海外派遣留学プログラム「帰国報告書」

記入日	2025/8/26
所属学部・研究科・学府	国際教養学部
所属学科・専攻	国際教養学科・現代日本学メジャー
留学時の学年	学部3～4年

1. 留学先について

留学先大学名	中央大学校										
留学先所属学部等	社会科学部・メディアコミュニケーション学科										
留学期間	出発日	2025/2/25	入学日	2025/3/4	修了日	2025/6/23	帰国日	2025/7/26			
住居	☒ ☐ 大学(紹介)の寮・アパート			民間アパート			その他 ()				
	住居の決め方	留学先大学に申請し、入寮を決めました									
	通学時間								☒ ☐ On campus		
	通学方法	徒歩									
	居室スペース √を入れてください	個室	(2) 人部屋		その他 ()						
共有スペース √を入れてください	完全個室	キッチン	トイレ	バス	リビング	☒ ☐ その他(ソング、※)					
食事	自炊	0 %	学食	60 %	外食	40 %	その他 % ()				
保険	海外旅行保険 (名称・加入プラン名)	海外旅行保険Hプラン									
	留学先国・大学指定保険 (名称・加入内容)								加入必須		
	その他加入保険										
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 ⇄ 仁川(飛行機) ⇄											

2. 留学資金の内訳

自費	貯金	円	アルバイト	円	その他	円
援助	親	43万 円	家族・親戚	20万 円	その他	円
奨学金	JASSO	円	その他名称 ()			円
その他	()					円

3. 留学にかかった費用

総費用	約	63万	円
-----	---	-----	---

3-1. 留学にかかった費用：内訳

費目	外貨金額		円貨金額	
	通貨単位			
渡航費(往復)			65,000	円
JTBトータルサポートプログラム (海外旅行保険・危機管理サービス)			88,240	円
その他の保険料				円
査証・在留許可証			12,000	円
住居	KRW	1,708,000	181,343	円
光熱費				円
通信費 (Wi-Fi、SIMカードなど)				円
食費			250,000	円
通学に要する交通費				円
教科書、教材費				円
その他大学に支払った経費				円
その他 (旅行)			27,000	円
その他 ()				円
その他 ()				円

3-2. 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	寮費：現金
その他	食費・日用品：クレジットカードか現金

3-3. お金の管理方法

渡航時	現金	100,000 円	その他 () 円
留学中	海外送金	キャッシング	☒ その他 (大学内のATMでKRW引き出し)
現地での口座開設	開設した	用意した書類や気を付けること等 ()	☒ 開設しなかった

4. 学業面

4-1. 履修科目一覧

履修科目名	種類 ex.正規/聴講	単位数	単位互換		
			有		無
1 Contemporary Korean Popular Culture (English A)☒		3	☒		無
2 Basic Korean(2) (English A)☒		3	☒		無
3 Understanding Media Contents (English A)☒		3	☒		無
4				有	無
5				有	無

4-2. 授業科目の選択, 登録方法

学期開始1ヶ月前に先着順での履修登録。留学生用には事前に情報が公開され、抽選期間も一般学生よりも早く設けられた。

4-3. 授業内容, 方法に関して

授業で使われていた言語は英語。授業はスライドを用いての説明、グループディスカッション、グループワーク。

4-4. 語学力について

履修していた授業は全て英語であり、授業内でクラスメートと英語を使って話す機会もあり、英語力は向上した感覚がある。韓国語は授業を一つ取っていて、買い物の際やレストランでの基本的な会話はできるようになった。

4-5. 図書館など学内施設について

図書館はアプリでの予約が必要で、テスト期間になると多くの学生が利用するため早めに予約する必要がある。図書館には様々な種類の椅子や机があり、自分の好みに合わせて学習環境を選べる。図書館には屋上があり、天気がいい時はリフレッシュすることができる。

4-5. 交換留学期間中の千葉大学での学修について

オンデマンド授業を一つとメジャープロジェクトを履修した。

5. 生活面

5-1. 住居について

2人部屋で、部屋にはベッド、机、シャワー、トイレ、洗面台、洋服タンスがある。入寮日前に掃除がされていなかったのか、至る所にカビが発生していて掃除する必要があった。仕切りとかは特にないため完全プライベートな空間はなかった。各階に共有スペースがあり、そこに電子レンジ、冷蔵庫、ウォーターサーバーが設置されていた。2階にはトレーニングジムがあり、ルームカードを持っていると誰でも使うことができた。また、2階には学習スペースやランドリーがあった。1階にはコンビニとカフェテリアがあった。

5-2. 食生活について

健康のことを考えて、基本的には寮にあるカフェテリアに行っていた。一回約500円でバランスの取れた食事を取ることができた。大学の近くには飲食店がたくさんあり、授業終わりに友人と食べに行ったりしていた。外食は基本的に1000円オーバーするものがほとんどだった。大学近くのスーパーに行ってヨーグルトやフルーツ、パックご飯を買って少し節約していた。

5-3. インターネット環境, 携帯電話について

インターネット環境は快適だった。携帯電話は大学の近くにあるChingu Mobileというところにパスポートを持って行き簡単に契約することができた。

5-4. 服装について

3~7月の留学期間で、3月はかなり寒くてダウンを着ていた。雪が降ったこともあったから、暖かいアウターは1枚必要だと感じた。4月、5月になると過ごしやすい季節になり、長袖に薄いものを重ねたり、Tシャツ1枚で過ごせた。6月、7月は日本と同じくらい暑く、半袖Tシャツ1枚で過ごしていた。

5-5. 健康管理について

一度、雪が降った日に外で遊んでしまい1週間くらい体調を崩してしまった。なるべく、バランスの取れた食事を心がけて、コンビニや薬局に売っている栄養剤を飲んだりして体調管理を行っていた。

5-6. 保険, 危機管理サービスの利用について

利用することはなかった。

5-7. 課外活動について

寮内のサッカークラブに参加した。毎週木曜日に大学内のグラウンドでサッカーをしていた。サッカーを通じて友達もできたため、参加してよかったと思っている。言語交流プログラムに参加して日本語が話せる韓国人の学生と友達になることができた。

5-8. 学外のコミュニティとの交流について

弘大で開かれていた留学生を対象としたパーティーやサッカーイベントに参加した。そこでは他大学の留学生や韓国人学生と出会うことができた。

5-9. 日本から持参してよかったもの

味噌汁、袋麺、ふりかけ

5-10. 日本から持参したが不要だったもの

特にない。

5-11. 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)

初対面からプライベートなこと(家族のこと、恋人関係)を聞かれて、嫌な思いはしなかったが日本との違いで驚いた。些細なこと(SNSで見つけた面白い動画、日本っぽいものがあった時)でも連絡してくれる友人が多かった。マナーで気になったのは電車やバスの優先席に座らないということだ。日本でも基本的には座らない人が多いが、ある留学生が電車で優先席に気づかず座ってしまうと韓国人の方に注意されてしまうということがあった。

5-12. 余暇の過ごし方

旅行

釜山への旅行 期間7月22日～7月26日（4泊5日）費用：35,000円 内容：交通費、食費

その他

- ・ノドゥル島（漢江にある島）まで散歩して、ノドゥル島で漢江や夕日を見ながらリラックス
- ・カラオケ
- ・辛いカップラーメンを食べる
- ・サッカーをしたり、ジムに行って体を動かす
- ・大学内や漢江でピクニック

6. その他

6-1. 留学希望者へのアドバイス

言語面や友達ができるかの心配は必要ないと思います。私も留学前は「英語で楽しく話せるかな」「友達はあるかな」という不安を抱えていました。主に留学中は英語を使っていたのですが、拙くても話す、わからなかったら聞くということを意識すれば確実に語学力は向上すると思います。留学中はたくさんの出会いがあると思います。自分は待っているのではなく、自分から話しかけたり、イベントや交流の機会を探しました。友達を作りたいという気持ちがあれば絶対に自分に合う素敵な友達に出会えると思います。また、時間が本当にあつという間に過ぎてしまうので、留学前に行きたい場所や食べたい物、参加したいイベントなどを調べて地図に登録したり、リストアップしておく充実した海外生活が送れると思います。

6-2. 留学を終えて

普通という考えがなくなりました。留学中に会った人達は普通に縛られない、自分なりの人生を歩んでいました。大学に入学した年齢もバラバラで、やりたいことが見つかったら迷わず休学し、もっと学びたいからと大学院に行くといったように普通に縛られない人生を過ごしていました。私も留学後は休学予定のため、普通に縛られず、自分のやりたいことを全力でやっていきたいと考えています。

唯一、不安に思っていることがあるとすると、語学力です。留学中はほぼ毎日日本語以外の言語に触れていたが、日本に帰国した途端、触れる機会は激減しました。これからは自ら、英語や韓国語に触れる機会を掴んでいく必要があると感じています。