

派遣留学生帰国報告書

* 帰国後の情報を入力してください

| | |
|-----------------|-----------------|
| 記入日 | 2022/7/25 |
| 所属学部・ 研究科・学府 | 文学部 |
| 所属学科・専攻 | 人文学科・国際言語文化学コース |

1. 留学先について

| | | | | | | | | | | | | |
|----------|------------------------------|---|--------|-----------------------|--------------|-----------------------|-----------|--|------------|-----------------------|------|-----------------------|
| 留学先大学名 | サラマンカ大学 | | | | | | | | | | | |
| 留学先所属学部等 | 翻訳・文書管理学部 | | | | | | | | | | | |
| 留学期間 | 出発日 | 2021/9/2 | 入学日 | 2021/9/9 | 修了日 | 2022/6/17 | 帰国日 | 2022/6/28 | | | | |
| 住居 | 大学(紹介)の寮・アパート | <input type="radio"/> | 民間アパート | <input type="radio"/> | その他() | | | | | | | |
| | 通学時間 | 20分 | | | | | On campus | | | | | |
| | 通学方法 | 徒歩 | | | | | | | | | | |
| | 居室スペース | <input type="radio"/> | 個室 | () | 人部屋 | その他() | | | | | | |
| | 共有スペース | <input type="radio"/> | 完全個室 | <input type="radio"/> | キッチン | <input type="radio"/> | トイレ | <input type="radio"/> | バス | <input type="radio"/> | リビング | <input type="radio"/> |
| 食事 | 自炊 | 50% | 学食 | 0% | 外食 | 50% | その他() | | | | | |
| 保険 | 海外旅行保険(名称) | 千葉大学トータルサポートプログラム(ジェイアイ傷害火災保険) I(治療費無制限)プラン | | | | | | | | | | |
| | 留学先国・大学指定の保険(名称) | ERGO Seguros de Viaje | | | | | | <input checked="" type="checkbox"/> 加入必須 | | | | |
| | その他 | | | | | | | | | | | |
| 渡航ルート | ex.) 成田⇄シカゴ(飛行機)⇄ウィスコンシン(電車) | | | | | | | | | | | |
| | 羽田 | | ⇄ | | イスタンブール(飛行機) | | ⇄ | | マドリード(飛行機) | | | |
| | サラマンカ(バス) | | | | | | | | | | | |

2. 留学にかかった費用について

| | | | | | | | | | | | |
|------|-----------------------|-------|-------|-----------------------|-------|-------|-----|---|--|--|---|
| 総費用 | 130万 円 | | | | | | | | | | |
| 出どころ | | | | | | | | | | | |
| 自費 | <input type="radio"/> | 貯金 | 20万 円 | <input type="radio"/> | アルバイト | 円 | その他 | | | | 円 |
| 援助 | <input type="radio"/> | 親 | 20万 円 | <input type="radio"/> | 家族・親戚 | 10万 円 | その他 | | | | 円 |
| 奨学金 | <input type="radio"/> | JASSO | 80万 円 | その他名称() | | | | 円 | | | |
| その他 | その他() 円 | | | | | | | | | | |

2-1. お金の管理方法

| | | | | | |
|-----|-----------------------|------|-----------------------|---------|---------|
| 渡航時 | <input type="radio"/> | 現金 | 80,000 円 | その他 () | 円 |
| 留学中 | | 海外送金 | <input type="radio"/> | キャッシング | その他 () |

2-2. 各費用の支払い方法

| | |
|-----------|---------------|
| 大学に払った費用 | なし |
| 住居にかかった費用 | 貸主所定口座に毎月頭に振込 |
| その他 | |

2-3. 内訳

| 費目 | 外貨金額 | | 円貨金額 | |
|--------------|------|-------------|-----------------------|---|
| | 通貨単位 | | | |
| 渡航費(往復) | ユーロ | | 149,700 | 円 |
| 海外旅行保険 | ユーロ | (ERGO)93,50 | 12,600 | 円 |
| 危機管理サービス | ユーロ | | トータルサポートプログラム)163,270 | 円 |
| 査証・在留許可証 | ユーロ | | 0 | 円 |
| 住居 | ユーロ | 3,800 | 513,000 | 円 |
| 光熱費 | ユーロ | (家賃に光熱費込み) | | 円 |
| 食費 | ユーロ | 1,857 | 260,000 | 円 |
| 通学に要する交通費 | ユーロ | 0 | 0 | 円 |
| 教科書、教材費 | ユーロ | 175 | 25,000 | 円 |
| その他大学に支払った経費 | ユーロ | 0 | 0 | 円 |
| その他 (旅行) | | | 105,000 | 円 |
| その他 (衣服) | | 214 | 30,000 | 円 |
| その他 (通信費) | | 100 | 14,000 | 円 |
| その他 () | | | | 円 |

3. 学業面

| 履修科目名 | 種類 ^{ex.} 正規、聴講 | 単位数 | 単位互換認定申請の有無 | | |
|--|-------------------------|-----|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | | | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 1 Segunda Lengua Extranjera I: Inglés | 正規 | 6 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2 Segunda Lengua I: Inglés | 正規 | 6 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3 Gramática Para La Enseñanza Del Español I | 正規 | 3 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4 Traducción Directa I: Segunda Lengua Extranjera: Japonés | 正規 | 6 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5 Sociedades De Asia Oriental | 正規 | 3 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

3-1. 授業科目の選択、登録方法

履修登録は学部のSecretaría(学務室のようなところ)で直接職員に申請する。履修登録期間は2~3週間程度あったので、事前にシラバスを確認して興味関心のある授業に参加してみると良い。各授業の最初に授業内容や成績についての説明があるので、初回の授業は参加することをお勧めする。履修登録は前期・後期を分けて申請することができる。前期のうちに後期の授業も履修登録をして、後から変更したい場合は、後期の履修登録期間中に変更の申請も可能。翻訳学部には在籍する場合は、学部内で留学生でも受講できるレベルの授業が少ないため、他の学部の授業も履修することを勧める。その場合、全授業の50%を翻訳学部の授業が占める必要がある。

3-2. 授業内容、方法に関して

翻訳学部の授業は少人数で、学生が授業中に意見を述べたり、発表をするというような学生主体の授業が多い。一方、文献学部の授業(特に大学一年生向けに開講されている基礎レベルの授業)は受講者が多い。新型コロナウイルス感染対策でアクリルパーテーションが各机に設置されており、教授の声が聞こえにくいなどという問題があった。受講者の多い授業は授業開始時間よりも少し前に教室に行き、前方の座席を確保すると良い。グループワークが多く、スペイン人の学生とペアになってプレゼンテーションや課題に取り組むという機会が多かった。コロナ禍であったため、現地の人に快く受け入れてもらえるか不安ではあったが、翻訳学部や文献学部の現地学生は語学を勉強しているということもありとても留学生に親切で、困っていたら助けてくれる。まずは積極的に話しかけてみるのが大切だと感じる。

3-3. 語学力について

留学前は大学で一通り文法を習い、SNSなどを利用してスペイン人との交流を図っていたため簡単な会話はできると思っていたが、実際に現地で生活を始めてみると、スーパーに行くことすら緊張した。3ヶ月が経った頃でスペイン語力に自信がつき始め、スペイン語での会話に抵抗がなくなっていた。半年経つと大学の授業の内容がずらすら入ってくるようになり、予習復習の時間も減った。通年留学の場合、A2~B1レベルで留学を開始し、帰国する頃にはB2レベルを取得する学生が多いと感じる。途中語学力が思うように向上せず不安になる時期が何度かあった。

3-4. 図書館など学内施設について

各学部に1つ図書館があり、誰でも自由に利用することができる。学生証があれば本の貸し出しも可能。テスト期間中は24時間利用できる学部共通の図書館があり、かなりの数の学生がテスト勉強に勤しんでいた。日本の大学のようなキャンパスは存在せず、街の中に学部の建物が点在している。サラマンカ大学の学生用の無料のジムもあるが、ほとんどの学生はお金を払って会員制のジムに通っていた。

3-5. その他

4. 生活面

4-1. 住居について

現地の大学一年生は寮だが、それ以外のほとんどの学生がピソと呼ばれるマンションのようなものを借りて、学生数名で同居している。私は一人暮らし、ホームステイ、留学生とのシェアハウスを経験した。出費を抑えるならシェアハウスが一番お勧めだが、共同生活はストレスを感じやすい。トラブルが起きないように事前にルールをきちんと決めておくが良い。(何曜日に誰が洗濯・掃除をするなど)。キャンパスから徒歩20分圏内に住むのが良い。

4-2. 食生活について

現地の生活に慣れ、友人が増えてくると外出する機会も増えて外食が多くなる。スペインは外食が高いので、節約したい場合は自炊をした方が良い。果物や野菜は量り売りで、日本で買うよりも安い。自炊する場合は、週末に作り置きをしておくとう業や課題で時間がない時でもすぐに食べられて便利。留学後半は基本的に日本食を食べていた。家の近所にアジアスーパーがあり、出汁やうどん、カレールーなどが調達できた。

4-3. インターネット環境、携帯電話について

留学前に日本で使用していた携帯電話のSIMロックを解除し、現地についてから10GBのSIMカードを購入した。契約時は20€(3000円弱)を払い、その後は4週間ごとにチャージをする。SMSの利用や国内電話も既定の時間内であれば利用できる。ピソには備え付けのWi-Fiがあり、それを利用できた。シェアハウスの場合、同居人でWi-Fiのお金を出し合うことが多い。また、部屋によって接続しづらい場所があるため、事前に接続状況をよく確認することが大切。

4-4. 服装について

日本からはシンプルな服装だけを持っていった。現地の学生は露出の多い洋服を着ている人が多かったように感じる。スペインにはZARAやBershkaなどがあり、比較的安く若者向けの洋服が購入できるので無理に日本から洋服を持っていく必要はない。ヒートテックは日本から持参すると良い。

4-5. 健康管理について

留学中に二、三度体調を崩した。寒暖差の激しい地域で、ヒーターの使用時間が限られていたため、体調を崩しやすかったのだと思う。スペインでは薬局で薬剤師の方に症状を相談すればすぐに薬を処方してもらえる。日曜日は営業している薬局が少ないので注意。新型コロナウイルスの検査キットは薬局で数百円で購入できるので、症状の疑いがある場合はすぐに検査をし、安静に過ごす。帰国前の6月はスペインに熱波が到来しても暑かった。私の留学先であるサラマンカは住居にエアコンが備わっているところがほとんどなかったため、夏バテの予防が必要。水分はこまめに摂ること。

4-6. 保険、危機管理サービスの利用について

サラマンカ大学で加入必須になっていた保険サービスを体調を崩した時などに利用した。利用方法は事前に電話で予約を取ると指定された病院で診察を受けることができる。基本的に風邪などの軽症の場合は当日予約が取れないので、医療機関を受診せず薬局で薬を購入するのが一番早い。症状によっては当日救急病院を利用することもできる。電話で予約をした場合、受診を承認するPDFがメールで送られてくるので、それを受付に見せれば無料で医療機関の受診が可能。医者から処方箋を受け取り、薬局で薬を購入する場合は指定のメールアドレスに書類を送ることで、後から薬の代金が返金されるが、手続きが面倒なので私は薬代の請求は利用しなかった。

4-7. 課外活動について

サラマンカには日西文化センターがあり、日本語を学ぶスペイン人が多くいる。事前にwebサイトでボランティア登録を行うと、何か日本に関するイベントがあると、ボランティア活動への参加を頼まれることがあった。将来日本語教師を目指す人や日本語教育に関心がある方はぜひ参加してほしい。(基本的に日本語を使用する。)
また、仲の良い友人がサラマンカ大学のラジオ委員会に所属しており、一度番組への出演を依頼された。

4-8. 学外のコミュニティとの交流について

サラマンカは学生の街なので、学生以外と知り合う機会がほとんどなかったが、毎週木曜日の夜にカフェテリアで日本語の交流会があり、日本語を学習しているスペイン人と知り合うことができた。サラマンカ大学の学生だけでなく、日西文化センターで日本語を勉強しているスペイン人とも交流を図ることができる。また前述したボランティア活動で、日本人とスペイン人のハーフの子どもたちとアクティビティをする機会があった。

4-9. 日本から持参してよかったもの

・変換プラグ(多めに)

日本から持参した電子機器を充電する際に必要。壊れた時にスペインで入手するのは困難なので、最低でも3つは持っていくことを勧める。

・電子辞書(日西辞典・西日辞典を事前にダウンロード)

スマートフォンのアプリを利用している留学生もいたが、テスト中はスマートフォンを利用することができない(翻訳の授業ではインターネットの利用が許可されていた)。電子辞書は許可されていたので、事前にスペイン語辞書のカセットを購入しダウンロードするか、インターネットからデータを購入し電子辞書にインストールして持参することを勧める。

・ペットボトル加湿器

スペインは乾燥すると聞いていたので、ペットボトルに差し込んで使用できる、コンパクトなペットボトル加湿器を持参した。加湿器をつけ忘れて寝てしまい、乾燥で喉が痛くなってしまった日もあったので、持参してよかった。

・パックご飯

基本的にスペインではお米を炊飯器で炊くという習慣がなく、鍋で炊飯するのがとても面倒だった(特に鍋底についたお米の掃除)。サトウのごはんなどのパックごはんを常備しておくとても便利。

・コンパクト扇風機

地域にもよるがピソには冷房がついていないため、手持ちの扇風機や扇子がないと夏場はかなり辛い。

・洗顔料・クレンジングオイル

スペインでは拭き取り化粧水で化粧を落とすのが普通で、洗顔料で顔を洗う習慣はない。日本人の友人が洗顔料が無くて困っていた。私は日本から詰め替え用の洗顔料をいくつか持っていき、常にそれを使っていた。

・タオル、ハンカチ・ポケットティッシュ

スペインのタオルはゴワゴワしているものが多いので、肌が弱い人は特に日本から持参することを勧める。スペインのティッシュはテーブルナプキンのような素材で鼻を噛むのには適していない。

4-10. 日本から持参したが不要だったもの

・調味料

サラマンカにはアジアスーパーがあるので、出汁や醤油、味噌など基本的な調味料は手に入る(日本で買うよりは高い)。

・読書本や参考書

留学中に読もうと思っていた読書本や単語帳などの参考書は重量があるのでお預け荷物で制限されている重量までかなり余裕がある場合を除いて、持参しない方が良い。現地でも教科書やスペイン語の参考書を購入することになるため、帰国の際に重量超過になる恐れがある。

4-11. 現地での対人関係について気づいたこと(習慣の違い、マナーなど)

友人と遊んでいるときは携帯を見ないことがマナー。緊急の連絡などで電話やメッセージを返す必要がある場合は、一言断ってから携帯を触るようにする。

スペイン人は直前まで予定を明確に立てないことが多い。会う約束をしても当日になって集合場所や時間を言われることが多かった。

日本では本音と建前という文化があるが、スペイン人は一般的にはっきりと意見を主張する人が多い。

4-12. 余暇の過ごし方

旅行

クリスマス休暇や4月のセマナサンタ(聖週間)は基本的にスペイン人学生は家族と過ごすために帰省する。その時期に合わせて国内旅行をした。スペイン国内であればバスで移動できる。クリスマスは南部のアンダルシア地方に日本人の友人と旅行した。マラガのクリスマスイルミネーションがとても印象的だった。セマナサンタはガリシアというスペインの北部に住むスペイン人の友人の家を訪ねた。ガリシアまではバスで行く方法もあったが、飛行機を利用した。

日本へ帰国直前にイギリスにも訪れた。国やスペインの州によってもコロナウイルスへの対応が異なるので、事前によく確認することが肝要。(例: レストランなどにおけるワクチン接種証明書の提示義務など)。ヨーロッパの格安航空は遅延が多いので、余裕を持って旅程を立てることを勧める。

・アンダルシア地方-グラナダ、マラガ、セビージャ(観光)2021年12月(4日間)、約4万5千円

・ガリシア地方-ア・コルーニャ、サンティアゴ・デ・コンポステーラ(観光)2021年4月(3日間)、約3万円

→年明けから旅行に対する措置が変わり、国内旅行の際も指導教員の許可が必要であった。事前に指導教員の先生に旅行の許可をいただき、旅行の10日ほど前にGoogleチャットで「旅行届」を提出した。

・イギリス(ケンブリッジ大学への研究旅行)

→当初は計画していなかった旅行であったため、大学から旅行の許可が必要だった。

【期間】2022年6月13日～2022年6月15日(2泊3日)

【費用】約185ポンド(日本円で約3万円)※友人の寮に宿泊したため、交通費や食事、お土産代のみ

【千葉大学からの旅行許可を得るまでの流れ】

事前に指導教員の先生に旅行の計画、目的と必要性について相談し、旅行の許可を得た。

旅行開始の10日ほど前にGoogleチャットで「旅行届」を提出した。

コロナ禍での国外への旅行のため、別途所属学部からも旅行許可が必要だった。許可を得るための資料集めに2日間要した。(現地でコロナウイルスに感染した際の対応を調べる作業など)

書類提出後3日後に所属学部からも旅行許可を頂くことができた。

※旅行計画は早めに立て、すぐに指導教員の先生や所属学部申請したり、留学生課の方に相談したりすること。

その他 * 気分転換やストレス発散法など。

散歩(街並みを楽しみながら友人と一緒に散歩をするととても良い気分転換になる。)

ジムに通う(月々平均4000円前後で利用できる)

友人とタパス(おつまみのような小皿料理)を食べに行く。

5. その他

5-1. 留学先大学について

留学生が多い。日本から来た留学生も20名以上いた。また、日本語を学んでいるスペイン人学生も多かった。サラマンカ市内にキャンパスが集まっているので、色々な学問分野の学生と交友を持つことができる。

5-2. 留学希望者へのアドバイス

サラマンカ大学は留学生を数多く受け入れている大学なので、留学生への支援が手厚いと感じました。そのため、初めて留学を考えている学生でも、安心して生活できると思います。

サラマンカは毎日新しい出会いに溢れています。留学が始まって最初の数週間は新しい環境に戸惑うこともあるかもしれませんが、スペイン人との交流を通して、スペインの文化、国民性を肌で感じてきてください！日本に興味を持っているスペイン人は想像以上に多くいるため(特にアニメや日本の歴史に関心がある学生が多い印象)、怖がらず積極的に話しかけると良いと思います。10ヶ月は長いようであっという間なので、やり残したことがないよう思う存分楽しんでください！

5-3. 留学を終えて

サラマンカ大学への留学で、語学力以上に人間性の部分で大きく成長できたと感じています。元々実家暮らしで親元を離れて生活をしたことがなかった私が、今まで多くの人に頼って生きてきてしまっていたせいか、自立できていない自分に気がつくことができました。日本社会の影響もあると思いますが、すぐに周りの目を気にして、自分は どうしたいかではなく、人にどう思われるかを最優先で行動していました。しかしスペイン人の友人に何か相談するたびに、明確な答えが返ってくる代わりに、「あなたは どうしたいの？ あなたは どう思うの？」と耳にタコができるほど言われました。これはスペイン文化の中でも特に好きなところなのですが、彼らは自分が着たい服を着て、男性でも女性でも自分の好きな髪型で、好きなように生きています。一人一人がそれぞれの人生の主人公で、自分のしたいと思うことをやり、その時その時をとて楽しんでるように見えました。そんな姿に影響を受けて、私も少しずつ自分に向き合うことができ、誰かのためではなく自分が今何をしたいのかを大切にできるようになっていきました。また、物事を深刻に捉えすぎる癖も改善しました。

私の現在の目標はスペインに戻り、大学院でスペイン語の文法を研究することです。スペイン語文法は留学以前から触れてはいたものの、研究したいと思うほど関心があったわけではありませんでした。しかし、スペイン語文法の授業に参加してアクティビティを行ったり、スペイン語学習者として疑問に思ったことをスペイン人に質問したり、アンケート調査を行う中で、スペイン語文法の奥深さに気がつき、もっと時間をかけてスペイン語文法を研究したいと感じるようになりました。大学院進学後は、まだ何をするかわかりませんが、今やりたいと感じていることを大切にしたいと思っています。現在は、スペインの大学院進学のために必要な資格試験に向けて勉強中です。

留学が始まってすぐはホームシックになり、早く日本に帰りたいと思っていた私ですが、帰国直前には日本に帰りたくないと思っていました。スペインで出会った人々、過ごした時間、全てかけがえのない人生の財産です。このような機会をくださり、最後までサポートをくださった方々には心より感謝申し上げます。