海外派遣留学プログラム「帰国報告書」

記入日	2026/1/1
所属学部・研究科・学府	文学部
所属学科・専攻	人文学科
留学時の学年	学部3年

1．留学先について

留学先大学名	ソウル市立大学							
留学先所属学部等	国際関係学部							
留学期間	出発日	2025/2/24	入学日	2025/2/28	修了日	2025/12/19	帰国日	2025/12/20

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	エージェントを通して、10カ月契約ができる物件を探した。										
	通学時間	約1時間	☐	On campus								
	通学方法	地下鉄										
	居室スペース ✔を入れてください	☑	個室	☐	（　）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(　)
食事	自炊 20 %	学食 30 %	外食 30 %	その他 20 %	（配達、コンビニ）							
保険	海外旅行保険（名称・加入プラン名）	留学生トータルサポートプログラム										
	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）　⇔　ソウル（地下鉄）

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　約80万　円	☐	家族・親戚　円	☐	その他　円
奨学金	☑	JASSO　約100万　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 176 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)			8万	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）			20万	円
その他の保険料				円
査証・在留許可証				円
住居	₩	800万	80万	円
光熱費	₩	6万	6,000	円
通信費（Wi-Fi、SIMカードなど）	₩	19万	19,000	円
食費	₩	500万	50万	円
通学に要する交通費	₩	50万	5万	円
教科書，教材費	₩	5万	5,000	円
その他大学に支払った経費	₩			円
その他（ 交際費 ）	₩	100万	10万	円
その他（ 部費 ）	₩	4万	4,000	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	口座引き落とし
その他	

３-３．お金の管理方法

渡航時	☑	現金 5万 円			☐	その他 （ ） 円		
留学中	☑	海外送金	☐	キャッシング	☐	その他 （ ）		
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	（ パスポート、外国人登録の申請と同時にパスポートだけで申請できた ）			☐	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			
1　Intermediate Korean Language 2	正規	3	〇	有		無
2　Korean Pronunciation and its Application	正規	3	〇	有		無
3　Global Startup	正規	3	〇	有		無
4　일본정치경제(Political Economy of Japan)	正規	3	〇	有		無
5　학문목적한국어1(Academic Korean 1)	正規	3	〇	有		無
6　영어발음원리와교정(Correcting English Pronunciation)	正規	3	〇	有		無
7				有		無
8				有		無
9				有		無
10				有		無

４-２．授業科目の選択，登録方法

授業開始の約1カ月前にオンライン上で申請。開始日の朝10時から先着のため、早めに履修したい科目を決めて、履修登録日に備えていた。

４-３．授業内容，方法に関して

留学生向けの授業は英語で開講されており、ディスカッションが多いものが多かった。内容は千葉大学の普遍教育科目のようなものが多かった。学部生向けの授業に関しては、テストや発表など評価がシビアで出席するだけでは単位がもらえない上、現地の学生はAをとるために必死に準備していた。

４-４．語学力について

留学開始時はハングルは読めるが、日常会話レベルの言葉しかしゃべれなかった。ほとんどが韓国人の女子サッカー部に所属したことで、ほぼ毎日現地の学生と過ごすことができて韓国語がかなり上達したと思う。日本人には発音が難しく、終盤でも難しい発音を馬鹿にされることは多かったが、聞き取りはできるようになった。夏前に韓国語能力試験のために集中して韓国語を勉強する期間を設けたことでより自信をもって韓国語を使えるようになった。

４-５．図書館など学内施設について

図書館は24時間空いており、かなり遅い時間まで学生が勉強していた。校舎も遅い時間まで入ることができ、部活終りには頻繁に部員と教室に配達を注文し、試合の映像を見ながら食事を楽しんだ。

４-５．交換留学期間中の千葉大学での学修について

なし

５．生活面

５-１．住居について

日本のエージェント会社を通して家を契約した。外国人が短期で契約できる家が少なかったために、大学まで1時間程度かかる物件となってしまったが、部屋が広く、毎月のように日本から親戚や友人が泊まりに来てくれたため楽しかった。現地の学生は大学から徒歩圏内に一人暮らしをする人が多く、私だけ終電を考えて行動するのは少し面倒だった。大家さんが親切で空港や観光地からのアクセスはよかったため満足している。

5-2．食生活について

留学序盤は自炊を頻繁にしていたが、現地のスーパーは野菜や肉類などの大容量売りが多く、自炊に工夫が必要だったため、後半は外食と配達が多かった。辛い料理が日本人の中でも食べれない方であるため、食べられない料理が多かった。部活の友達と食事に行くときは、辛くないものがある食堂に連れて行ってくれたり、配達でも辛くないものを1品選んでくれるなどかなり気を使ってもらった。

5-3．インターネット環境，携帯電話について

家にはもともとWi-Fiがあった。携帯電話は外国人登録証を受け取るまでは、日本の会社の1カ月前払いのESIMを契約した。外国人登録証を受け取ったあとは、前払いのESIMの電話番号を番号移動の手続きで引き続き使用することができた。

5-4．服装について

2〜3月、11〜12月はとても寒く、ダウンジャケットが必須だった。

5-5．健康管理について

体調を大きく崩すことはなく、自分の健康関連で病院に行くことはなかった。友達が泊まりに来た際に釜山の牡蠣が当たったようで救急車で搬送されたことがあったため、生ものには注意をしていた。

5-6．保険，危機管理サービスの利用について

体調を崩すことがなかったため、一度も使わなかった。

5-7．課外活動について

授業が始まるのと同時に女子サッカー部に入部した。週に3回程度練習や練習試合があり、3月末からは週末にリーグ戦があった。加えて5回くらい外部の大会にも参加した。前期は勝てない試合が多く、言語がわからないこともあり、意思疎通が難しかったが、夏以降はコミュニケーションがとれるようになり、大会でもいくつか賞をもらうことができた。初心者が多い中でも高いチームワークを築くことができ、帰国時には沢山の手紙を受け取った。海外に自分の仲間ができたことが嬉しかった。

5-8．学外のコミュニティとの交流について

練習試合で対戦した大学にいた正規留学生の日本人の方と少し連絡をとることはあったが、学外でコミュニティは特になかった。

5-9．日本から持参してよかったもの

インスタントみそ汁、パスタソース、しょうがチューブ、龍角散、おせんべいなど。1カ月に1回以上のペースで日本から知人が来てくれていたため、日本の味を感じられるものを持ってきてもらっていた。

5-10．日本から持参したが不要だったもの

なし

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)

部活でのダメ出しや意見交換をするとき日本に比べてストレートにものを言う人が多かった。語学力のなさもあるが、私自身も変なことに気を使わずストレートに意見を伝えることができた。面倒見のいい人が多く、寒い日の前の日は「明日は寒いから暖かい服を着ておいで」ということや初めての会場での試合の際は聞かずとも、「行き方わかる？どこかで待ち合わせする？」ということを聞いてくれたりもした。授業が同じ部員は持ち込み可能のテストで持ち込める本を借りてきてくれたりと、人の温かさに触れた10カ月だった。

５－１２．余暇の過ごし方

旅行

釜山　期間：2泊3日　費用：約30万ウォン（日本円で約3万円）日本人の留学生友達と10月にある連休に釜山に旅行した。高速バスで低価格で行くことができた。釜山の市場や海を訪れた。釜山訛りの韓国語が新鮮だった。

その他

夜に家の周りを1時間くらい日本にいる友達と電話しながら散歩した。

６．その他

６－１．留学希望者へのアドバイス

海外で家を借りることや言語の不安がある中での履修登録、携帯の契約、口座開設などハードルが高いこともありましたが、意外となんとかなりますし、過ぎてみたら覚えてないくらい大したことないです。色んな背景のある友達ができて毎日毎日新鮮な出会いがあり、とても貴重な10か月間でした。そして、海外で生活をしているだけでも充実かもしれませんが、友達ができるまでは意外と暇です。私は人生で一番暇でした。留学先でも海外にいることに満足せず、なにか行動することが大切だと思います！

６－２．留学を終えて

「留学」と言われて想像するような勉強漬けの日々ではなかったが、現地の学生と部活をする中で言語の壁も忘れて毎日韓国の大学生の生活を過ごすことができた。「外国人留学生」としてではなく、チームの一員として気軽に関わってもらえるようになってとても嬉しかった。アウェー感のある中でも自分らしく過ごすことができる自信がついた。