

# 派遣留学生帰国報告書

\* 帰国(復学)後の情報を入力してください

記入日	2020/11/28
所属学部・ 研究科・学府	文学部人文学科
所属学科・専攻	国際言語文化学コース

## 1. 留学先について

留学先大学名	国立研究大学高等経済学院								
留学先所属学部等	Faculty of World Economy and International Affairs								
留学期間	出発日	2019/8/26	入学日	2019/9/1	修了日	2020/3/31	帰国日	2020/3/25	
住居	<input checked="" type="checkbox"/> 大学(紹介)の寮・アパート	<input type="checkbox"/> 民間アパート	その他( )						
	通学時間	1時間					On campus		
	通学方法	電車、バス、徒歩							
	居室スペース	個室	<input checked="" type="checkbox"/>	( 3 )	人部屋	その他( )			
	共有スペース	完全個室	<input checked="" type="checkbox"/>	キッチン	<input checked="" type="checkbox"/>	トイレ	<input checked="" type="checkbox"/>	バス	リビング
食事	自炊	70 %	学食	15 %	外食	15 %	その他	( ) %	
保険	海外旅行保険(名称)	tabihoたびほ							
	派遣先大学指定の保険(名称)							<input type="checkbox"/> 強制加入	
	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)								
	成田 ⇄		ドモジエドボ(飛行機)			⇄ BDHX(電車)			

## 2. 留学にかかった費用について

総費用	700,000 円							
出どころ								
自費	<input checked="" type="checkbox"/>	貯金	100,000 円	<input checked="" type="checkbox"/>	アルバイト	150,000 円	その他	円
援助	<input checked="" type="checkbox"/>	両親	250,000 円	<input type="checkbox"/>	家族・親戚	円	その他	円
奨学金	<input type="checkbox"/>	JASSO	円	<input type="checkbox"/>	その他名称( )			円
その他	<input checked="" type="checkbox"/>	千葉大学助成金	200,000 円	<input type="checkbox"/>	その他( )			円

## 2-1. 財政管理の方法

渡航時	✓	現金	50,000 円	その他 ( )	円
留学中	✓	海外送金	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	
住居にかかった費用	現金
その他	交通費はカードに現金かクレジットカードでチャージ

## 2-3. 内訳

費目	外貨金額		円貨金額	
	通貨単位			
渡航費(往復)			120,000	円
海外旅行保険			100,000	円
OSSMA			20,000	円
査証・在留許可証			0	円
住居			30,000	円
食費			100,000	円
通学に要する交通費			30,000	円
教科書、教材費			0	円
その他大学に支払った経費			0	円
光熱費			0	円
その他 ( 旅費 )			200,000	円
その他 ( 衣類 )			50,000	円
その他 ( 芸術鑑賞 )			50,000	円
その他 ( )				円

## 3. 学業面

履修科目名	種類 <sup>ex.正規、聴講</sup>	単位数	単位互換認定申請の有無		
			有	無	無
1 Introduction to Alternative Media	正規	3	✓	有	無
2 Russian as a Foreign Language. Level 4. Intermediate-Low	正規	6	✓	有	無
3 Russian as a Foreign Language. Level 4. Intermediate-High	正規	6	✓	有	無
4 The Korean Economic Development	正規	4	✓	有	無
5				有	無
6				有	無
7				有	無
8				有	無
9				有	無
10				有	無

## 3-1. 授業科目の選択、登録方法

登録ページにて、学期開始日から約2週間以内に登録。現地学生とは別に、留学生の定員があるが、埋まっても指導教員に申し出れば受講可能。

## 3-2. 授業内容、方法に関して

授業は英語。ロシア語を学ぶ授業は、担当教員によってはロシア語。課題は授業によっては多い。講義形式。

## 3-3. 語学力について

意思疎通ができる英語の学力があれば問題ない。ロシア語は生活ができるレベルは必要だと考える。

## 3-4. 図書館など学内施設について

開館時間が長く、テスト勉強等で利用がしやすい。設備も新しく綺麗。留学生でも本を借りることができる。

## 3-5. その他

## 4. 生活面

## 4-1. 住居について

各階に、キッチン、トイレ、バス、洗濯機、ウォーターサーバーあり。3人部屋では専用のトイレとバスがある。各部屋に冷蔵庫あり。ルームメイトは文化圏が同じ生徒で決まることが多いが、そうではなかった場合はトラブルが発生することが多いようだった。

## 4-2. 食生活について

近くのスーパーで食材を購入し、寮のキッチンで自炊をしていた。パスタとお米を主食に、朝ごはんにはパンやヨーグルトを食べていた。

## 4-3. インターネット環境、携帯電話について

現地のSIMカードを利用していた。途中でiPhoneを破損して、家電量販店でスマートフォンを購入した。空港でのSIMカード購入は100パーセント高く売られるので、街中に出てから購入すべき。

## 4-4. 服装について

暖かすぎるインナーは、屋内が常に25度以上あることもありお勧めしない。帽子・マフラー・手袋は必須。冬は冬用のブーツを現地購入し、履いていた。

## 4-5. 健康管理について

冬は常に温かいを飲んでいて、室内は乾燥しているので、寝室は洗濯物を干すようにしていた。また、蜂蜜を紅茶に入れて飲むようにしていた。

## 4-6. 保険、OSSMAの利用について

## 4-7. 課外活動について

## 4-8. 学外のコミュニティとの交流について

日本語を勉強したい人々との交流会に参加した。KPOPのダンス教室に参加した。

## 4-9. 日本から持参してよかったもの

味噌汁。出汁。靴下。防寒インナー。体温計。風邪薬。マスク。イヤフォン。スピーカー。

## 4-10. 日本から持参したが不要だったもの

文房具のストック。ノート。

## 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)

他人に対して笑顔を見せない文化があること。散歩が好きなこと。ロシア語を話せることが、現地の人と近くなれるポイントであること。

## 4-12. 余暇の過ごし方

## 旅行

【イタリア・ミラノ、トリノ(観光)】2019年12月(5日間)、約5万円  
 【チェコ・プラハ、オーストリア・ウィーン、スロバキア・ブラチスラバ、ハンガリー・ブダペスト(観光)】2019年12月(8日間)、約10万円  
 【イギリス・ロンドン(観光)】2020年3月(7日間)、約5万

その他 \*気分転換やストレス発散法など。

散歩をするようにしていた。日本食を作って食べることで気分転換になった。芸術鑑賞(バレエや観劇)によく出かけて、気分転換をしていた。

## 5. その他

## 5-1. 留学先大学について

ヨーロッパからの留学生が多く、大学の英語のレベルも高いので、ロシア語ができなくても問題はないと思う。

## 5-2. 留学希望者へのアドバイス

ロシア語ができなくても、授業は問題ないが、生活をするうえでロシア語ができないと観光客と同じになってしまう。そのため、生活をするうえでロシア語を使うように意識をして、ロシア人に対してはロシア語で話すようにした方が実りあるものになると思う。

## 5-3. 留学を終えて

留学をすることを目標にせず、留学後にどう生かしていくかを考えるべきだと思った。今後は教員になり、海外経験を伝え、海外に飛び込むことの楽しさを伝えていきたい。自信がついたのは、ロシアで現地の人々に混じって生活を送ることができたことだ。