

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	2020/7/30
所属学部・研究科・学府	融合理工学府
所属学科・専攻	創成工学専攻

1. 留学先について

(1校目)

留学先大学名	ケルン 応用科学大学(TH Köln)												
留学先所属学部等	KISD: Integrated Design Course												
留学期間	出発日	2019/9/3	入学日	2019/9/17	修了日	2020/2/6	移動日	2020/2/17					
住居	大学(紹介)の寮・アパート	☐	民間アパート	☐	その他()								
	通学時間	30分							On campus				
	通学方法	バス、電車											
	居室スペース	☐	個室	☐	() 人部屋	☐	その他()						
	共有スペース	☐	完全個室	☐	キッチン	☐	トイレ	☐	バス	☐	リビング	☐	その他()
食事	自炊	50 %	学食	20 %	外食	20 %	その他	() %					
保険	海外旅行保険(名称)	Step in											
	派遣先大学指定の保険(名称)											☐ 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 ⇄ デュッセルドルフ(飛行機) ⇄ ケルン(電車)													

(2校目)

留学先大学名	ミラノ 工科大学(POLIMI)												
留学先所属学部等	Interior and Spatial Design Course												
留学期間	出発日	2019/2/17	入学日	2020/2/19	修了日	2020/7/16	帰国日	2020/3/15					
住居	大学(紹介)の寮・アパート	☐	民間アパート	☐	その他()								
	通学時間	20分							On campus				
	通学方法	徒歩											
	居室スペース	☐	個室	☐	() 人部屋	☐	その他()						
	共有スペース	☐	完全個室	☐	キッチン	☐	トイレ	☐	バス	☐	リビング	☐	その他()

食事	自炊 90 %	学食 0 %	外食 10 %	その他 () %
保険	海外旅行保険(名称)	Step in		
	派遣先大学指定の保険(名称)			☐ 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)			
	ケルン	⇄	ベルガモ(飛行機)	⇄ ミラノ(バス)

2. 留学にかかった費用について

総費用	120万 円						
出どころ							
自費	☐	貯金	円	アルバイト	円	その他	円
援助	☒	両親	80万 円	家族・親戚	円	その他	円
奨学金	☒	JASSO	40万 円	その他名称()	円		
その他	☐	その他()					円

2-1. 財政管理の方法

渡航時	☒	現金	20万 円	☒	その他(クレジットカード)	円
留学中	☒	海外送金	☒	キャッシング	☒	その他(デビット機能付きクレジットカード(N26))

2-2. 各費用の支払い方法

大学に払った費用	振り込み
住居にかかった費用	振り込み、デポジットは現金
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)			14万	円
海外旅行保険			10万	円
OSSMA			2万	円
査証・在留許可証			2万	円
住居		月395€(ドイツ)月500€(イタリア)	40万	円
食費		月300€	25万	円
通学に要する交通費		semester feeに含まれる	0	円
教科書、教材費				円

その他大学に支払った経費		270€(TH Köln semester fee)	3万	円
光熱費		家賃に含まれる	0	円
その他(simカード)		月15€(ドイツ)月9€(イタリア)	1万	円
その他(旅費、交際費など)			20万	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			
1	KISDessensitals	正規	1ECTS		有		○ 無
2	Intro Project	正規	3ECTS		有		○ 無
3	Cologne Resoucs	正規	1ECTS		有		○ 無
4	TOY STORY	正規	6ECTS		有		○ 無
5	Non-visual Interface	正規	6ECTS		有		○ 無
6	Interface Perception	正規	4ECTS		有		○ 無
7	The Gute Stube	正規	2ECTS		有		○ 無
8	Mentoring	正規	4ECTS		有		○ 無
9	Lighting Design	正規	6CFU	○	有		無

3-1. 授業科目の選択、登録方法

[KISD]

コース一覧から自分の取れる授業を絞り、その中から期間がかぶらないように授業を選びます。初めにオンラインで授業を選択しますが、多くの授業は人数が限られており取れない可能性があることも考慮する必要があります。ただ、その後、初回の授業に参加したり、廊下に張り出される空きのある授業リストに名前を書くことで履修できる場合もあるので融通は効きます。授業の選択肢とその組み合わせが膨大なものでかなり悩みました。+A90毎年授業内容は変わるのでタイトルから気になるものを選んでいくこともできますが、授業スタイルは教授ごとに特色があるので他の年の授業もチェックしておくと思えば選びやすくなると思います。組み合わせを考える時はKISDtimeline という履修のシミュレーションが出来るシステムを活用しました。

[POLIMI]

最初にコースを選択したら受けられる授業はかなり絞られるし、取れない授業は選択できない仕組みになっているのであまり心配することはないと思います。こちらも定員はあるので早めに登録すると、コースを間違えたとりたい授業に登録できなくなることに気を付けてください。
(どちらもメールでお知らせが来るのでそれに従います。)

3-2. 授業内容、方法に関して

〔KISD〕

10～20人程度の少人数で行われる授業が多いです。大きな机を先生と学生全員で囲ってコメントし合いながら授業を受けます。そのため、学生と先生の距離が近いように感じました。少人数のため、かなり個人や個々のグループを気にしてくれるので相談しやすかったです。実際にものを作る授業が多いです。

〔POLIMI〕

新型コロナの影響で予定していた3つの授業のうちの1つを日本でオンラインで受講しました。履修した3つの授業はどれも受講者は50人程度でした。私が受けた授業は講義のパートとグループワークのパートがあり、すべてTeamsで行われました。講義は基本的に学生はカメラも音声もオフで、質問がある際はチャットか音声をオンにして聞くスタイルでした。グループワークのレビューも授業を受けるのと同じチームで行われ、他のグループのレビューも見ることができました。

3-3. 語学力について

〔KISD〕

学校では基本的に英語ができれば困ることはありませんでした。癖がなく、そこそこのスピードだったので聞き取りやすかったです。ドイツ語は役所や病院などに行く際に必要な文章をメモしていたのと、大学のドイツ語の授業を受講して簡単な会話は理解できるようになりました。

〔POLIMI〕

イタリアの訛りがある先生が多かったですが、スピードはゆっくりだったので理解はしやすかったです。留学生がどれくらいいたのかわからないのですが、イタリア語を話せる学生が多く、7～8割ほどのグループがイタリア語でレビューを受けていた印象です。あまり街に出る機会はありませんでしたがドイツの方がお店などで英語が通じました。

3-4. 図書館など学内施設について

〔KISD〕

校舎は小さいですが木材、セラミック、金属、プリンティング、裁縫の工房や写真スタジオ、プロトタイプラボなど施設が充実していました。TAの方が在中していて授業以外の目的でも利用しやすかったです。図書館は席があまり多くなかったので市の図書館に行っていました。そこも数席しか空いていないことが多かったです。

〔POLIMI〕

キャンパスが大きく、自習できるスペースが多くありました。工房などのスペースは実際に使用することはありませんでしたが広く充実していました。

4. 生活面

4-1. 住居について

〔ドイツ〕

家探しは8月からWGgesuchtというサイトを使って行いました。ケルンは学生も多く家探しは大変だと聞いていましたが私は3件目で決まったので運次第なのかなと思います。コメントを送る際は生活スタイルが合うことや経済力に心配がないこと、確実に入ることをアピールしていました。学校やFacebookで探している人もいました。実際の生活ですが、人の家の一室に住まわせてもらう形だったのでキッチンやバストイレを使うのに少し気を使いましたが、猫がいたり、ギターを貸してもらったり楽しく過ごすことができました。

〔イタリア〕

HouingAnywhereというサイトを使って12月ごろから家探しを始めました。値段と治安と学校からの距離を考慮するとほとんど候補が残っていませんでしたが、お陰であまり悩まずにすみました。ちょうどいい時期から入れる住居を見つけられなかったのではじめの3週間はAirbnbに滞在していました。残りの5ヶ月はフラットシェアで3人の学生と生活する予定だったのですが新型コロナの影響で数日間しか滞在することができませんでした。5ヶ月以上の滞在からという規約だったのですが例外的に認めていただき、デポジットも返してもらえました。

4-2. 食生活について

[ドイツ]

学校で食べるときは近くに学食やテイクアウトもできる安めのお店がいくつかあるので休憩時間に買いに行くか、お弁当を持参していました。REWEというスーパーのパンが種類が豊富で安いのでよく買っていました。夕食朝食は、家の近くに大きなショッピングモールがあり、スーパーやファーストフード店があったので基本的にそこで調達していました。その他、時々友人の家で料理会をしたり、レストランに食べに行くことがありました。アジアスーパーやアジア料理屋さんもあるので日本食もある程度食べられます。

[イタリア]

ドイツよりも少し物価が高く感じました。外食はあまりする機会がありませんでした。

4-3. インターネット環境、携帯電話について

[ドイツ]

空港にあるsimショップでsimカードを購入し、繋げてもらいました。買おうと思っていた種類と違う種類を選んでしまい通信速度は3Gが最高でした。家でも学校でもWiFiを使用していたのでそのまま使っていましたが、少し田舎に行くと電波が繋がらないことがあり少し困りました。(O2という機種を選ぶつもりでしたがLEBERAという機種にしてしまった。)値段は月15ユーロで3Gでした。

[イタリア]

ドイツで購入したsimはイタリアでも使うことができたので、月が変わるタイミングで新しいsimに変えました。TIMという会社を選びましたが、月9ユーロで50Gととてもコスパが良かったです。

4-4. 服装について

[ドイツ]

9月に渡航した時には冬服を持参しませんでした。想像していたよりも寒くなるのが早かったのですぐに上着を購入しました。冬の寒さは日本と同じかそれより少し寒いくらいでした。室内はあったかく、セーターだと暑く感じることもあったのでアウターで暖を取れるようにしていました。プチプラのお店や古着屋も多いので持っていくのは最低限でいいと思います。

[イタリア]

2月から3月の滞在でしたが、すでに暖かく、天気の良い日が多かったです。出かける時に上着を持っていても日中はあまりきませんでした。

4-5. 健康管理について

日本にいる時よりも頻繁に体調が悪くなりました。定期的に喉が痛くなったので薬局に売っている薬用のお茶を飲んでいました。また、洗濯物を部屋ぼししていたら匂いのせいか頭痛がするようになったので多めに空気の入れ替えを行っていました。

4-6. 保険、OSSMAの利用について

ドイツで一度病院にかかり、診察を受ける際に保険証が必要でした。医療費は、自宅に送られてくる資料に従って振り込みます。保険が適用される場合はその資料を後日保険会社に提出し請求します。

4-7. 課外活動について

ケルンの大学生用のスポーツクラスやインターナショナルオフィスが企画しているイベントなどに参加しました。

4-8. 学外のコミュニティとの交流について

MUNDOLINGOという語学交流イベントやチューターの家族の方が行っていた文化イベントに参加しました。

4-9. 日本から持参してよかったもの

日本を感じられるもの: お茶やお味噌汁のように簡単に日本の味を味わえるものがあると落ち着きました。アジアスーパーでほとんどのものは手に入りますが値段が高いので絶対に必要になるものは持っていくといいと思います。醤油はすでに家にあったのでできたら行く前に確認するといいかもしれません。また日本語の本はなかなか手に入らないので一冊はあるといいと思います。

4-10. 日本から持参したが不要だったもの

カイロ、手袋: 日本で使う習慣のないものは場所が変わっても使用しないこともあります。ハンガー、タオル: どの家でも貸していただけました。2カ国目のことはわからなかったので結果論ですが、旅行の時用の一枚だけでよかったです。

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)

困っている人をととても積極的に助けます。知らない人でも目が合った時に微笑むことがあります。ほとんど必ずレジで挨拶をしました。

4-12. 余暇の過ごし方

旅行

【フランス・パリ(観光)】2019年11月(4日間)
 【ベルギー・ブリュッセル(観光)】2019年12月(1日間)
 【ブルガリア・ソフィア(観光)】2020年2月(3日間)
 【オーストリア・ウィーン(観光)】2020年2月(3日間)

その他 * 気分転換やストレス発散法など。

スポーツ、ハイキング、散歩、読書、電話、動画鑑賞

5. その他

5-1. 留学先大学について

[KISD]

私が受講した授業では作ったデザインを他の人に体験してもらう授業が多かったです。他の授業の発表でもそのようプロジェクトは多く、学内や街に実際にどんどん働きかけていきます。他のクラスを受講している学生が何をしているのか知ることができるのも大きな特徴です。校舎もクラスも小さいため、幅広く知り合いができやすく、教授との距離も近くなりやすいです。

[POLIMI]

現地には滞在しておらず、クラスもひとつしか受講していないのですが、実践的に学べると感じました。また、学生の意識が高いように感じました。クラスの数も、大学のキャンパスも全てが大きく、オンライン授業ではグループの学生と先生以外との交流ができませんでした。

5-2. 留学希望者へのアドバイス

留学に限ったことではありませんが、目標、目的設定を細かく設定することで満足度の高い留学になると思います。私も上手いかずに悩んだり、不安な気持ちになってしまう時もありましたが、小さな目標を設定してそれを意識することはとても効果的でした。せっかくの経験なので何事も楽しめたら素敵だと思います。

5-3. 留学を終えて

いろいろなことに一から慣れていかなければならないので困難なことも多かったですが、同様に新鮮な気持ちで乐めることも沢山ありました。これまで当たり前とみなしていたことが実は当たり前ではないと気づかされる経験を沢山し、とても目が開かれた気分でした。留学に行く前に話で聞いて理解したつもりになっていたとしても実際に体験して自分の経験とすることはまるで違ったので留学に行って本当に良かったと思います。