海外派遣留学プログラム「帰国報告書」

記入日	2025/7/1
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4年

1. 留学先について

留学先大学名	リエージュ大学												
留学先所属学部等	文学・哲学部												
留学期間	出発日	2024/8/30	入学日	2024/9/16	修了日	2025/6/28	帰国日	2025/7/13					
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		リエージュ大学の住居紹介サイトを参考にした										
	通学時間		15分				☐	On campus					
	通学方法		徒歩										
	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	☐
食事	自炊	90 %	学食	0 %	外食	10 %	その他	0 %	()				
保険	海外旅行保険 (名称・加入プラン名)	JTBトータルサポートプランC											
	留学先国・大学指定保険 (名称・加入内容)	なし						☐	加入必須				
	その他加入保険	なし											
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、羽田 ⇄ ヘルシンキ(飛行機) ⇄ ブリュッセル(飛行機)													

2. 留学資金の内訳

自費	☒	貯金	50万 円	☐	アルバイト	円	☐	その他	円
援助	☒	親	180万 円	☐	家族・親戚	円	☐	その他	円
奨学金	☒	JASSO	8万, 11万 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	300万	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	ユーロ		
渡航費(往復)			313,330	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)			169,700	円
その他の保険料			0	円
査証・在留許可証			約50,000	円
住居		5,100	860,000	円
光熱費			0	円
通信費 (Wi-Fi、SIMカードなど)		150	25,000	円
食費		2,000	336,000	円
通学に要する交通費		17	3,000	円
教科書、教材費			0	円
その他大学に支払った経費 (生活費)		8,070	1,315,000	円
その他 ()				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	大学にお金を預けるシステムを利用した。
住居にかかった費用	WISEカード
その他	WISEカード

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 (大学のバンクアカウントから月々振り込みがあった)
現地での 口座開設	☐	開設した	用意した書類や () ☒			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 Sociocultural dynamics of East Asia	正規		○	有	無
2 East Asian Beliefs and Philosophy	正規		○	有	無
3 Introduction to the religions of Japan : Shintoism and Buddhism	正規		○	有	無
4 French B1 independent, 1st semester	正規		○	有	無
5 French B1 , Q2	正規		○	有	無
6 History of Japan's Foreign Relations	正規		○	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

履修を申請する際は、まずチューターに相談をし、その後、授業登録を担当しているらしい別の担当者にメールを送信しました。履修内容は、大学のサイトで確認出来ます。私のチューターではありませんでしたが、リエージュ大学にいらっしゃる日本人教諭の方にもご相談させていただきました。

4-3. 授業内容, 方法に関して

授業は全て対面でした。フランス語以外の授業は、最終レポートとプレゼンテーションが最終試験でした。フランス語の授業は、スピーキング、リスニング、ライティング、リーディングの四技能すべてを満遍なく網羅していました。先生がどの生徒にも発言の機会を与えてくださるので、積極的に参加のしやすい環境になっていました。

4-4. 語学力について

仏語に関しては留学の一年半前にDELFのB1を取得していました。英語に関しては日常会話程度ですが、留学時点では明らかに英語の方がよく出来ました。仏語留学だったのですが、例えば買い物程度なら問題なく出来るのですが、日常会話でさえ困難を感じるレベルでした。

4-5. 図書館など学内施設について

図書館は利用しませんでした。校舎ごとに図書館があるようです。自習のために利用している人もいました。私自身は学内施設はあまり利用しませんでした。カフェテリアもメニューは少なそうでした。

4-5. 交換留学期間中の千葉大学での学修について

ありません。

5. 生活面

5-1. 住居について

学生向けのアパートにいました。バスルームは個室にありますが、多くのものを共有する半共同生活といった感じでした。かなり低価格というのがありますし、やはりヨーロッパクオリティということで、一カ月近くエレベーターが止まる（部屋は十階でした）、真冬に数日ラジエーターが停止する、水及びお湯が止まる、キッチンの水道が永遠と詰まっている、キッチンの修理が半年経っても終わらない、コインランドリーが水没する、等々の問題点が多数でした。隣人には基本恵まれましたが、QOLというものは凡そ存在しないので、寛容な心と辛抱強さが必要です。

5-2. 食生活について

外出でもしない限り自炊でした。自宅や学校の周りにスーパーマーケットが沢山あったので、買い物に困ることはありませんでした。ベルギーは食品がかなり高い傾向にありますが、ものを選べば比較的安く済ませることは可能です。ただし、肉類は高いのでかなり気を遣っていました。米を炊くのが手間だったので、基本的にパスタなど洋的なものを食べていましたが和食を作ることもありました。リエージュにはアジアンスーパーがありますが、よく行ったのは近隣マーストリヒトのチェーン系アジアンスーパーです。

5-3. インターネット環境, 携帯電話について

寮にはwifiがありました。とてもいいとは言えませんでした。使えます。simに関しては日本のe-simと併用で、初めはorangeという会社のプリペイド式のsimを使用していましたが、使い勝手が悪かったので、Lycaに変えました。Lycaは安くいいのですが、解約が上手くできているか不安です。

5-4. 服装について

冬は日本よりも寒いと思ったので、厚い服を持っていきましたが、わりと杞憂だった気がします。思ったほどは寒くありませんでした。とはいえ、それでもやはり寒いので、厚い服は必要だと思います。服装全体の話をする、私はシンプルな服しか着ていませんでした。ヨーロッパの治安は日本よりも良くないので華美な服装をするのは悪手だと思います。

5-5. 健康管理について

到着して一週間と立たずコロナウイルスに感染し、最初のうちは一カ月置きに体調を崩していました。ヨーロッパで免疫が下がっているのと、予防意識の違いだと思います。向こうでは風邪を引いてもマスクをしません。気を抜くとすぐに写されます。私は、最終的に病院に4回行きました。

5-6. 保険, 危機管理サービスの利用について

計4回利用しました。コロナウイルスに感染したときに二回、肺炎で二回です。大学病院の緊急に雇ったので、請求は保険会社に直接行くように手続きをしてもらいました。薬代と交通費だけ後で別途に申請しました。現地からでも申請できます。また、通訳も付けていただきました。

5-7. 課外活動について

課外活動の一種かは分かりませんが、日仏会話テーブルに参加していました。仏語学習者と日本語学習者のための会話テーブルです。仏語初心者の日本人留学生も多く参加しており、レベルは高くありません。テーブルの参加者でインターナショナルイベントに参加したり、軽いピクニックや食事会のような催しをしました。現地学生との交流が持てるので、留学先での交流が深まるという点でとてもいい活動でした。

5-8. 学外のコミュニティとの交流について

学外のコミュニティには参加していません。

5-9. 日本から持参してよかったもの

インスタント食品をかなり持っていきましたが、役立ちました。コロナ後しばらく食欲不振が続いたので助けられました。あとはクイックルワイパーですね。

5-10. 日本から持参したが不要だったもの

ルーズリーフを多めに持参しましたが、ほとんど使いませんでした。

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)

ある程度知識としては知っていたので、対人関係で気づいた違いというのはあまりなかったかもしれません。現地の風習や日本との歴史関係など知っておくと便利だと思いますが、留学前に履修する留学学でも触れられていることも多いと思います。

5-12. 余暇の過ごし方

旅行

イギリス・ロンドン 期間：2024年10月29日～11月4日（6泊7日） 費用：約800€

フランス・リヨン 期間：2024年12月6日～12月8日（2泊3日） 費用：200€

フランス・ブルターニュ 期間：2025年2月28日～3月3日（3泊4日） 費用：約400€

ハンガリー・ブダペスト、オーストリア・ウィーン 期間：2025年4月19日～4月26日（7泊8日） 費用：1000€

オランダ・アムステルダム 期間：2025年5月15日～5月18日（3泊4日） 費用：約150€

スペイン～イギリス 期間：2025年6月11日～6月27日（16泊17日） 費用：約2000€

フランス・ブルターニュ、リヨン、パリ 期間：2025年6月29日～7月12日（13泊14日） 費用：約550€

その他

疲れたときは寝ていました。あとは寮の友人と話すとか、そのくらいでしょうか。現地では、それほど強いストレスはありませんでした。

6. その他

6-1. 留学希望者へのアドバイス

仏語圏への留学を考えている方にリエージュ大学をおすすめしたいと思います。私見ですが、千葉大学の学生が仏語圏に仏語で留学するというのは語学上かなりの困難を伴います。リエージュ大学は英語での留学も可能で、現地では仏語の授業を取ることが出来ますし、日仏会話テーブルで友人を作って仏語の練習も出来ます。仏語で留学したいけど、難しい、という方は、英語留学でリエージュ大学に行くのも一つの手かと思いました。現地に行ってみると、授業登録はそれほど厳しくないように見え、おそらく英語留学の方でも仏語で開講されている授業を取ることが出来ます。聴講も出来そうでした。候補の一つとして考えてみると良いかもしれません。

6-2. 留学を終えて

留学で得たものとしては経験と自信でしょうか。今まで、自分に対してあまり期待をしてこなかったのですが、いざ異なる環境に飛び込んでみると、自分が思うより存外色々なことが出来るのだという気づきを得ました。やはり、やってみなければ分からないこともあるのでしょう。派遣留学というのは所謂お客様という立場であって、至れり尽くせりという身分であったのもまた事実ですが、今回の経験や自身が将来役立てられれば今回の留学も満点でしょうか。