的に、留学生はコースごとにチューターが付くので、学業に困ったらチューターを頼ることができ、親切に対応してくれるので、助かります。

セイナヨキ応用科学大学が位置するセイナヨキは、フィンランドの西部に位置する穏やかな町です。私が所属していた Social Work コースのほかに、5 コースの留学生向けのプログラムがありますが、そのうちの半分のプログラムが何らかの現地実習を伴います。セイナヨキ応用科学大学は、比較的小規模な大学なので、生徒と先生の距離がとて近く、指導やサポートがきめの細やかでした。大学には「SAMO」という学生団体があり、そこに所属している学生たちが留学生の支援も行っています。セイナヨキにつく前から一人の学生と連絡を取り、当日も駅に迎えに来てくれたので安心できました。また、留学生向けのイベントも度々開催してくれま



1 セメスターで受講した授業は① Introduction to Social Work ② Introduction to Welfare Society ③ Use of Picture in Group Activities ④ Finnish Language and Culture ⑤ Practical Training:Methods of Empowerment in Social Work の以上5 つです。事前に受講希望を Moodle のようなシステム上で提出しますが、授業開始後に変更することもできます。①は、このコース全体の説明等も伴う授業なので、受講必須だと思います。②はフィンランドの社会保障制度を中心に学ぶ授業で、フィンランドの負の側面も知ることができた面白い授業でした。③は臨床美術を学ぶ授業で、図画工作のようなことをたくさん行いました。絵を書いたり、作品を作ったり、写真を切り張りしたり。個人的にとて面白い授業でした。⑤は実習で、いくつかの施設から希望の施設を選択できます。私は幼稚園で1 か月半実習を行いました。他には、介護施設などの社会福祉施設もあり、期間中に2 か所ほかの施設を1 日見学する課題がありました。

私は Social Work コースに所属し、社会福祉に関する分野を学びました。フィンランドの福祉が手厚いイメージは日本でも強いですが、その実情を現地で学ぶことができる興味深い授業ばかりでした。良い面だけでなく、フィンランドでは、アルコール依存症や家庭内

フィンランド語の受講は必須ではありませんでしたが、現地実習があったので受講しました。フィンランド語は日本語と文法や発音が似ている点が多く、学びやすいと感じました。また、自分はセイナヨキ応用科学大学で日本人が一人でした。このような状況は珍しいと思います。心細いこともありましたが、日本語を使えない環境で英語力が以前よりかなり伸びたと実感しました。また、それが積極的に友達を自ら作るという意識にも繋がりが、様々な国から来た友人を作ることができました。そして、キャンパスの外によく散歩へ行きました。町を歩いていたり、公共施設を利用してみると、その国の人たちの生活を目にすることができると思います。3 年の12 月に日本へ帰国後、すぐに就職活動が始まりました。私は、



留学を経験したことで、以前よりもずっと自分に自信が持てるようになりました。留学中、色々な苦労や経験をしたので、帰国後も多少大変なことも乗り越えられるようになりました。遅れて開始した就職活動にコロナが重なり、苦労はしましたが最終的にはとても満足な結果となりました。この経験から、自分がそうであったように、自信を持ってない人の背中を押してあげたり、応援できるような人間になりたいと思っています。派遣留学に挑戦したい! という気持ちを少しでもお持ちであるなら、是非挑戦することをおすすめします。心配ばかりが先行し、何もせずに諦めるのはとても勿体無いです。小さなことでも行動してみると、最後は満足いく経験があなたを待っていると思います!

S
フィンランド語の学習と、諸手続きの準備をしました。留学生向けのプログラムは全て英語で行われるので、フィンランド語の心配はそれ程ありませんでしたが、日常会話ができ損はないのでテキストを購入して目を通しました。また、千葉大にいるフィンランド人の友達を作り、練習をしました。生活の準備は、寮の手続き、エラスムス奨学金の申請、VISA の取得をしました。VISA の準備がギリギリになってしまい、かなり焦ったので何事も早めの準備をおすすめします。セイナヨキ応用科学大学は、こんなに手厚くサポートしてくれるのかと驚くほど、大学の先生やスタッフの方が親切で暖かでした。それは、総合大学と比較すると小規模というのも関係あるかもしれません。ただ、最も留学生の多いビジネスコース (経済学部) はそれ程でもないという声も友人から聞きました。

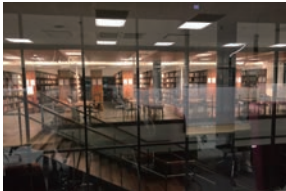
寮選びは、寮を管理する会社と大学が提携していなかったので、個人でやりとりをしました。ただ、「セイナヨキ応用科学大学の留学生です」と言うと留学生が多く住む寮を紹介してくれます。寮はキャンパスの敷地内に位置するので便利です。2 人でキッチンのみ共有スペースでとても快適な部屋でした。食事は平日の昼間は大学のカフェテリアで済ませていました。2€ 程でピュッフェ形式のランチがとれます。海外生活というと、ジャンキーな食生活になるというイ

メージがあるかもしれませんが、フィンランドは野菜がたくさん取れる健康的なメニューが多いと思いました。買い物は寮から歩いて10 分ほどのスーパーへ行っていました。週末はセイナヨキから電車で1 時間ほどのタンペレに時々出かけていました。留学生も現地ではセイナヨキの生徒として学割が使えるので、電車の搭乗券や町のカフェで割り引きしてもらえます。



T
応募の際に語学試験のスコアの提出が必須だったため、IELTS を受験した。また、留学先での授業に関しては渡航前からシラバスを参照し受講したい授業を決めていた。手続き関係については、所属大学を4 年で卒業することを前提としていたので、留学前に取得できる単位を取得することはもちろん、留学に行くことによって当初の予定通り卒業が可能なのかを学務や学科の先生方と確認した。諸々の申請手続きは思ったよりも時間がかかるので早め早めの行動を行ったほうがいい。留学先大学の良い点は、留学生に対して住みやすい・学びやすい環境を提供してくれる点だと思う。留学生の数が多いため、サポートが充実しており、相談等がしやすかった。また、学習環境も充実しており、大学内どこでも WIFI が使用でき、図書館や廊下のスペースには自習スペースが多く確保されていた。ただ、大学がとても広いので迷ってしまい、授業の開講される場所までたどり着けないこともあったので、詳しい地図などを作成してほしいと感じた。

住居は4 人で1 つのファミリータイプのアパートの1 室をシェアしていた。鍵のかかる自分の部屋と冷蔵庫がそれぞれあり、キッチンとバスルーム・トイレが共有であった。食生活は基本的に自炊で、近所のスーパーマーケットで買い物していた。授業のある日は学食で友人とランチを食べていた。平日はほとんど毎日大学の図書館を利用していた。自習するスペース・WIFI 環境が充実しており、快適に学習することができた。また、



基本的には、渡航前に予定していた授業を受講した。期間内に授業登録をオンライン上で行った。開講授業は大学のホームページにあるシラバスから検索することができた。受講した授業を大きく分けるとフィンランド・フィンランド語に関する授業と自分の専門 (教育や異文化理解) に関する授業の2 種類である。前者では、フィンランド語を学ぶ「Finnish Survival Course」「Finnish Elementary Course 1」 とフィンランドの政治や歴史などを学ぶ「Finnish Society and Culture, Lectures」を受講した。後者に関しては大学の附属学校の授業を見学できる「Practical Observation of Finnish School System for Incoming Exchange Students」と異文化理解について学ぶ「Language, Communication and Culture」、教育社会学を学ぶ「Education, Schooling and Society」、英語について学ぶ「Preparatory Course in Communicative Skills」を受講した。

上述した「Finnish Society and Culture, Lectures」では、各回ごとにテーマと教師が異なり、その分野の専門家の方が講義してくださった。トピックは、フィンランドの歴史や政治形態、女性の社会進出状況、教育、音楽、マスメディア、産業など様々な面からフィンランドを見ることができたと思う。「Practical

より能動的に動くようになったと思う。留学前は「いつかやろう」「誰かがやったら自分も…」と考えていることが多かったが、留学してからは「今、自分からしよう」と思うことが増えた。例えば、学習面では帰国後新しく語学を勉強し始めた。留学前からやりたいとは思っていたが、時間がないからと思ってでぎずにいたものだった。また、優先順位のつけ方も上手になったと思う。留学中は受講したい授業・やりたいことなどたくさんあったが、自分の時間と状態を考えて本当にやりたいこと・やらなければならないこととそうでないものを分類していた。その取捨選択が留学後もできており、自分の中で中途半端になることが少なくなった。また、英語に対する壁も低くなったと思う。留学前と比べて英語の動画や論文を見ることが増え、



大学内のスポーツ施設の1 年間のパスを購入し、ジムやダンス・ヨガなどのグループエクササイズに参加していた。土日はその施設のコートを借りてバドミントンすることもあった。また、アパートに小型のサウナが隣接していたので、週1 でサウナを利用し、リフレッシュしていた。交通手段は基本的にバスであった。日本と異なりゾーンごとに料金が決まる。よく使うゾーンの1 年間のバスカードを購入し、利用していた。



Observation of Finnish School System for Incoming Exchange Students」では小中高校の授業を見学し、日本の学校との相違点・類似点を現地で直接感じることができた。見学後の授業では、授業に参加した学生たちと見学で感じたことを議論し合い、日本やフィンランドだけではなく、様々な国の視点から教育について考えることができたと思う。「Language, Communication and Culture」では、文化や言語、異文化コミュニケーションについて学び、トピックとして Globalization や国際恋愛、国際ビジネス、教育の異文化理解などを扱った。多くの留学生が参加していたので、フィンランドの国のことはもちろん、アメリカやアジア、他のヨーロッパの国々の事情などを学ぶことができた。一番大変だったと感じた授業は「Education, Schooling and Society」である。友人に勧められて受講したのだが、授業内容である教育社会学の基礎的な知識もなかったので、授業についていくのが大変だった。毎回課される予習を行うことで手一杯でそこから発展して議論を進めることができなかった。この授業を受講する際には、分野に関する基礎的な知識を渡航前に身につけておいた方がいいと感じた。

英語への抵抗が低くなった。留学先で学んだ、積極的に学びに向かう力を維持していきたいと思う。将来は教員になることを考えているので、留学中に得た、学ぶことへの貪欲さや熱意を教員として働く際も持ち続けたいと思う。また、留学中に現地の学校の授業見学をして感じた、子どもたちの学ぶことに一生懸命であり、自分から学ぶことを忘れない姿勢を日本の子どもたちが持ち続けられるような教育を行えるようになりたい。留学中は早め早めに行動して余裕を持つことが大切です。留学先でやりたいことがたくさんできるのはいいけど、自分の状態をしっかりと把握して少し余裕があるくらいで実行する方がうまく進むと思います。

フィンランドの中でも大きな部類に入る大学で、理系や文系など様々な学生が集まっている。2019 年1 月から3 つの大学が合併したため、より幅広い授業を受講することが可能になった。春学期・秋学期中に多くの留学生を受け入れており、留学生に対する支援が充実している。大学は数年前からすべての学生にコンピューター制度を取り入れているため、留学生1 人1 人にもコンピューターがつく。通勤して間もない頃は、度々コンピューターに作業面や生活面の相談をしており、現地で生活するための手助けをしてくれた。留学生に向けてのイベントも多く開催されており、国内外から来る学生に対してオープンな大学と言える。

リンショープンは、首都ストックホルムから電車で1時間半くらいの場所にある都市です。理系分野に強い大学として知られていて、工学部には日本への留学が必須のコースもあります。留学生のサポート体制は非常に手厚いと思います。学内で開かれるオリエンテーションに加え、パーティーをはじめとするイベント、留学生の旅行などの場も大学の学生委員会のような組織が主催してくるため、友人を作る機会も非常に多いと思います。また、基本的に困ったことがあると所属する学部のコディネーターの方が解決してくれます。スウェーデンは英語圏ではありませんが、大学の職員や学生は流ちょうな英語を話すことができますので、スウェーデン語ができなくても問題なく過ごせることができます。

【学業】留学前は、特に英語のリスニング・スピーキングの練習と、スウェーデン語の文法の学習を少し行っていました。それでも自分の英語力にがっかりする場面は少なくなかったので、できるだけ留学前に英語力をあげておくことにこしたことはないと思います。スウェーデン語も余裕があればやっておくと、さらに留学生生活を楽しむことができると思います。【生活】防水のブーツをもっていくといいと思います。重宝しました。スウェーデン人の友だちが、「大学生活を楽しみたいならリンショープン大学がスウェーデンで一番。」というくらい、学生同士のつながりが強い大学でした。特に周りに遊べるような場所もないため、必然的に友達とどう楽しく過ごすのかにみんな力を注いでいたような気がします。大学内の施設も新しく、使いやすい場所が多く学習にも最適な場でした。常に多くの人が図書館などで勉強をしており、勉学に熱心な学生が多くいるような印象を受けました。

リンショープンはこじんまりとしたかわいらしい街です。自転車があれば、寮から主要な場所をほぼ回ることができます。外食はびっくりするくらい高いため、ほぼ自炊して過ごしていました。友達と料理を作り合うことが多く、毎日夕食の時間が至福のひと時でした。参考として、一日の流れをざっくりと紹介します。【授業のある日】8:30 起床、朝ごはんや洗濯など 10: 00 図書館へ。自習や課



・History of Education：主にヨーロッパの教育の歴史を学ぶ授業です。授業形態は先生が授業を行うスタイルと学生のみで議論を行うスタイルの2つに分かれています。・International Course in Drama Communication A：演劇の理論を学びながら、コミュニケーションを通した対人関係の育み方、文化の違い、劇を用いた教育、について学ぶ授業です。最終課題として、グループごとに舞台を作るので、かなり絆が深まります。・Nordic Culture：スウェーデン含む北欧の文化について学ぶ授業です。授業は主に座学によるレクチャースタイルですが、数日間の宿泊授業も行われます。・スウェーデン語の授業(A1,A2,B1レベル)：初心者用のコースは、A1で、A2、B1とレベルが上がります。A2からは、スウェーデン語でスウェーデン語を学ぶ形式になります。大変でしたが、ある程度スウェーデン語の基礎を学ぶ事ができました。The Swedish Model:主に社会福祉や社会学について、スウェーデンのことを中心にヨーロッパのことまで広く学ぶ授業です。この授業は、非常に大変でした。特に、社会学について学習したことがなかった私は背景知識もなく、さらに、少人数のグループ活動でも英語力の拙さに悩み予習や復習、課題に時間を費やしました。・Introduction to Special Education in a Swedish Context：スウェーデンの特別支援教育についての授業です。特別支援教育について知識が乏しくても、どういった特徴があるのかということや診断基準など基本的なことから講義を受けることができます。また、3回ほど実際に現地の学校に見学に行ったり、特別支援教育をサポートする

語学力の向上は勿論、いろんなことに興味が向くようになりました。特に、日本のことについて知らないなと思い、自国についてもっと知りたいという気持ちが生まれました。さらに、友達の出身国についての基本情報やニュースも積極的に集めるようになりました。また、自分には他の国の人たちと比べて明らかに考える力が弱いなあということに気づけたのも大きな収穫だと思います。自分の生活をないがしろにしてでも働くことに何の疑いももっていませんでしたが、そうではなく、自分のしたいことを追求し楽しむような生き方をしたいなとも思うことができました。

私は将来教員を希望しているので、特に留学先で学んだ多様性についての考え方や、インクルーシブ教育の考え方を活かして学級経営



題など 12:00 昼食 13：00 授業 16:30 授業終わり、友達と図書館へ 17:00 EAA(アジアに興味がある人向けの大学のサークル)で fika! 8:30 買い出し、友達と夕飯づくり 22:00 帰宅 24:00 就寝



地方自治体の機関にお話を伺いにいったりする機会も設けられています。・Teaching Practice：自分が希望する学校にセメスターを通して 30 日間ほど行きながら教育実習を行う授業です。担当教員と一日中行動を共にするため、いろいろな話をすることができました。

各授業で学んだことについては上の欄でまとめたので、参照してもらえたらと思います。スウェーデンという場所を留学先として選んだことで大きく二つのことを学ぶことができました。一つ目は、多様性です。スウェーデンには移民が多くいます。移民としてやってきた人々をルーツにもつ、その子供たちや孫たちもたくさんいます。私がスウェーデンを好きなところは、そういった自分とは違うルーツをもつ人々もちゃんとスウェーデン人として当たり前接するところです。実際にスーパーマーケットやコンビニに言っても、まずはスウェーデン語で絶対に話しかけられます。「差別しない」「多様性を認める」、わかったような気になるの簡単だし、言葉でいうのも簡単です。しかし、それを当たり前に行っている人々を目の前にすると、自分はまだまだなんだなそんな簡単じゃないんだなと考えなおしました。二つ目は、人生の楽しみ方です。スウェーデンには FIKA と呼ばれる、ティータイムがあります。これは、授業の合間や職場でも導入されているくらい、スウェーデンに根ざした文化です。コーヒーと小さなお菓子があれば、FIKA はどこでもだれとでもできます。「FIKA しよう」という誘い文句をきっかけに誰もがいったん気持ちをリフレッシュすることができるし、その機会が保証されています。そのほかにも、一人一人が自分の人生をすごく楽しんでいるなと感じた場面が多くあり、自分のこれからの人生についても深く考えることができました。

を行いたいなと考えています。加えて、人生を楽しむという姿勢も常にもっていきたいなと思いました。留学は、全く想像のできないような経験や考え方に触れるのに、またとない機会だと思います。少しでも留学に興味がある人がいれば、ぜひ一歩踏み出してほしいです。

学業面ではまず、本来 3 年次の後期に行われる予定だった日本での教育実習を、帰国後の 4 年次に延期する手続きを行いました。生活面に関しては、海外保険の加入、居住許可証(ビザのようなもの)の申請、留学用ネットバンクの開設とデビットカードの作成等を行いました。また、英語で喋ることに少しでも慣れるため、イングリッシュハウスで留学生と交流したりオンライン英会話(こちらはあまり続かなかったが…)を始めたりしました。リンショープン大学の良い点は、留学生が交流する機会や留学生向けのガイダンス、授業、情報発信等が充実している点だと思います。また、アジア文化に興味を持つ人たちに結成された同好会のようなものもあり、そこで日本語を話せるスウェーデン人の友だちが多くできたこともこの大学の良かった点だと感じます。留学前の「友達ができるか」という一番の不安もこの大学だったからこそすぐに解消されたのだと思います。改善して欲しい点は ... 特に思いつかないです。

大学の周りには 4 つの学生寮があって、いずれも大学から自転車で 5 ～ 10 分ほどの距離にあります。ほぼ全ての留学生はいずれかの寮に振り分けられ、自転車で通学をしていました。またいずれの寮もすぐ近くにスーパーがあるため、都市部まで行かなくても必要最低限の食料や生活雑貨は揃えられます。リンショープンでの生活はほとんど自転車で事足りました。物価は体感的には日本の 1.1 ～ 1.2 倍でしたが、レストランはかなり高いのでファストフード店を除いて



受講する授業は、大学の H P に載っている留学生用の授業シラバスから面白そうなものを選んで申し込みました。ただ、現地に着いてからでも、新しい授業の追加や、既に申し込み済みの授業の受講をやめる手続きがとても簡単で、自分に合わないと思った授業はすぐに辞められます。私が現地で受講していた授業の中で面白かったものの 1 つは、Introduction to Special Education in a Swedish Context という授業です。スウェーデンの特別支援教育について、先生のレクチャーと生徒同士のディスカッションを含めて学んでいくという内容です。また、授業の中で何度か実際にリンショープンの基礎学校に行きスウェーデンでの特別支援教育がどのように行われているのかを見学できる機会もありました。日本とは大きく異なる点が多くあり、学ぶことが多かったです。これらの他にも 2 泊 3 日でストックホルムに泊まる授業や、教育実習のように毎週実際に現地の学校に行ける授業もあり、どの授業も面白かったです。

スウェーデンでは全国 290 の Kommun (コミュニティ) という市町村レベルの地方自治体が、各地域の実態に沿った教育計画を作成し、実行しています。スウェーデンの教育の特徴の一つは「インクルーシブ教育」の理念が広く根付いていることです。インクルーシブ教育とはすなわち「包括的な教育」を示しており、性別、宗教、生い

学習面では、留学前までは紙のノートに授業内容を書いていましたが、留学をしてからは授業内容をほとんど iPad (キーボード付き) で書くようになりました。書くよりも早いし管理も楽だし、何よりも場所を取らないのが良いと気づきました。また、日本の教育について批判的な見方もすることができるようになりました。留学前までは日本の教育について多く学んできましたが、外国の教育について学ぶ機会はありませんでした。しかし、留学中の学校訪問や教育実習を通して、スウェーデンの教育と日本の教育を比べ、日本の教育に今必要なものは何かを見る目が養われたように思います。生活面で変わったことは、世界のニュースに興味を持つようになったことです。人種問題や宗教に関することなど、留



学前まではあまり関心のなかったことが、今ではとても身近に感じます。私は大学卒業後は小学校の教員として働く予定です。そのため、留学中に学んだスウェーデンの教育、特に性別、見た目、生い立ち、障害の有無といった要因を全て個性として「A school for everyone」を掲げるスウェーデンの教育理念を、日本の教育現場にも活かしていきたいです。具体的には、子ども達が周りの人を差別することなく平等に接せられるような教育をしていきたいと考え、また、自分の留学中のさまざまな体験を子どもたちに話し、世界に飛びたつことの魅力を感じさせたいです。

「留学をしたい」と思ったらその瞬間からぜひ夢を現実にする行動を始めてみてください。留学は、文字通りあなたの世界を広げます。自分の人生の価値感や目標まで変わってしまうかもしれませんが、頑張れ、留学生！

外食はほとんどしませんでした。また、Facebook 上にはリンショープンの住民専用のフリーマーケットページがあり、日本でいうメルカリのように簡単に物の売買ができたため、中古で雑貨を買ったりいらなくなった服や自転車を売ってお金を得ることもできるのでおすすめです。



立ち、そして障害の有無といった様々な違いはあくまで個性であり人間は皆平等であるという考えのもと、基本的に全ての子ども達が同じ教室で過ごしています。つまり、日本のように特別支援学級を設置して子ども達を分けることはありません。(ただし知能指数が基準を下回る子どもの通う特別支援学校はある) そのため、視覚障害や聴覚障害を持つ子どものために、イラスト化された時間割、スピーカー、手話表などが必ずどの教室にも備えられています。義務教育である基礎学校を卒業した後は、日本でいう高校に入学しますが、スウェーデンの高校は初めから「建設」、「経済」、「エンジニアリング」、「アート」、「人文学」等といった 18 のプログラムに分かれていて、生徒が興味のある分野や将来働きたい職業に合ったコースを選んで入学します。スウェーデンの特徴的な教育のもう一つに「野外教育」があります。国土の約 7 割が森であるスウェーデンでは子ども達が外に出て、生きるための素養を体験的に学んでいくことができるのです。例えば、私は授業で実際に森の中を歩いて地図とコンパスの見方を学んだり、即興デントを作ってみたり、キャンプファイヤーで暖をとったりもしました。さらに、雪山の登り方やカヌーの漕ぎ方といったものまで学ぶこともできました。野外教育はスウェーデンの広大な自然を活かした最大の教育と言えるかもしれないです。

リンショープンとノーショープンに 2 つのキャンパスを持つ大学で、エンジニアリングや医学系のコースが充実しています。その他にも教育学部や経済学部もあり、規模の大きい大学です。特待の一つとして、留学生が多いです。その内訳はフランスやドイツといったヨーロッパの各国からはもちろん、日本含め韓国や台湾といったアジアからの留学生も多数います。そのため、国際交流が盛んに行われています。また、大学の留学生生活支援学生団体が積極的に交流イベントや留学生向けツアーといった活動を展開しているのでも留学生同士で仲良くなりやすいです。留学生用の授業ももちろん英語で行われており、初級から中級とあったレベル別のスウェーデン語の授業もあるため、気軽にスウェーデン語を学ぶこともできます。

サラマンカは大学や大聖堂のある旧市街全体がユネスコの世界遺産に登録されており、サラマンカ大学も2018年で創立800周年を迎えた歴史ある大学です。ヨーロッパ・アジアを含め、世界の様々な国から留学生が集まっており、留学生同士で驚くべき機会が多くあります。現地の教育制度の人たちが留学生のためにスペイン語の授業を無料で行ってくれるというサポートもありました。また、授業を決める際には、コーディネーターとなる学部の教授と留学支援室の方がいいため、困ったことがあれば相談することができました。



渡航前にフームページにアップされている前年のシラバスを見て、受けたい授業に目星をつけていましたが、開講されない授業が多々あったため、実際に授業を受けてみて、受講する授業を決めました。特に印象に残った授業を紹介します。

- ① Gramatica para la enseñanza I・II
スペイン語を母語としない人たちにスペイン語文法を教える際、どのように指導するかについて勉強します。
- ② Fundamentis para La Tracucción 1ª Lengua Extranjera: I
英語のテキストとスペイン語のテキストを用いながら翻訳の基礎について学びます。
- ③ Traducción Directa I :2ª Lengua Extranjera :Japonés
日本語のテキストを用いて日本語からスペイン語に翻訳する授業です。

①の授業ではスペイン語の文法について深く学ぶことができました。文法に関しては留学前に日本で学習していたため、授業の内容は比較的理解しやすかったです。また、スペイン語文法を学んだ際に間違いない点についても言及して説明してくれたため、スペイン語を深く理解する手助けとなりました。評価方法についてはテストだったので不安でしたが、事前に教授がテストに出やすいポイントなどを

留学当初は、話すスピードがかなり早く感じ聞き取ることに苦戦しました。授業も最初の方は聞き取ることが難しく、録音して何度も家で聞き返しました。三ヶ月を過ぎると耳もだいたい慣れ理解できるようになり、半年経つと不自由さはなくなり、理解できるようになっていきました。また、会話も最初は理解してもらえず何度も悔しい思いでしたが、諦めずに毎日同居人に話しかけ、会話をすることで半年後には自分が思っていることを言えるようになっていきました。日本に帰国した後も、スペイン人の先生と週に2回会話の練習を続けていたため、日常会話はスムーズに話すことができるようになりました。

留学を通して積極的に行動することの大切さを実感しました。留学期



間では、勇気を出して自分から行動することで、いろんなことに挑戦するチャンスを得ることに加え、様々な人と出会うことができました。

自分で考え、調べ、行動することは今後社会人として生きていく上でとても重要になってくると思うので、留学で培った行動力を活かしていきたいと思っています。留学では数え切れない人数の人と出会います。友達をたくさん作ろうという気持ちでいっぱいになると思いますが、自分が一緒に居て落ち着きお互いに助け合える友達を見つけることができればそれが一番だと思います。留学中は他人と比べず自分のペースで、時には思い切って興味のあることに

チャレンジしてみてください。

学業の面で事前に準備していたことは、普段の授業をきちんと受けることに加えて、LEXに申し込み、スペイン語話者の留学生と会話に特化した練習をおこなっていました。また、ドラマや音楽などを用いて、スペイン語を聞く機会を増やしました。生活面での準備や手続きについては、先輩方に質問し、必要なものを揃えたり、ビザの申請を行いました。日本やアジアに関心を持った学生が多く、歩み寄ってくれるたので、友人関係でストレスに思うことは少なかったです。また、彼らの真剣に学ぶ姿に刺激をたくさんもらうことができ、自分にとって良い環境であったと思います。しかし、コロナ期間では、サラマンカ大学の留学支援室の方は積極的に留学生の安否を確認している姿勢がなかったように見受けられたので、その面では少し残念だったように思います。

で予習復習をし、授業後は語学学校に通い勉強をしていました。授業がない日は友人とカフェで話したり、同居人と映画や買い物に出かけたり家の掃除をしたりと、リラックスして過ごしていました。課題前は、図書館がカフェにこもって勉強していました。



学業に関しては、千葉大学に来ているスペイン語話者の留学生と積極的に交流することで、スペイン語を話す練習をしました。簡単なスペイン語でもいいので、少しでも語彙や表現を増やしておくことは、必ず役に立つと思います。生活でも、ラジオを聞いたりして、何度も同じ内容のものを聞き、シャドウイングを行いました。大学で文法や読む練習は日常的に勉強していたので、聞く、話すということを重点的に留学前は勉強していました。先述しましたが、本当に留学生に対するサポートが手厚く、日本人の先生もいたため授業面で困るようなことは何もありませんでした。改善してほしい点も特にありません。

住居は一年前に留学していた方の大家さんを紹介してもらい、そこからホームステイ先を決めました。朝は8時に起きて、授業が11時からだったのでゆっくり準備をして、たまに家の近くのバルでジュロスとカフェラテを飲んで授業に向かっていました。授業が終わると、家に帰りその日の復習をして夕方からは語学学校に行っていました。昼ご飯はバルでピンチョとコーヒーをつまみ、語学学校の後には、家でホストマザーが晩御飯を準備してくれていたのでみんなで



日本語の翻訳の授業があると聞き、受講しようとしていましたが、その年の開講はなく、授業によって変更されているものがあったのは少し残念でした。しかし、その代わりに東アジアの文化を学ぶ授業 (Cultura de masas de Asia oriental) を受講しました。日本だけでなく、韓国や中国にも関心のある学生が数多く受講しており、授業の中では活発に議論がなされ、彼らの東アジアに対する印象や考えはとても興味深いものでした。また、グループごとにプレゼンテーションをしなければならなかったのも、大勢の前でスペイン語を話すという体験をして大きな成長を感じることが出来ました。他に、留学生向けの文法の授業 (Gramática para la enseñanza I, II) を受講していました。教授の言っていることが分からないときには、週に二回同じ内容の授業があるため、二回とも参加をして、理解を深める努力をしました。スペイン語で文法を学ぶことで、理屈やイメージがより理解できたような気がします。

東アジアの文化を学ぶ授業では、セクションごとに日本、韓国、中国の文化を学びました。日本に関しては、浮世絵のことから、黒澤明の映画作品、現代の秋葉原のメイド喫茶の話まで幅広い文化を教えていました。中には私も知らないような日本のポップカルチャーが話題に取り上げられていてびっくりしました。それらを一通り勉強

学習面に関しては、勉強する際に必要な引き出しが増えたと実感しています。前までは、日本語でスペイン語を勉強するのが主でしたが、留学して、スペイン語でスペイン語を学ぶことが出来て新しい発見がありました。また、私の精神面に関しては何事にも臆することなく、まずはやってみようという勇気が付いたと思います。現地では、頼れる人はもちろんいましたが、住む場所、授業の手続き、緊急時の対応など、大抵のことはまず自分で考えることが求められました。それらの手続きや準備をやり遂げたことで自分に自信が付き、これから背筋を伸ばして挑戦しなくてはならないようなことがあってもこうした自信が私を後押ししてくれると思います。今回スペインに留学に行けたからこそ、留学中にボストンで開催さ



れたボストンキャリアフォーラムという就活に参加することが出来ました。そこで無事内定をもらい、次の四月からボストンで内定をいただいた日本企業に就職します。今後私が使う言語としては、英語のほうが多くなってしまうと思いますが、スペインで学んだことは絶対に英語をこれから極めていくときに役に立つと思うので、これからもスペイン語の学習は続けていこうと思います。今は新型コロナの影響で留学が厳しい状況にある人たちがほとんどだと思いますが、今は行けずとも、行きたいと強く思っ努力を続けていればいつか必ずその機会が訪れると思います。ですから諦めずに今できることを精いっぱい頑張って、希望を持ってほしいと思います。



し終えた後に私のグループでは韓国アイドル、いわゆる K-pop についてプレゼンテーションを行いました。私は最初に声をかけて友達になったスペイン人の子にグループに入れてもらえたので苦労はしませんでした。こうした発表型の授業ではいろんな人に話しかけていると、相手もいるると助けてくれるので最初の声掛けはとても大事だと思います。文法の授業では、留学生や将来スペイン語を教える職に就きたい人のための授業だったので、内容的には日本で一度学んだ文法をスペイン語で学びなおすという授業でしたが、その文法のイメージをより具体的に掴むことができた授業でした。ネイティブならではの考え方があり、なるほどと納得のいくものが多くありました。授業は講義型で、プリントを配られていましたが、教授の言ったことを板書しなくてはいけないのがとても大変でした。書かれている内容を写すだけなら誰にでもできますが、言ったことを書き写すのは難しく、よくネイティブの友達にノートを写させてもらったりと工夫をしていました。

サラマンカ大学は、ヨーロッパの中でも創立800年と歴史が古く、世界遺産のスペイン旧市街の中にある素晴らしいキャンパスでした。留学生の受け入れも充実しており、多くの日本語話者がいるため、日本人教師が授業登録の際に手厚くサポートしてくれることも助かりました。何か不安や相談があるときでも気軽に相談できる場があるといえると思います。日本人教員数面以外にも、大学にコーディネーターがあり、大学で必要な手続きなどを分かってやすく伝えてくれたため、困ることはありませんでした。留学生に対してとてもサポートの手厚い大学だと思っています。

大学には、60人ほどの留学生が来ていました。日本人は私以外おらず、アジア人が数人いるらしいのですが、私がとっているクラスにはいないので、珍しがられました。ウェルカムウィークの初日には、大学についての説明と、大学の吹奏楽部が、音楽や歌や踊りを披露してくれました。授業が始まった後でも、彼らが大学の近くの通りの通りに歌って踊っているのをよく見かけました。とても小さな大学ですが、大学前の通りには多くの学生が話したりタバコを吸っているため、常に賑わっています。留学生用英語開講のクラスが多くあり、留学生のコーディネーターもいつでも相談に乗ってくれます。



住居は、大学が推薦するサイトから、大学から徒歩 15 分圏内の場所のシェアハウスを選びました。私の住む地域は比較的政治安がいいので、課題前は図書館で夜遅くまで課題をこなし、家に帰っていました。野菜やパンはかなり安いですが、外で食べると日本の外食と同じくらいのお金がかかる為、基本自炊をして過ごしました。アジアンスーパーやショッピングモール、家の近くに小さなお店がある為、買い物には困りません。週末は友人と美術館や蚤の市で過ご



時間割は、ウェルカムウィークが終わった最初の 2 週間で確定します。コーディネーターの方から、留学生が事前に希望した授業のスケジュールを渡されます。シラバスはなく、授業名のためのリストしか渡されていないため、想像と異なる授業もあり、多くの学生が初回の授業を受けた後に変更を希望していました。変更可能な授業数は 2 つのみです。授業の時間が急に変わったため授業が被ってしまったり、満員で履修出来なかったり、と、思ったように授業が組めず、多くの留学生が留学生課になだれ込み、とても慌ただしい 2 週間でした。コーディネーターの方との連絡は基本メールですが、履修に関する質問は、急ぐ場合もあるので朝早くから直接留学生課に行くことをお勧めします。私が最終的に取った授業はロゴデザインをメインに未来のデザインを考える VisualDesign とフォトスタジオで実際に写真を撮り、ファッション雑誌を制作する Fashion photography という授業です。どちらも週 2 日授業があり、個人ワークでメインの課題以外にも様々な課題が出される授業です。

VisualDesign :1 日 2 コマの授業を週 2 回行います。メインの課題は、参考図書の中から 1 つ 選び、その本の要素を取り入れた「未来の何か」をデザインする個人ワークです。この授業ではロゴがブランドの顔であるという考えの元、ロゴを中心にブランドを考えていきます。

大学での授業では、コンセプトをビジュアルで表現する事を重視し、教授や学生との相談の際には必ず、イメージボードを使用していました。言語化されているコンセプトをビジュアライズすることは難しくもありましたが、自身のデザインの軸となりデザインをより良いものとする助けになりました。フリーディスカッションを通して、自らの学生は自分の感性を大切に話している印象を受けました。逆に私は客観性はあるか自分は何をしたいのか？と問われることがあり、主観性と客観性のバランスのある会話を心がけることを意識するようになりました。また、学生や現地の方との会話で日本の文化や地域で盛り上がるがありました。しかし、自分の体験談と共に日本の文化の良さを伝えることが出来なかったことが悔しさとして残っています。こ



の経験を経て、日本の様々な地域に足を運び、自分の考えを持って日本を語れるようになりたいと思うようになりました。

考え方の違う学生とのディスカッションを通して、広い視野で物事を捉えられるようになり、また、自分の意見をはっきりと伝えることができる力が身に付いたと考えています。自身の就職先を考える時、面接時、プロジェクトを進める時など様々な機会、それらの長所を活かしていこうと思います。事前準備は大変ですが、今しかない機会にぜひ挑戦してみてください！そして、留学での気づきを忘れないように、メモや日記を書いておくことをお勧めします。めまぐるしい毎日の中の小さな気づきや変化に重要なことがあるかもしれません。

学業面では、卒業研究を半年早く終わらせるため、日々研究室に通っていました。研究と並行して、英語の勉強を様々な方法で行っていました。TOEIC のテキストやオンライン英語学習アプリや、休憩時には英語のドラマや TED を視聴していました。生活面では、ビザを取得するために、銀行の残高証明証や無罪証明証などの用意をしていました。それぞれの証明証を発行するのにかなり時間がかかるため、研究の合間を縫って計画的に準備することが少し大変でした。この大学の良かった所は種やかな教授や学生が多く、個人の課題に誠実に向き合ってくれるところです。留学生も多く、現地の学生も明るく受け入れてくれます。履修方法をもう少し自由だと他の授業も取れたのでは、と思っています。ただ、履修方法は近年何度も変わっているとのことなので、改善していることを望みます。また、狭い大学なので、大きなカフェテリアがない点が少し残念でした。この大学の良さもありますが、気候や生活習慣も日本に似ていたので、とても過ごしやすかったです。

していました。美術館は学生証を見れば 3 ユーロ程で入れる所が多いので空いた時間に気軽に足を運びやすいです。坂が多く、移動が大変かと思いましたが、学生用定期があるので月 30 ユーロで列車メトロパス全て乗り放題で、様々なところに気軽に移動ができました。必ずしも時間通りに来るわけではありませんが本数が多いのでとても便利でした。



自分のデザインしているロゴを T シャツに当てはめ、ロゴのバランスや構成を考える作業も行いました。 各自のロゴが入った T シャツの画像ををスクリーンに映し出し、『これを着たいと思うか?』と教授が毎回問いかけます。施工品である T シャツを使用することで、ブランドのコンセプトやサービス内容を一時的に無視し、そのロゴが形や色だけで見る人を惹きつけられるかを判断することができ、ロゴの新しい評価方法を学びました。その他に、外部の講師を呼んでブランディングやロゴデザインについての講義、インフォグラフィックスのリデザイン、T シャツのデザイン、クリスマスカードのデザインなどの小課題が課せられました。また、教授の紹介で、地理学社会博物館で行われる、デザインカンファレンスの運営に 3 日間参加しました。仕事内容は機材の準備や受付対応など簡単な作業でしたが、合間を縫って発表を聞きに行くことが出来たので、とてもいい経験になりました。Fashion photography : 実際に写真を撮る実践的な授業と、写真の歴史についてディスカッション形式の座学が週に 1 回ずつあります。実践的な授業では大きく 3 つの課題が課せられます。スマートフォンで撮影した日常の写真の編集、ファッション雑誌の撮影と制作、ファッションムービーの制作の 3 つです。座学では、生徒がどんな質問していくのかがとても新鮮でした。手を上げるよりまず発言するスピード感になかなか慣れず、英語でのディスカッション形式に慣れておくべきだったと感じています。

留学前の準備としては千葉大学にきている留学生と積極的に英語で話すなど、会話の機会を増やすよう心がけていました。その他、チェコなど中欧地域に詳しい教授に伺い関連する論文や書籍について紹介してもらっていました。反省としてはより自分が学ぶ専門領域の知識を身につけておけばよかったと感じています。そのほかの準備としてはチェコはビザ申請手続きが非常に面倒だったので、4 月から渡航までの 8 月までビザ申請で忙しかったという印象です。良い点は、規模が小さい分教授と生徒の距離が近い点ではないかと思います。各授業も最低 7 人、多くても 20 人程度だったので、授業内で発言もしやすく、教授も各個人をきちんと見てくれていたため相談しやすかったです。一方で改善点としては、留学生寮の管理人がチェコ語しか話せない人であったため、トラブルが起きた時などの対処が難しかった点だと思います。留学生寮であり、チェコ語が話せない学生が多いのでその点は困りましたが、滞在中は通りかかったチェコ人の学生に助けてもらうなどして対処できていました。

住居は大学から紹介された大学の寮にしました。他には近くの別大学の寮なども候補にありましたが、大半の学生がこの寮だったので、留学生同士の交流も多くよかったと思います。設備としては 2 人または 3 人部屋なのでパーソナルスペースがほぼない、洗濯機が少ないためタイミングが難しい、シャワーが時々冷たくなるなどはありませんが、基本的にはみんな慣れてしまったので問題なかったです。食事は近くのスーパーで食材を買い自炊することが多かったです。通



授業の履修について、渡航 5 ヶ月前ぐらいには形式上ポータルに登録する必要があるため、それまでにシラバスを見て決めていました。決定するにあたり、直接現地大学のコーディネーターの人にこういう授業を取るうと思っているが履修可能かなどこまめに連絡をとっていました。渡航し学期が始まってからは、二週目の終わりまでは授業を変更できるという制度であったため、一週目は興味のある授業全てに参加し、それから内容や授業の雰囲気を見て最終決定しました。結果的に初めて登録していたものから変更は多かったです。変更は書類の手続きがやや複雑ですが、コーディネーターが丁寧に行ってくれます。時間割や日程が直前にしかわからない場合があるため、この初めの二週間でやっと決定することができると思います。私は主に都市開発、ある特定地域の政治地理、経済地理を扱う授業に参加していました。私が所属していた Faculty of Science では私が初めての日本人ということもあり、授業はほとんどヨーロッパ系の人と現地の学生のみの場合が多かったです。履修条件となっている単位のうち半数以上が所属している学部のものであれば他学部の授業も履修可能であったため、Faculty of Arts の授業も履修していました。

私が所属していた Department of human geography and regional development では都市開発や政治経済地理について自分の大学でも専門的に学んでいる学生が多く、授業では基礎知識の差を感じました。しかし、私が Liberal Arts 出身であることを各授業の教授も

千葉大学など日本の大学に比べ授業数が少ない分、学期末の最終レポートやプレゼンテーションの質や内容は求められているものがかなり高いと感じました。留学前は 10 ページもの Research Paper は書いたことがなかったため、初めは戸惑いましたが、教授が項目の立て方や構成などの大枠についても教えてくださったおかげで、研究論文の基本的な部分を留学先で学ぶことができたと思います。最終レポートを書くにあたり、本当に多くの論文を読んだたえ、英語の論文に対する抵抗は減ったと感じます。興味のある分野の授業を履修することができたため、留学前よりもよりその分野に対する興味関心が高まったと感じています。学業の面においては留学先で学んだ知識や知見を生かし、今後の



卒業論文の執筆に活かしていきたいと思います。そのほか様々な国からの学生との交流や、現地の教授との交流を通して、バックグラウンドの異なる人との協業の難しさも感じるとともに、価値観の違う人と関わる面白さも再確認できたため、この留学での経験は私の今後のキャリア設計の上でも大きな影響を与えてと考えています。今後は日本と海外など立場の異なる人の間の調整役のようなポジションで活躍していきたいです。協定派遣留学は多くの準備や学習面で大変な時もありますが、留学を通して得られる経験の価値はそれ以上にたくさんあると思います。現地の大学生として海外大学に通う・暮らすことは社会人になってからは絶対に経験できないことなので、ぜひ貴重な機会を楽しんでください！

学は学部棟が徒歩 5 分、別の授業では徒歩 25 分またはバスで 10 分で通学していました。バスは乗り放題の定期券だったので、買い物でもよく利用していました。
【授業がある日例】
10:00- 12:00 授業 12:00- 寮に戻って昼食・休憩
15:30- 17:20 授業 18:00- 寮で夕食
19:30- 授業の課題



加味してくれていたため、基本についても教えてくれたり、最終リサーチについても何度も相談に乗ってもらっていました。都市開発関連の授業においては、持続的な地域開発を行うにあたって考慮すべき社会・経済・環境 3 つの側面からのアプローチについて、中小都市の在り方について地理的な特徴比較、中小都市存続のための様々なアプローチについて前半はセミナー、後半は各自のテーマに沿った研究・発表という形式が多かったです。多くが大学院生向けの授業であり、難易度は高かったですが、自ら調査を行う授業スタイルは主体的な学びに繋がったのでとてもよかったです。約 10 ページ以上の最終レポートが各授業で必要だったため、最終リサーチの際にはそれぞれ 20 近くの論文を読み得た情報をもとに作成を行いました。諸地域の政治経済地理に関する授業では、旧ソ連地域、東南アジア、中国とインドなどと授業ごとによって様々な地域について学びました。この授業でも同様、教授からのセミナーに加え、半分は生徒自らがその領域について調べ、クラスでシェアするというスタイルが多かったです。特に旧ソ連地域は未知な部分が多く、非常に面白かったです。東南アジアなど比較的身近な地域に対してもヨーロッパからの目線から見たものは異なる部分が多く、非常に学びが多かったです。この授業においても各授業において自分の担当トピックに関して約 10 ページの最終レポートを提出しました。

オストラヴァはポーランドの国境に近いチェコ第 3 の都市で、観光都市ではないことから街全体は落ち着いた雰囲気としてとても良い場所だと思っています。大学の規模も小さく、生徒と教授の距離は近いと思います。キャンパスは学部ごとに街中に分散しているため、手塚大学のようないくつかのキャンパスを歩かなくてはいけません。留学生に対するサポートとして、各学部に留学生のコーディネーターがいるため、授業の履修などについて気軽に相談することが出来ます。そのほか、学生団体として ESN の支部がオストラヴァにもあるため、到着時の入寮サポート、学生同士の交流イベント、ハダレイ制度など利用することが出来ます。

ロシアのトップ大学の1つとしてランク付けされている、HSE 大学は、ロシア教育のリーダーであり、東ヨーロッパとユーラシアで卓越した経済社会科学大学の一つです。英語で開講されている授業も多く、世界中からの留学生が学びに動んでいます。そのため、留学生寮は国際色豊かです。ロシアということで、生活を送るうえでロシア語も重要ですが、大学での留学生への英語によるサポートが充実しており、不便なことはないと思います。ビザの延長や交通カードの社会割引の手続きなど、様々な情報提供があり、SNS やグループチャットで情報を得ることができます。また、ロシア語学習初心者レベルから、上級者レベルまでの外国人向けロシア語の授業があります。

N

英語での授業を受講するために、英語の試験を受けて基準以上のスコアを取らなければなりませんでした。私は、留学希望の応募期限まで時間がなかったため、日程等を鑑みて IELTS という英語の試験を受験し、スコアを獲得しました。他に学業についての準備としては、千葉大学での学業で必修のものや、留学後に取得できない単位に気を付けて取り組んでいました。生活面では、アパートの契約をどうするか家族と話し合いました。

留学先大学の良い点は英語による情報提供が充実しているところです。ロシア語は千葉大学で専攻して学んできましたが、英語での情報のほうがビザ延長などの重要な情報が確実に伝わるため、安心できました。また、留学生のためのロシア観光などのイベントも充実していて、その際も現地の学生のサポートもついているところが良かったです。改善してほしい点は授業選択の際の情報の少なさです。実際に授業に参加をしないと分からないことが多く、計画通りにいかないことに苦労しました。

住居選びは特になく、事前に指定された留学生寮に居住していました。部屋割りも既に決まっている状態でしたが、ほかの留学生寮ではルームメイトや部屋の変更を申し出ている学生もいました。食料品や生活必需品は寮の近くのスーパーや、少し遠くにある大型スーパーでまとめ買いをしていました。授業がある日とない日で主に行っていたことは、次の通りです。

○授業のある日:授業、学食で昼食をとる、授業、散歩、帰宅、自炊（夕



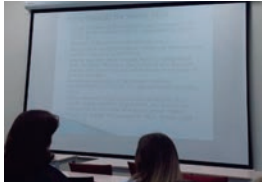
「Introduction to Alternative Media」：修士用の授業であったが、受講することができ単位も取得できました。5 人ほどの少人数の授業です。ルームメイトの日本人留学生に教えてもらい、世界でも有名なメディア企業で働いていた方が授業を行っているということで興味が出て受講しました。

「The Korean Economic Development」：対面での授業ではなく、録画されたものを受講するオンライン上での授業です。また、留学先大学の提携校である韓国の大学の授業です。こういったタイプの授業があることは、シラバスになかったので知りませんでした。留学生の友達に教えてもらいました。

「Russian as a Foreign Language. Level 4. Intermediate-Low, High」：留学生向けのロシア語の授業です。先生によって授業内容も教科書も異なるので、授業を登録する前にできるだけ多くの授業に参加して選択しました。

「Introduction to Alternative Media」：一つのことでも、メディアの切り取り方や視点によって受け取り方も異なります。何気なく目しているニュースですが、実は本当に起こっている出来事や事実を知ることができていないこともあります。そういう点で大手メディアなどだけではなく、型にはまらない新しいメディアに注目することの

学習面での変化は語学力です。留学前では日常で日本語、勉強としてロシア語や英語などの言語に触れるといった形でした。留学中は日常生活、友達との会話、授業で様々な言語を切り替えながら使っていました。留学前との大きな違いは、どれもコミュニケーション上で使っているので、言葉を自分の中で作り相手の言葉を消化するという行為が大幅に増えたということです。そのため、留学後は母国語以外を口に出すことがスムーズになりました。その他の変化としては留学前よりも自分自身を振り返ることが多くなりました。留学先で様々な文化背景や考えをもつ人々と関わったこと、留学中の生活で散歩をしたり、ただ考えるという時間が多かったことが影響していると思います。留学前には、周囲との状況から外れて自分のペー



ス）もしくは友達と外食

○授業がない日：寮で自炊、作り置きを料理する、散歩、ショッピングセンターへ外出

通学手段は、最寄り駅まで徒歩で向かい、地下鉄に 30 分ほど乗り、大学の各キャンパスからバスか徒歩で通学していました。大体片道 1 時間くらいかかっていました。交通の便は良いです。地下鉄が充実していますし、バスやタクシーを使えば、天気が悪い日も長時間歩くことはありません。



面白さを感じました。試験はプレゼンテーションで、一つのニュースについての様々なメディアの報道内容を比較することが主でした。英語での短いプレゼンテーションですが、質疑応答の時間もあることが難しかったです。授業内容は英語で理解しなければならないので、集中力が途切れると大変でした。

「The Korean Economic Development」：韓国の経済的な発展を韓国人の講師による授業で学ぶことができたことが有意義でした。オンライン上での授業ですが、授業の途中に入る小テストや記述式の最終テストでのスコアによって、単位が決まるので、気を抜かずにノートをとって臨みました。

「Russian as a Foreign Language. Level 4. Intermediate-Low, High」：ロシア語で分からないことを質問したり、ロシア語についての理解を深めることができるようになりました。レベルに関係なく、講師によっては全てロシア語で行う場合と英語で行う場合があり、人数も様々です。様々な文化を持つ留学生が集まっているので、それぞれの言葉を聞き取ることが大変でした。

スで進むことに抵抗がありましたが、そこに縛られなければならないことはないと感じることができました。

留学経験を通して、自分の知らない世界を知ることの面白さを再確認し自分の考え方の拡張に繋がったこと、そして自分についての理解を深められたことが大きな収穫でした。この先も興味を広くもち沢山のことを吸収して、多角的な視点と考えを持つ人へ成長していきたいです。そして、自分と向き合う時間を大切にし、自分自身を高めていきたいです。

留学で得られることは人それぞれだと思います。どんな風に過ごし、どんなことを考えるかによって同じ国でも異なる経験になります。留学中は後悔することを一番に避けて、何事にも飛び込んでいってください。

留学前には自身の専門分野を日本できっちり履修していくことと、英語能力の向上に努めた。また、ワクチン接種の必要本数がインドネシアは他国に比べ少しだけ多いので（狂犬病のリスク等）、計画的にワクチン接種を行う必要がある。ビザの発行手続きは東京か大阪にあるインドネシア国大使館に直接訪れるか仲介業者に頼むことができる。（おすすめは大使館に訪れること、雰囲気がインドネシアのスカルノ・ハッタ空港の税関に近いのでいい予行演習になるかも）

各種広告手段の情報のアップデートがあまり行われないことや、肝心なシラバスがインドネシア語でしか提供されていないこと、また周辺地域において学生以外と話すときは一切英語が通じないという点がガジャマダ大学で留学生生活をおくる際に苦労しそうな点である。逆に言えばそれ以外は留学をする土地としてはかなり設備が整っており、留学生向けのイベントやサークル活動のオープンさ、授業の質の高さなどは胸を張ってお勧めできる。

ジョグジャカルタの街において大学から歩いて 10 分ほどのところにあるコスを借りて生活をしていた。これは student buddy の協力のもと契約をし、管理人さんは片言の英語で契約に対応してくれた。食事は物価水準も相まって、三食外食（朝はコンビニ、昼と夜は大学構内のカフェテリアで）。交通は、カーシェアリングが発達しているため、そのオーダーアプリである「Grab」や「Gojek」を利用することが多かった。このアプリを使うことで、インドネシア語を話さな



事前に提供されていたシラバスである程度どの教科をとるかめどを立てて出発したものの、現地についていざ履修登録をするとなったときに、実際取れる教科との違いに驚かされた。というのも、事前に配布されたシラバスには履修条件のようなもので事前に基礎科目を履修していることを条件に履修が可能となるような記載がされていた科目があったが、いざ学務に問い合わせてみると、留学生相手にはその条件を緩和してくれる科目があった。逆にシラバスに乗っていたのに実際には先生がインドネシア語で開講しているものや、すでになくなっているものなどさまざまであった。私は前期 4 コマ、後期 4 コマのようにして履修を組んだ。しかし、後半のセメスターは、実家のある秋田県のネット環境の都合や、教授への履修方法のアドバイスをいただきたく送ったメールに対し返信が最後まで得られなかったなどで、最後まで授業を継続することができたのは 1 コマのみであった。特に面白かった授業としては、当初との予定のなかった Indonesian Values and Culture という授業である。この授業は留学生向けには勿論、入学したばかりのガジャマダ大学の生徒は必修として開講されているものであった。まず授業システムで印象に残ったことを先にふれておこうと思う。

留学前と比較して、自身の興味のある経済分野の知識が純粋に高まったように感じる。というのも、日本で学んだことを改めて英語で学ぶなどして、より知識を実用的なものとすることができたからだ。それほどに濃密な授業をガジャマダ大学において経験できたと思う。ほかには、自分から積極的に発言・行動をしていくことをガジャマダ大学の生徒に学ぶことができた。日本の授業よりも少人数で開講される授業スタイルであるので、当然学生一人一人の授業への貢献度合いは高く求められる。ましてや生徒たちは次世代の国を担うエリートたちであるのでそれぞれがその意識をもって授業を受けているように感じた。あとは多様性に対しての姿勢がインドネシアの生活を通じてかなり考えさせられたと思う。宗



い日本人でも定型文を送ることで運転手とコミュニケーションをとることができるので非常におすすめである。私のスケジュールは、授業がある日は大学にて 17 時くらいまで過ごし、その後はクラスの友達や向こうの友人たちと夕食を食べに行ったり、バドミントンサークルに参加していた。授業がない日は、ジョグジャカルタ市内の観光を行ったり、時には日本から遊びに来てくれた友人をアテンドして市内散策を行った。



UGM の授業は基本的に双方向型の授業である。教授からの知識の提供は前提として、生徒側からの質問なしには進行していかない。そのため、授業ごとに、生徒の自主性や発言が求められる。私が受講したすべての授業においてそれは当てはまっており、ある一つの授業では指定された教科書 1 冊分の内容は前提知識として毎週ディスカッションの時間が設けられているものがあったほどだ。授業内容についても触れたいと思う。私は日本での交換留学のために受けた面接でも答えたが、インドネシアのガジャマダ大学においても開発経済学を受講したく交換留学を志望したため、前期後期連続で開発経済学の授業を受講した。開発経済学とは、簡単に言うと、「発展途上国が経済的な発展を成し遂げて先進国の水準に追いつくまでに国内外で起こりうる諸問題を経済学的手段で予防・解決していくこうという研究分野」である。これを先進国である日本の千葉大学で学んだことから、次は発展途上国であるインドネシアの視点ではどのように解釈されて授業が提供・研究が進められているのかを知りたいと思ったのである。実際に受けてみての授業の質はすごく高かった。教授が現政権の経済会議にもよくよく出席されるような方であるらしく（現大統領ジョコ・ウィドドの出身大学であることからガジャマダ大学からは政権の有識者として多くの教授が政策に意見を述べる席が設けられている）、現在のインドネシア政府の出す政策などの観点からも授業が提供されており充実した内容であった。

教や民族の多様性が生活レベルで浸透しているインドネシアは、日本人の私が生活する中で驚きや発見を常に与えてくれる土地であったと思う。

今後就職活動を行う上で、インドネシアと日本のあいだにたって働くことのできる部署に配属されうる職を探すつもりである。この考えは留学を行うまで自分の中には存在しなかったため、この留学を通してよりインドネシアが好きになったことを実感できた。また、語学力（インドネシア語）はこれからもオンラインでの授業の継続などをして伸ばしていきキャリアにつなげていこうと思う。

欧米やヨーロッパの都会ではなく、インドネシアの片田舎での交換留学は、派遣前の想像をはるかに超える素晴らしい出会いと経験を私にくれました。留学生活を本気で考えるのならば、一度ガジャマダ大学について調べてみてください。

ガジャマダ大学はジャワ島の中央部に位置するジョグジャカルタ特別州に存在する国立大学で、国内ではインドネシア大学に次いで2位の国立大学である。海外からの留学生に向けて、各学部のほかにはインドネシア語を学ぶプログラム（通称:インクルス）も各セメスターごとに開校されている。各学部はそれぞれ窓口が存在し、大学へのアププライイから到着後の手続き、メッセージャーなどの各種対応、帰国時の手続きを対応してくれる。授業は主にインドネシア語で開講される通常のクラスと、留学生も参加できる国際クラスに分かれており、インドネシア語を使えるのであればどちらのクラスを選んで受講することもできる。

学生数約3万人、農学、林学、獣医学、医学、工学、教育などの16の学部を持つ総合大学。農業、林業分野ではアジアの中でも特にレベルが高い。首都クアラルンプールの郊外にあり、クアラルンプールの中心地へは車で40分程度の距離にあり、マレーシアの国立大学では最も留学生の受け入れ数が多い。そのため、留学生のサポート体制はかなり整っている。困ったことはインターナショナルオフィスの人に聞けば助けてくれることが多い。インターナショナルオフィスの現地学生やほかの留学生同士の交流会や留学生向けの国内ツアーなども主催している。また、留学生との交流を目的とした学生団体もある。



受講した科目は7つ。渡航前から大まかに決めていたが、最終的には私の Academic Advisor を兼ねる教授と相談して決定した。Forest Science では森林学の基礎とマレーシアの森林について学んだ。実習ではマレー半島中央部にある森林に2泊3日した。Introduction To Outdoor Recreation では自然を活用したレクリエーションについて、実際に演習林にある池で水になれたり、レクリエーションのイベントに参加したりして学んだ。Environmental Interpretation では自然の動植物の写真の撮り方や、ポスターなどを用いたその伝え方について学んだ。Nature Education では自然に関する教育がどのように行われているかについて学んだ。実習では演習林で子ども向けのイベントを企画し催した。途中からオンラインで受講した Environmental Education では、グループワークでマレーシアの自然公園などの現状について学んだ。これら森林学の授業に加え、留学生向けのマレーシア語の授業を2つ受講していた。

私は主に自然を生かしたレクリエーションについて学ぶことを目的としていた。森林学の内容は高校までの生物基礎や生物で扱うような内容と類似しているものもあり、事前にある程度その内容とそれについての英語表現を学んでいたためあまり苦痛には感じなかった。

留学を通して、多くのことに興味を持つことができるようになったと思う。変化を恐れず自ら積極的に行動する力も得られた気がする。グループワークなどによりコミュニケーション力や実践的な英語力も身についた。生活面に関しては、留学に行った行っていない以前の問題としてバンデミックのせいでかなり変わってしまった。留学が終わってからはマレーシアの周りの国に旅行に行こうと考えていたが、途中で帰国せざるを得なくなってしまったため達成できなかった。そのため、やりたいことで今できることはすぐに取り掛かるべきだという考えを持つようになった。あとはマレーシアの鶏肉がおいしすぎて日本のコンビニなどで売っている鶏肉が本当にまずく感じるようになった。辛い食べものが平気になり、むしろ好むようになった。



もともとは観光業に興味があったため、レクリエーションを学び就職活動にも活かせると考えていたが、今は観光業に就きたいとは思っていないため、留学先大学での学習は思うように活かすことができないかもしれない。ただ、留学で得られた英語力やコミュニケーション能力、行動力などはこれからの大学での学習および就職活動に役立てることができと思う。変化を恐れないでほしい。留学することは、住む場所を変え、日々の過ごし方を変え、付き合う人を変えることであり、自分自身を大きく変える。自分に変化を与えることで成長するきっかけになる。

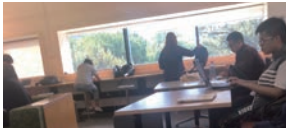


配車アプリを利用するのがメインで、クアラルンプールなどへは電車を使うこともあった。授業のある日は朝7時に起きてmamakでroti canai を食べてから授業に行き、終わったら夕方からは自宅か図書館で勉強していた。休日は同じゲストハウスに住む留学生と過ごすことが多かった。各国のご飯を作って簡単なパーティーをしたり、一緒にクアラルンプールなどへ遊びに行ったりした。

留学先大学への書類提出、ピザの手続き、保険の加入、ワクチンの接種など基本的な準備に加え、留学先大学で学ぶ学問分野とそれに関連した英語の復習、簡単な現地語の勉強など学問的な準備。そのほかの準備として、日本でのバイトをやめる手続き、医療機関での診察、現地生活のため必要なものの購入、携帯電話のsimフリー化など。インターナショナルオフィスが素晴らしい。初めての長期海外生活の不安に押しつぶされそうな中、住居探しからピザの申請、履修登録などの仕方などすべてを丁寧に教えてくれた。遊びに連れていってくれることもあった。スタッフの方皆に感謝したい。改善してほしい点は特に思いつかない。

ANUに留学する上で特に準備したのは、英語の勉強です。私勉強したTOEFL ibtでは80が必要なので、大体3〜4ヶ月程度は集中的に勉強しました。参考までに大学1年の夏に初めて受けたTOEFLの私の点数は56と悲惨でしたが、そこからなんとか点数を伸ばすことができましたので、英語で志望校を制限したりする必要はないかと思います。あとは奨学金なども、選択肢があるならば果敢にトライしたほうが後々の生活が楽になると思います！アカデミックな面で言えば、レベルが高く大変おすすめでできるいい大学だと思います。教授やチューターを優しく質問がしやすく、生徒のモチベーションも高いです。一方で、コミュニティ面で言えば、寮に偏りがあるなど友達作りがしやすいとはあまり言えないと思います。寮の比率やイベントなどの質がもう少し均等であったほうがよかったと思います。

まず、私は大学敷地内にある寮に1年間住んでいました。部屋は、1人部屋で広く快適に過ごせました。日本人の感覚だと寮と聞いて広い部屋を思い浮かべることは少ないと思いますが、体格が大きいオーストラリア人に合わせた作りで快適でした。寮選びは、留学を成功させる上で一番とっていいほど大切だと思います。これは私の例ですが、私の寮はオーストラリアの正規学生が約50%で中国人留学生が約30%を占めていました。そしてオーストラリア人学生



私は、アジア政治と中東政治を半々で専攻していました。具体的には、朝鮮半島の安全保障やミャンマーの政治・文化情勢などをアジア政治で、中東における政治経済などを中東政治のコースで受講しました。渡航前のシラバスから内容が大きく変わるということはありませんでしたが、授業の雰囲気であったり具体的な内容などはやはり現地で授業に参加して初めてわかることだと思います。ANUは、千葉大学と同様に学期はじめの1週間はコースを変えられるので候補を多く立てて受講を決めるのが良いと思います。大学がオーストラリアにあるという地理的な要因から、アジア関係の授業は充実していて面白く感じました。例えば、朝鮮半島情勢のコースでは韓国の留学生が多く生きた話を聞けたというのもANUならではの思ひます。ただその分、詳しい学生が多いので相対的に求められるレベルも高いです。課題なども多く、1つの授業につき800ワードのエッセイが2本、1300ワードが2本、2500ワードが1本といった具合です。授業は1学期につき4つ受講するので、全体でみると課題量は大変多いと思います。勉強面では、他の大学と比べても充実している面が多いので、専攻に合致するコースがもしANUにあるなら、行って後悔はないと思います。

ANUでは、学生は1学期4つのコースを1年で計8つのコースを受講します。専攻によって違いはありますが、1つのコースにつき大体週2時間がレクチャー（講義）で1時間がチュートリアル（ゼミ）となっています。なので、授業時間自体はあまり多くはありません。一方で、毎週の授業でリーディング・リストとして何本かの

多い課題をこなすうちに、ライティングやタスクワークは早くなります。また、人と喋ればしゃべるほど、スピーキングはできるようになります。そういった意味では、私は留学前と後で大分変化したと感じます。色々と変化しましたが、全体的に言えることとしては物事に向かう際の姿勢が変わったことです。以前は量が多かったり難しい物事に直面した時にその存在に圧倒されてストレスを抱えてしまっていました。しかし、留学後はまず大変だと感じるハードルが高くなりましたし、そうした物事に直面してもパニックにならず冷静にどうしたら終わらせられるのか論理的に判断することができるようになりました。留学は、いい意味でも悪い意味でも、自身の現状のMAXがどこにあるのか確かめられる機会だと思います。意外と自分に力がないと感じ、落ち込むことはよくあります。しかしそうして自分の立ち位置



を冷静に把握できていくうちに、より成長するための計画も立てられるようになっていくのだと考えています。そうした機会を、皆さんにもぜひ体験していただきたいと思います。

私は1年生の頃に、卒業後に海外の大学院に行きたいという思いを漠然と抱くようになりました。そのため交換留学は、海外のある程度知名度のある大学で勉強するというのがどういことを体験するチャンスだと思い志望しました。結果的に考えると私はこれから海外の大学院に進学しますし、交換留学での経験は大学院進学を大きく後押ししてくれたと思います。コロナで先が見通せない状況で、留学を目指すのは言葉に表せないほど大変だと思います。無責任にポジティブな言葉を述べるのは適切ではないと思いますが、こうした状況が変わりいつかまた留学ができるような環境に戻ることを切に願っています。また、異なる環境で自分自身を新たに発見するチャンスがあればぜひそれを楽しんでいただきたいなと思います。



論文を読んでくれることが求められます。一本につき約30〜40ページあり、大体3から4本が1つの授業における毎週のタスクになります。4つの授業を取るの、その数が膨大であることはお分かりいただけると思います。リーディング・リストの内容を理解していないと、授業がわからなかったり発言ができないので読まないという選択はありません。一方で、その量を毎週読み続けているとせっかく交換留学しているのに勉強以外何もしていないと後悔する可能性があります。なので、私のアドバイスとしては自分自身で量を調整することです。例えば、重要ではない論文に関してはIntroとConclusionだけ軽く読むなど工夫をするとなんとか立ち向かえるように思います。課題については、先ほども述べましたが、1000ワード以上のエッセイを複数回書くことになります。イメージとしては、毎週リーディング+何かしらのコースの課題を提出という具合です。最初はその大変さに圧倒され余裕をなくすと思います。しかし、不思議なことに数ヶ月も経つと最初は一週間もかかって書いていたエッセイが3日程度で描けるようになっていたり、自然とリーディングが早く終わるようになります。肝心なこととしては、留学の目的が何でそれを達成するためにどの程度勉強するのかということを明確にすることだと思います。交換留学生は、正規生と違って勉強だけに縛られる必要は決していないので、自分のペースを決めてそれを維持するように努力するのが良いでしょう。

オーストラリア国立大学（以下、ANU）は、首都のキャンベラにあり自然豊かで穏やかな印象です。QS世界大学ランキングなどでも上位に入るような大学ということもあり、勉強に関する設備やサポート、教職員も非常に充実しています。特に印象に残っているのは、授業が録画されているので、いつでも何回でも復習できるところです。何かができず困ったことはあまりありませんでした。留学生へのサポートとしては、学期はじめに交換留学生向けのイベントがいくつかあったり、正規の留学生も多いのいるなどの学生と交流できると思います。ただ寮については、場所によって交換留学生が固まっているのや嫌気を感じる必要があると感じます。

大学全体でキャンパスが複数あるようでしたが、私が通っていたグレイトンキャンパスはとて広く、いくつも大きな建物が集まっています。図書館も大きなものがいくつかあり、カフェなど内部の設備も整えられています。キャンパスの中心部には売店や食堂だけでなく美容室や薬局など様々な施設が集まっており、授業が行われる日中はいつも賑わっていました。キャンパス内には複数の学生寮があり、キャンパス内であれば暗い夜でも安心して出歩けるため、夜遅くまで図書館で勉強をすることも可能でした。大学では留学生と現地の学生とをそれぞれの興味分野などからマッチングさせて繋げてくれるなど、留学生の学生生活をより楽しくする取り組みもしていました。

M

学業面では、大学を休学や留年することなく卒業したかったので、長期間日本を空けていても単位が足りよう、渡航前になるべく授業を詰め込んで短期間で周りの人よりも多く単位を取るよう心がけていました。また、留学中でも必修科目を受けたり卒業研究を進めたりできるよう、あらかじめ学務係や担当の先生方に相談をしていました。生活面では、現地で滞在する学生寮の手続きを済ませていたかと思えます。授業システムのほとんどがデジタル化していたり、大学の学習環境が非常に整っていることが良い点だと感じます。学生をサポートしようという大学の姿勢がとてもよく表されていたと思います。一方で、現地で引き続き英語の学習をしたくても、友達づくりを目的としたようなクラスはたくさん開かれていても、ディスカッションの練習ができるようなクラスは開講されている時間がとても少なかった点が残念でした。

移動手段はバスや電車です、それらを乗り継いで食事等の買い出しや都心部に出かけていました。バスや電車に乗るときは共通のICカードを前もって購入し、それにチャージをしておかなければいけなかったため、渡航してからすぐにカードを買いに行きました。終電の時間が日本と比べてとても早いことから、都心部のような遠い場所に出かけた際にはなるべく早く帰宅しなければいけなかったり、終電が行ってしまった後はUber等を利用しなければいけませんでした。



前期と後期でそれぞれ3科目ずつ授業を受けました。前期はHuman Rights Theory I, Introduction to Society, Complexity of Crimeの3科目を受けました。Human Rights Theory Iはその名の通り人権論について現代社会の様々な人権問題を取り上げてそれについて多角的に議論するものでした。Introduction to SocietyとComplexity of Crimeはそれぞれ社会学と犯罪学の基礎的な知識を学ぶものでした。後期はCrime and Inequality, Cybercrime, Human Rights Theory IIの3科目を受けました。Crime and Inequalityは犯罪統計の中に見られる社会の差別や偏見について議論するものでした。Cybercrimeはその名の通りサイバークライムについて学ぶものでした。Human Rights Theory IIは前期のIの続き、という感じでした。

全ての授業に共通することで、一つの授業ごとに毎週1時間の講義と1時間の少人数ディスカッションがありました。講義の時間は固定されており、他の授業の講義とかぶってしまった場合には録画された映像を観て対応することができました。そのため、講義は自由出席でした。講義の後に参加するディスカッションはいくつもクラスが開講されていて、他の授業の講義やディスカッションの時間にかぶらないものを選択して受講しました。こちらは出席必須で、ある

計画を立てて実行するための計画力が大きく伸びたのではないかと思います。渡航前、渡航後、というよりは、派遣留学に行くことが決定した前と後とで既に大きく変化していたことかと私は思っています。現地に行った後ももちろん色々なことがありましたが、渡航前の準備の時時点で長期にわたって様々な計画を立てなければいけなかったため、渡航前、渡航後と合わせてその経験が自分に一番大きな変化をもたらしたかと思えます。渡航後もなかなか自分の思った通りにいかないことで計画を練り直す必要があることがあり、留学という長期間での活動を行っていく上で何よりもまずは計画力が重要なのだと感じました。留学に行く前は真っ先に計画力が思いつくことがなかったため、この気づきは自分にとって新鮮なものでした。



先に述べた計画力が、この留学で得られた強みの中で一番大きいものだと思うので、今度はそれをしっかりと生かして様々なことに取り組んでいけたらと感じています。もちろん留学経験によって計画力以外にもたくさんのことを得られましたが、何か他の人にも一番分かりやすい形で生かすことができるのがこの力だと思っています。仕事ではもちろんのことですが、日常生活の小さなことでも、しっかりと先のことを考えて行動するために必要不可欠なものだと思っています。新型コロナウイルスの流行によって、私が留学していた頃と比べると状況が全く異なるかもしれませんが、助けてくれる方はきっといるはずなので頼ることを忘れないようにしていただければと思います。



一定の時間数欠席してしまうと単位を落としてしまいます。どの授業も基本毎週大量の読み物の課題があり、中には、それに基づいた小テストが定期的に出される授業もありました。先に述べた講義動画もそうですが授業システムはデジタル化されたものが多く、読み物もPDFファイルが配布されてそれをパソコンで読む、という感じでした。課題は小テストの他にレポートがあり、全てMoodle上で提出するものでした。Moodle上ではなく実際に会場に行き受ける最終試験が課される授業もありますが、会場の決められた席について備え付けのパソコンを使って回答するものでした。最終試験に関しては決められた日時に会場に必ず行かなければならないものだったので、それまでに授業の内容を振り返り、体調管理もしっかして当日欠席しないようにしました。受講した科目の内容については、先にも述べた通り入門編のような内容であったためここで特筆することも無いと思うのですが、強いて言えばオーストラリア社会での話題が多く取り上げられていたため、渡航前に現地の社会問題について少しでもかじっておけば授業の内容がすんなり入ってくるのかなと思います。(ここまで私が所属していたArts、自分が受けていた授業の状況をもとに説明を書いてきましたが、学部ごとに授業形式が全く異なる場合もあるようだったので注意してください。)

3月の3週目から毎日トイレレットペーパーが在庫切れの日々が続き始め、ここから徐々に街が変わっていききました。飲食店娯楽施設が閉鎖され、外出が制限されるように。イースターで、4月に入る前からスーパーではウサギのチョコレートが売っていたり、Happy Easterの看板が飾ってあったり賑わっていましたが、コロナの関係で、スーパーだけでなく伝統市場も人数制限がされ始めました。4月15日には、この伝統市場で、マレーシアとシンガポールの女子留学生(メルボルン大学)が人種差別的な言葉を浴びせられたり暴力を受けたりしたという報道がありました。他にもシンガポールやベトナムの友達からいくつかの差別行為の話の話を聞きました。ウイルス対策をして買い物に行くことは出来ますが、暴力を振るわれる差別行為は対策が難しいため、それ以降ルームメイト(マレーシア出身)と話し合い、買い物であっても外に出ることは当面控えることにしました。週に1度の買い物がとても楽しんでいたのに残念でした。食品類、日常雑貨はネットショッピングを利用することに。送料は安くないけれど、安全の為にお金を使わなければならないことを学びました。また、初めてUber eatsを利用、パンとケーキを家に届けてくれて感動しました。

厳しいロックダウンのおかげで、オーストラリアでは5月になって徐々に規制が解除され始め、5月後半には週末に買い物に外に出かけることができ、良い気分転換となりました。けれどもほとんどは部屋にこもり、予習と課題に追われた月でした。部屋にこもることが多いと、自分の頭の中で考えることが全てとなり、メンタルヘルスに徐々に影響が出てくるのがわかりました。授業や課題のレポートは気候変動などの環境問題で、状況を知れば知るほど悲しい気が



Semester1が終わると同時に、メルボルンの街がロックダウン前のように戻っていききました。数か月間からの解放感が、最高でした。ほぼ毎日、オーストラリアで出会った多国籍な友達とカフェでランチをとり、庭園や海に行きました。それまでほとんどマーケットと家の行き来であったため、毎日新しい風景を見ながら歩くのはとても新鮮な気分です。何よりも、たくさん英語を話す毎日でした。それでもやはり大学はオンライン授業のまま。学生寮のイベントも全部中止で、友達の輪はなかなか広がりませんでした。しかし、その分毎日のように一緒に出掛けた友達とは心が近くなった気がします。

7月の頭、メルボルンのコロナ感染者数はまた増えてしまい、再びロックダウン。毎日のカフェ生活が終わってしまいました。しかし2度目のロックダウンは前回とは少し違いました。冬休みを経て、仲良くなったベトナム出身の友人と、毎日朝10時に家の下で待ち合わせをして、近所のメルボルン大学の敷地にある芝生でヨガ。カフェはテイクアウトのみの営業なので、飲み物を買って、友達と作った朝ごはんを公園で食べて運動。6月のように新しい経験ができる日々でありませんが、より深い話をすることができました。8月2日からビクトリア州ではマスク着用が義務化に。さらに私が住むメルボルン首都圏では、制限のステージ4が始まり、外出は20時から5時まで禁止、外出は自宅から半径5キロ以内、買い物は食料と必要な物資のみ、一日一回まで、運動は1日最大1時間、自宅から5キロ以内で行い、最大2人まで、飲食店は持ち帰りやデリバリーのみ営業可能など、さらに厳しくしました。勉強に集中できる良い機会でしたが、家の前のノイズや心の緊張が原因で、眠れない日が続きました。10月にはメルボルンの感染者数が0になり、新型コロナ第2波による100日以上ものロックダウンが10月28日に終わりました。ようやくレストランやカフェ、お店が開きだして街中の人が温かい雰囲気活気を取り戻して心身ともに緊張によるストレスが溶けていく気分でした。同じくRMIT大学に留学していた唯一の日本人の友達と

7月20日から、semester2がスタート。やはりオンライン授業で授業が始まるのは怖かった…。けれども後期の授業が始まってみると、学生とのディスカッションで毎回発言できるように！冬休みに毎日友達と話していたため、以前より英語が話せるようになったのかなと感じました。授業中に、個人チャットで「英語上手だね!」と、知らない学生から送られてきたことが、涙が出そうなくらいうれしかったです。どの授業も、私以外はオーストラリア出身の学生でしたが、その分「日本から来た学生」として、問題に対して異なる側面からみた私の発言に、他の学生は興味を持ってくれました。結局授業は皆勤。授業での発言回数も、レポートの質も、留学当初のことを考えると達成感がありました学期末の大きな



レポートが3つ、プレゼンテーションが1つ、就活のエントリーシート…と締め切りに追われたうえに、千葉大のメジャープロジェクトのミーティングもありハードな毎日でしたが、無事すべての課題も提出することが出来ました。勉強したいと思ってる留学か?学びへのモチベーションが無ければCovid-19のように外出、人との接触を制限される中で留学を続けることは厳しいなと感じました。ただ、日本を客観的に見られる良い機会です。コロナ禍だからこそ、日本を外から見た時にCovid-19に対する意識の違いや何を大切に、何に価値を感じて暮らしているのかを考えると気づけになりました。語学留学でなく交換留学で行くのならば、意欲的に勉強する姿勢で行く必要があると思いました。



初めて会って、いろいろな話をしました。違うところに住み、会うことは出来ませんでしたが、大きな支えだったと思います。なによりルームメイトと支えあって生活してきた10か月を振り返ると感慨深いです。留学開始直後、月曜日以外は毎日学校に通うスケジュール。授業は相互コミュニケーションをとるチュートリアル形式がほとんどで、とても緊張しました。学生は日本を除いた様々な国から来た留学生もいましたが、ほとんどがオーストラリア出身の学生でした。新型コロナウィルスの影響で、3月の4週目から金曜を除いて授業がオンライン。さらに5週目からはすべての授業がオンラインになりました。大学の授業が休み無く、かなりスムーズにオンラインに移行できた背景には、もともとCANVASという大学のアプリ(moodleのようなシステム)にCollaborate Ultra(zoomのような同時双方向に会話できるもの)であったり、Lectureを録画してアップロードする仕組みがあったためだと考えられます。4月は前半がイースター休暇。学校の課題やルームメイトとの会話で英語は使っていたましたが、授業が再び始まる学術的な会話が久しぶりで思うように伝えられなかったり、とても緊張して失敗続きでオンライン授業が終わった後に涙が出てくる日が多くありました。オンラインのライブ授業ではカメラがOFF、音声だけで話し合いや発表をしなくてはならないため、対面授業のように笑顔を見ることもアイコンタクトをとることもできません。また、音声にノイズが入っていたり多少ぶつぶつと音が途切れたりしても、周りの学生は皆ネイティブスピーカーである為理解できていましたが、私には難しい場面がありました。悩む日が多かったですが、授業の先生に相談したり、たくさんの人に応援してもらったりしたことが少し心を楽にしてくれました。千葉大学のCISG(留学生支援の団体)で知り合った人たちは毎日電話をして、発音の勉強やたわいのないおしゃべりが元気の源になりました。大学のイベントもいくつかオンラインで開催され、English Conversationというオンラインチャットに参加。この頃が壁を乗り越えている最中だったと感じます。

RMIT大学は留学生を念め学生のサポートがとても手厚く感じました。コロナ前は、月曜と水曜は朝ごはんの無料配布、ある日は授業後に大学の敷地内の芝生で、ビールや食べ物無料配布をしていました。しかしわずか3週間だけ、初のようなキャンパス生活は韓国国中で長りました。大学、学生、アパートには頻繁にCovid-19関連のメールが届いていた。健康な生活のために食べ物やスーパーの商品券、メンタルヘルスのガイドなど手厚くサポートしてくれました。感染症に関する情報収集は、そのほかオーストラリア政府、日本外務省、在メルボルン日本国総領事館からくるメールと、テレビ、友達からの連絡から得ていました。

大学は外見で言うとかなりヨーロッパチックな建物が多く、中には最新の理化学研究所のような施設もありました。ウチ側で言うには、カナダ人の思われたいばかりが、机の重さや本を張り付けて置くのが不衛生で理解できていないので、国つた際はなんでも間違ってよいとのこと何度か利用させていただきました。メールだと緊急度の高い事態の場合レスポンスが遅い可能性があるので、予めアポをとるなり直接聞きに行った方がいいと、清瀬君も言っていました。

ウチ側で言うには、留学生課やメールアドレスなどが常設されており、困った際はなんでも間違ってよいとのこと何度か利用させていただきました。メールだと緊急度の高い事態の場合レスポンスが遅い可能性があるので、予めアポをとるなり直接聞きに行った方がいいと、清瀬君も言っていました。

P

入学前の準備としては、学業面で対策のしようが無いというのが率直な感想です。単純な会話力、単語力を上げることは可能ですが、専門分野を学びに行くうえで相当な知識がないと英語理解力不足の補填にはならないと思います。生活面に関しては私はジムに留学直前3か月ほど通っていました。というのも欧米では男として体を鍛えるのは当然という認識があったので、実際鍛えていったことやそのような習慣があったことによって様々な人と話しやすかったことやジム友達なるものもかなり多くできました。

留先大学の良いところは何といってもも田舎にあるということで、学習するに最適な場所だったと言えます。ダウンタウンにいてもたいてい行くところもないし、授業に関してもわりと親身になってくださる教授が多かったです。一方で、保険や海外送金などの手続きに関しては問い合わせた直接聞きにいくとも一度や二度でいい答えが聞けなかったことから、もう少しある程度調べてプロセスをあらかじめ資料などにまとめておいてほしかったです。

住居選びに関しては主に3つ方法がありました。1つはホームステイという選択です。留学生特々にアジアからの留学生はホームステイを経験しているイメージがあります。2つ目はドミトリイ（寮）に住むことです。ドミトリイは自分のペースをとりやすく、さらに新しい友達を作るうえで個人的にはかなり良かったと思います。3つ目は各自で賃貸を契約することで。シェアハウスが基本なので、ルームメイトを探す必要があります。

食事に限ってはやはり欧米、偏った食事にしやすいのでアメリカ人としては喜ばない。その為お金はもったいなかったが、度々ドミニカのキッチンで日本食を創っていました。交通の便は正直に言ってしまうと、きえません。移動手段が徒歩、自転車、タクシーあるいは唯一の公共機関であるバスしか手段がなく、遠くへ行きたい際は大変でした。普段の生活必需品に関してはwalmart等大型スーパーがあった為ほとんど困ることはありませんでした。



私は全部で9つの授業をとりました。マーケティングの授業ではかなりインタラクティブな授業が多くある商品がどのようなニーズをターゲットとして売り出されたか等を学びました。起業ビジネスの授業では実際に起業に必要な素養や考え方がマネジメントの方法、小規模のビジネス提議を実際に行いました。前期の授業では一番内容が濃いのもだったと思います。コンピューターサイエンスの授業ではプログラミングを主体としたソフトウェア開発の方法を学びました。1よりも11の方がよりアウトプットが多クエンジニアとしての働き方をイメージできました。ミクロ経済学授業では基本的な高校の経済の授業の延長線でありフォークロスに内容でした。環境学の授業は2つとり、1つは基本的なグローバル視点やカナダ国内視点での環境分析を行いました。もう一方はこれはかなり難しく、環境マネジメントに特化しており、国家や自治体などのリスクや利益を考慮しながらディスカッションを数多くなしました。文化人類学の授業ではナダの先住民や他の種が持つ文化を詮索というよりも本質的に理解するためにどのような思考プロセスをたどればいいのかを研究しました。最後のジャーナリズムの授業ではメディアが伝えたい情報と視聴者側の真偽を判断するリテラシー能力を鍛えました。

ここで私が紹介したい単科目はEntrepreneur, Climate Policy Management, Computer Scienceの3つです。

1つ目のEntrepreneurは現状のマーケット分析に加え、実際新規事業を出すための具体的な行動プロセスや費用概算を提出する必要があります。

学習面に関してはものすごく大変だったというのが正直な感想です。そもそも英語力もまともではなかったこと、さらに膨大な課題の量と授業に集中しなければいけない時間の長さが精神的、身体的にもきつかったです。

しかしながらこのような大変な勉強をどのようにしてクリアしていくかについては、一日目として恵恵に知り組む大切く、二日目はあらかじめ何時何時までにどの程度完了しておくべきかなどの計画性が養われたと思います。学習面以外に関して、生活面ではかなり自分の時間が取りずらく、ストレスを抱えることが多かったことからストレス耐性や精神的なタフさが鍛えられたと実感しています。留学前にはかなり大げさ志向であり日本に関して当事者意識が低かったと思いますが、留学を機に改めて生きる環境を変えることによって日本について考える機会が増え、日本が好きだったということに気づかれました。



留学したこと自体が就職活動を含め今後に役に立つかどうかは正直いって断言できないと思いますが、留学先で、「どのような背景があり、課題を発見し

て、どのように取り組み、そしてその結果と今後の意識変化が起こったか」という一連の流れを明確にすることが留学経験を振り返るうえで重要になってきます。例えば英語力を伸ばすにしてもいろいろな方法があり、積極的に人々と交流しようとしたか、できなかったらなぜできなかったのかを追求しました。

不安や期待にあふれていてと思いますが、実際に留学を行って有意義なモノにするか否かは自分次第だと思います。まず絶対にかなえてやるぞっていう目標だったり目的を明確にして、それには何が必要なのか(勉強なのか、人との交流なのか)を理解して実際に取り組んでみてほしいと思います。

P

学生交流協定校一覧 (2021.2) 32 カ国 220 協定

北米地域 13 協定
中南米地域 11 協定
欧州地域 52 協定

アメリカ：7
メキシコ：9
イギリス：4
ドイツ：9
フィンランド：7
ハンガリー：1

カナダ：6
パナマ：2
フランス：8
イタリア：4
スウェーデン：1
チェコ：1

スイス：1
ギリシャ：1
スペイン：2
ロシア：11

ベルギー：1
ポルトガル：1

アジア地域 136 協定
中近東地域 3 協定
アフリカ地域 1 協定
オセアニア地域 4 協定

中国：45
タイ：17
ベトナム：6
トルコ：3
ケニア：1
オーストラリア：4

韓国：23
シンガポール：1
フィリピン：2

台湾：20
マレーシア：5
インド：2

インドネシア：14
カンボジア：1

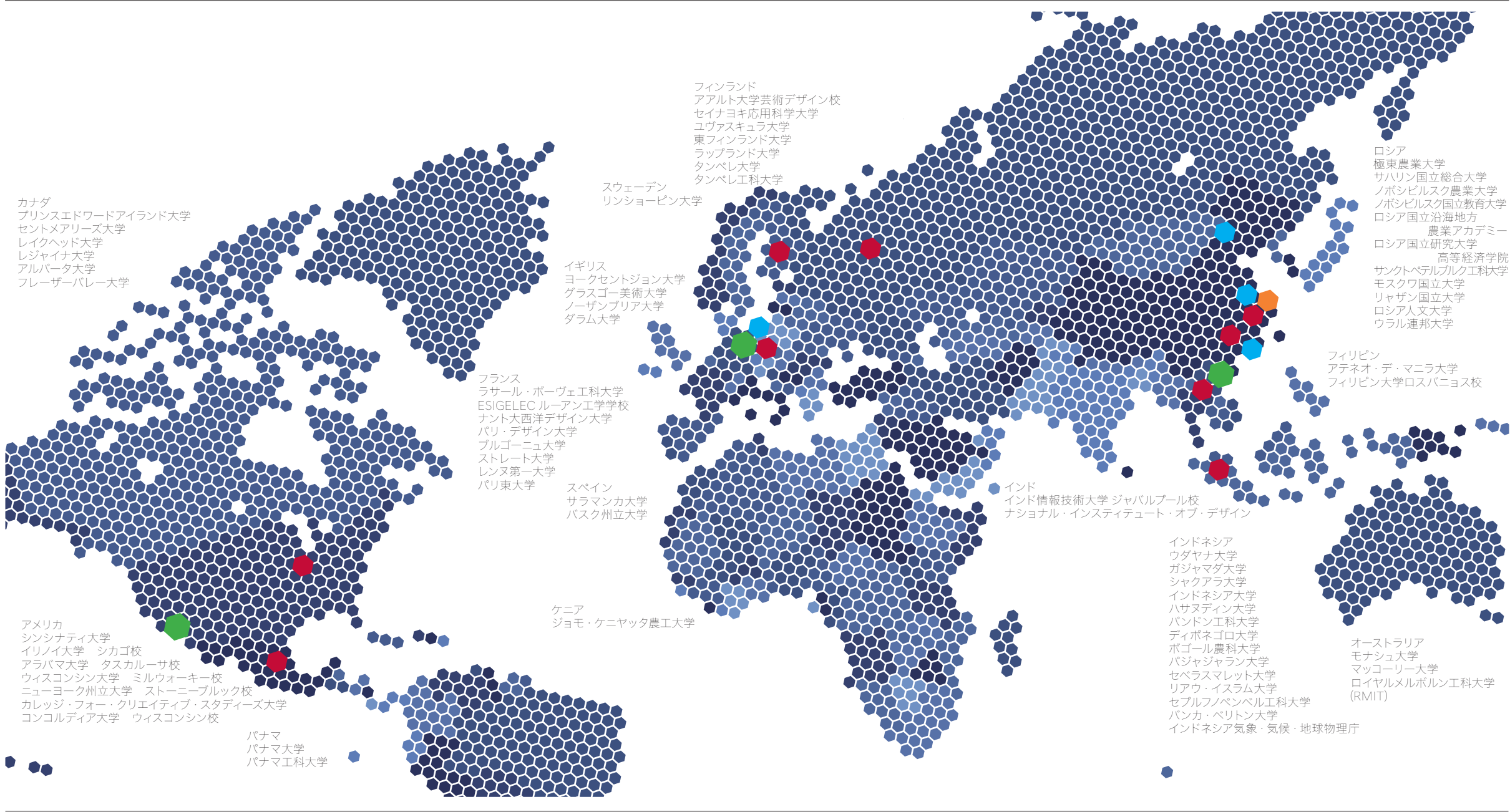
協定校
PARTNER
UNIVERSITY

海外キャンパス
バンコク キャンパス
ベルリンキャンパス
サンディエゴキャンパス

オフィス
北京オフィス
上海オフィス
ホーチミンオフィス
ベルリンオフィス

共同研究センター
上海交通大学

IEC オフィス
セイナヨキ応用科学大学
ロシア人文学大学
(日本センター)
シャリテベルリン医科大学
上海交通大学
浙江大学
マヒドン大学
インドネシア大学
シンシナティ 大学
モンテレイ 大学



メキシコ モンテレイ大学 グアダハラ大学 ヴェラクルス大学 パンアメリカン大学 モンテレイ工科大学 メリダマリスタ大学 イベロアメリカーナ大学 メトロポリタン自治大学 アグアスカリエンテス自治大学	スイス ベルン応用科学大学 ベルギー リエージュ大学 ハンガリー デブレツェン大学 チェコ オストラバ大学	イタリア ミラノ工科大学 (POLIMI) 工業デザイン大学ローマ校 (ISIA) IULM 大学 ウディネ大学 ギリシャ テッサロニキ・アリストテレス大学 ポルトガル IADE	ドイツ ライプツィヒ大学 ゲッティンゲン大学 ハイデルベルク大学 デュッセルドルフ大学 ドレスデン応用科学大学 ケルン応用科学大学 (KISD) ローゼンハイム応用科学大学 ベルリン自由大学 歴史・文化学部 アウクスブルグ専門大学	トルコ アクデニズ大学 イリディズ工科大学 イスタンブール工科大学	タイ マヒドン大学 カセサート大学 チェンマイ大学 サイアム大学 メージョー大学 ランシット大学 コンケン大学 泰日工業大学 アジア工科大学院 メーファールアン大学	チュラロンコーン大学 チュラボン大学院大学 プリンス・オブ・ソクラ大学 キングモンクット工科大学トンブリ校 ラジャマンガラ工科大学 タンヤブリ校 ナレスワン大学 ラチャモンコン工科大学イサーン校 サコンナコンキャンパス	カンボジア 王立ブノンペン大学 ベトナム ハノイ大学 ノンラム大学 ホンバン国際大学 インターナショナル大学 ホーチミン技術師範大学 ベトナム国家大学ハノイ校 人文社会科学大学
---	--	---	--	--	--	--	---

中国
浙江大学
清華大学
重慶大学
蘭州大学
江南大学
江蘇大学
上海大学
東華大学
貴州大学
湖南大学
湖北大学
烟台大学
中南大学
魯東大学
済南大学
復旦大学
鄭州大学
西華師範大学
北京理工大学
湖南師範大学
南京林業大学
安徽医科大学
上海交通大学
新疆師範大学
中央民族大学
中国農業大学
中国美術学院
南京農業大学
北京印刷学院
大連理工大学
華東理工大学
華南理工大学
浙江工商大学
浙江伝媒学院
広州美術学院
西北工業大学
北京郵電大学
北京林業大学
長春理工大学
西安交通大学
天津中医药大学
ハルビン工業大学
南京信息工程大学
電子科技大学
中国農業科学院
農業環境及び持続発展
展研究所

韓国
中央大学
仁川大学
国民大学
延世大学校 Mirae キャンパス
金剛大学校
亞洲大学校
釜慶大学校
明知大学
全北大学校
仁済大学校
慶熙大学校
江原大学校
成均館大学校
国立釜山大学
誠信女子大学
国立韓京大学
淑明女子大学
ソウル市立大学
ソウル国立大学
国立公州大学校
蔚山科学技術大学校
ソウル科学技術大学
朝鮮大学校

台湾
実践大学
中原大学
東海大学
大同大学
台北医学大学
国立成功大学
国立中山大学
高雄師範大学
国立政治大学
国立高雄大学
南台科技大学
国立陽明交通大学
文藻外語大学
国立中央大学
国立清華大学
国立台湾師範大学
国立台北教育大学
国立台湾芸術大学
亞洲大学
淡江大学

シンガポール
シンガポール工科大学
(SUTD)

マレーシア
マラヤ大学
サラワク大学
マルチメディア大学
テナガナショナル大学
プトラ・マレーシア大学

STUDY ABROAD REPORT 2019-2020

CHIBA UNIVERSITY

1-33, Yayoi-cho, Inage-ku, Chiba-shi, Chiba, 263-8522 JAPAN
www.chiba-u.ac.jp/e

© 2021 Chiba University. All Rights Reserved.