

海外派遣留学プログラム「帰国報告書」

記入日	2024/7/29
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 デザインコース
留学時の学年	学部4年~大学院1年

1. 留学先について

留学先大学名		Politecnico di Milano										
留学先所属学部等		Interior and Space Design										
留学期間	出発日	2023/8/29		入学日	2023/9/5		修了日	2024/2/6		移動日	2024/2/2	
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	イタリア人の友人に教えてもらった物件サイトで自分で探しました										
	通学時間	50分								On campus		
	通学方法	バスか電車										
	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()
食事	自炊	70	%	学食	0	%	外食	30	%	その他	% ()	
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ログラム										
	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											
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 ⇄ アブダビ ⇄ Malpensa												

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	75万 円	家族・親戚	円	その他	円
奨学金	☒	JASSO	42万 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	117万	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)			19万	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)			180,180 (※通年)	円
その他の保険料			0	円
査証・在留許可証	€	16		円
住居	€	月560€		円
光熱費		家賃に含まれる		円
通信費 (Wi-Fi、SIMカードなど)	€	月9.99		円
食費	€	月300		円
通学に要する交通費	€	月88		円
教科書、教材費			0	円

その他大学に支払った経費			0	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	振り込み
住居にかかった費用	クレジット
その他	

3-3. お金の管理方法

渡航時	☒ 現金	10万 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 ()	
現地での ☐ 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		
1 Ephemeral/Temporary Spaces 1	正規	15CFU	☒ 有	☐	無

4-2. 授業科目の選択, 登録方法

メインの授業が決められていて、その授業以外の授業は、選択できます。専用のサイトで履修登録をしますが、人気の授業は早めに登録しないと先着順で取れなくなってしまういます。

4-3. 授業内容, 方法に関して

プロジェクトはグループワークで行いました。基本的に、教室に集まって講義を受けたりグループごとに発表してフィードバックをもらったりします。授業時間外で、対象地に訪れたり、工房で作業する時間も多かったです。

4-4. 語学力について

英語で開催されている授業が多くあり、先生も生徒もほとんどの人が英語を話せます。私が受けた授業も、全て英語で行いました。

4-5. 図書館など学内施設について

キャンパスが大きいので、自習室が多かったです。工房も大きく、充実していました。

5. 生活面

5-1. 住居について

spotahomeというサイトを使って家を探しました。治安や値段の相場がわからなかったの、イタリア人の友人に手伝ってもらい、家を決めました。一人部屋でいい条件のものを見つけるのが難しかったので、ルームシェアの家に決めました。

5-2. 食生活について

円安の影響もあり、かなり物価が高かったので、なるべく自炊をしていました。住んでいたアパートの一階にスーパーが入っていたので、基本的にそこを利用していました。

5-3. インターネット環境, 携帯電話について

家にはwifiがあり、SIMカードはIliadという会社の月に180ギガで9.99ユーロのものを使用していました。日本よりもとっても安かったです。

5-4. 服装について

日本と気候が似ていたため、これといって苦労はしませんでした。荷物をたくさん持っていきたくなかったので、一枚だけ持って行ったコートの中にヒートテックを重ね着することでギリギリ冬を乗り越えました。

5-5. 健康管理について

時差ボケなどもなく、あまり体調を崩しませんでした。少し疲れが溜まっている時や少しでも体調を崩しそうな予兆がある時はよく寝るようにしていました。

5-6. 保険, 危機管理サービスの利用について☒

利用しませんでした。

5-7. 課外活動について

5-8. 学外のコミュニティとの交流について

5-9. 日本から持参してよかったもの

シェアハウスだったため、洗濯物を自室に溜めておく洗濯ネットのボックスを持って行って良かったです。また、日本食の自炊をよくしていたため、お箸とお茶碗とレンジでお米を炊くタッパーを持って行って良かったです。また、切れ味の良い包丁もとっても役に立ちました。

5-10. 日本から持参したが不要だったもの

洋服を持っていすぎたと思いました。留学先で、日本にはないようなデザインのものを見つけると買ってしまっていたので、洋服が増えてしまい、帰りのパッキングが少し心配でした。
現地調達をするなら最初からあまり持ってこないか、捨ててもいいものを持ってくるべきだと思いました。

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)

明るく、親切だと思いました。スーパーのレジの際や、お店に入店した時など、店員さんと笑顔で挨拶をするのがマナーな為、自然と明るい気持ちになり、生活しているだけで気分が良くなるなと思いました。また、困っていると向こうから声をかけて助けてくれる人もいて、親切だなと思いました。

5-12. 余暇の過ごし方

旅行

【イタリア・コモ（観光）】2023年9月（1日間）
【イタリア・フィレンツェ（観光）】2023年10月（2日間）
【イタリア・ローマ、ヴェネチア（観光）】2023年11月（6日間）
【イタリア・ローマ（観光、ビザ申請）】2024年1月（2日間）
【イタリア・トリノ（観光）】2024年1月（1日間）
【イタリア・ヴェネチア（観光）】2024年2月（1日間）

その他

散歩、自炊

6. その他

6-1. 留学希望者へのアドバイス

ビザや住宅、滞在許可書などの手続きはなるべく早く行うといいと思います。また、ミラノは地域や時間帯によって、危ないところもあるので、治安の悪い場所もあらかじめ調べておくいいと思います。

6-2. 留学を終えて

Politecnico di Milanoでは、先生や外部のデザイナーからの講義が充実していたり、授業内容も濃く、とてもロジック的に、実践的にデザインを学べました。留学生が多くいるため、色々な国の生徒と意見交換ができ、また、意識が高いPOLIMIの学生とも一緒にデザインプロジェクトをすることで、とても刺激を受けました。

海外派遣留学プログラム「帰国報告書」

記入日	2024/7/29
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 デザインコース
留学時の学年	大学院1年

1. 留学先について

留学先大学名		ENSCI - Lea Atelier															
留学先所属学部等		Industrial Design															
留学期間	出発日	2024/2/2		入学日	2024/2/7		修了日	2024/6/25		帰国日	2024/6/29						
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		ENSCIが紹介してくれた仲介の人に家を探してもらいました														
	通学時間		30分								On campus						
	通学方法		バスか電車														
	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	85 %		学食	0 %		外食	15 %		その他 % ()							
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ログラム														
	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																
渡航ルート		ex.) 成田⇄シカゴ (飛行機) ⇄ウィスコンシン (電車)															
		Malpensa ⇄ CDG Paris (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	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		()							円

3. 留学にかかった費用

総費用	約	120万	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)			14万	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)			180,180 (※通年)	円
その他の保険料			0	円
査証・在留許可証	€	50		円
住居	€	月390€		円
光熱費		家賃に含まれる		円
通信費 (Wi-Fi、SIMカードなど)	€	月10.99		円
食費	€	月500		円
通学に要する交通費	€	月86.4 (定期)		円
教科書、教材費			0	円

その他大学に支払った経費			0	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	振り込み
住居にかかった費用	振り込み
その他	

3-3. お金の管理方法

渡航時	☒	現金	10万 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 ()
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		
1 La photo frugale	正規	3CFU	☒ 有		無
2 De l'objet à l'espace :écosystème d'un projet	正規	3CFU	☒ 有		無
3 Pratique et culture duvolume et de la forme	正規	3CFU	☒ 有		無
4 Habiletés linguistiques etvocabulaire français pourdesigners (FOS)	正規	3CFU	☒ 有		無
5 International studio -Drawing the ParisianHeritage	正規	3CFU	☒ 有		無
6 Mat(e) Reality - Bamboo Bis	正規	15CFU	☒ 有		無

4-2. 授業科目の選択, 登録方法

授業の一覧が載ったガイダンスのPDFが配られ、その中から選びます。各授業に5段階で星マークが付いており、星の数は、教授がどの程度英語を話せるのかを表していました。多くついている教授は英語での対応が可能、星が少ない授業は教授がフランス語しか話せないので、フランス語が話せない生徒はその授業を取ることは出来ませんでした。授業を選んだら、zoomにてENSCIの指導教員と面接をし、取りたい授業の希望を伝えます。その後、確定した履修が発表されますが、人気な授業は第一希望でも取れないことがありました。
--

4-3. 授業内容, 方法に関して

授業は全て制作や実践演習がメインで、講義はほとんどありませんでした。どの授業も、自分がやりたいことについてのアドバイスをもらったり、制作したり演習したことについてのフィードバックをもらって、進んでいきました。最終発表も、完璧で整ったものではなく、プロジェクトの過程や着目したこと、得られた成果を発表することが求められました。

4-4. 語学力について

メインのAtelier de projectで私が選んだBambooの授業とフランス語の授業は、英語で行われましたが、以外の授業はフランス語で行われました。フランス語で行われる授業では、全体の説明後に交換留学生向けに先生が英語でもう一度説明してくれました。ENSCIの生徒にも、英語が話せる生徒と話せない生徒がおり、話せる生徒は、とても優しく、積極的に助けてくれました。
--

4-5. 図書館など学内施設について

キャンパスは小さいですが、生徒数も少ないので困りませんでした。手を動かして制作する授業が多くあるため、作れないものは無いのではないかといいほど、工房がとても充実していました。
--

5. 生活面

5-1. 住居について

家賃がとっても高く、見つけるのに苦労しましたが、粘り強く色々な人にメールを送ったり問い合わせ続けたところ、運良く好立地で格安の家を見つけることができました。バリの家はどれも古く、エレベーターがない物件も多いのですが、運よく私の物件にはついていました。しかし、2週間に1回ほど動かなくなるため、その時は7階まで歩いて登るのが少し大変でした。

また、洗濯機がついていない家がとて多く、私の家にもなかったため、近くのコインランドリーに洗濯をしに行っていました。

5-2. 食生活について

円安の影響もあり、かなり物価が高かったため、なるべく自炊をしていました。お昼も、出来るだけ毎日お弁当を自炊していました。

5-3. インターネット環境、携帯電話について

家にwifiがなかったため、freeという会社の月に160ギガで10.99ユーロのSIMカードを購入し、PCもデザリングして使っていました。

5-4. 服装について

日本と気候が似ていたため、これといって苦労はしませんでした。荷物をたくさん持っていきたくなかったため、一枚だけ持って行ったコートの中にヒートテックを重ね着することでギリギリ冬を乗り越えました。

5-5. 健康管理について

全く体調を崩しませんでした。フランス料理はパンやパスタが主食で小麦が多いのですが、日本人の私の体には適応しきれなかったため、自炊するときはお米を炊いて、小麦を摂りすぎないようにしていました。

5-6. 保険、危機管理サービスの利用について

利用しませんでした。

5-7. 課外活動について

5-8. 学外のコミュニティとの交流について

5-9. 日本から持参してよかったもの

日本食の自炊をよくしていたため、お箸とお茶碗とレンジでお米を炊くタッパーを持って行ってよかったです。また、切れ味の良い包丁もとても役に立ちました。

また、スーツケースを持ち上げて重さを測れる秤を持っていたため、帰りのスーツケースに重量ギリギリまでお土産を詰めることができました。

5-10. 日本から持参したが不要だったもの

洋服を持っていきすぎたと思いました。留学先で、日本にはないようなデザインのものを見つけると買ってしまっていたので、洋服が増えてしまい、帰りのパッキングが少し心配でした。

現地調達をするなら最初からあまり持ってこないか、捨ててもいいものを持ってくるべきだと思いました。

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)

スーパーのレジの際や、お店に入店した時など、店員さんと笑顔で挨拶をするのがマナーな為、自然と明るい気持ちになり、生活しているだけで気分が良くなるなと思いました。また、フランスは移民の受け入れが多いこととバリが観光地な為、色々な人種の人やハーフの人が多くおり、人種差別を受けませんでした。

5-12. 余暇の過ごし方

旅行

【フィンランド・ヘルシンキ（観光）】2024年4月（5日間）
【イギリス・ロンドン（観光）】2024年5月（3日間）
【フランス・ニース（観光）】2024年5月（4日間）
【フランス・ノーマンディ（観光）】2024年6月（1日間）

その他

散歩、ランニング、自炊、ピクニック、美味しいものを食べる

6. その他

6－1. 留学希望者へのアドバイス

ビザや住宅、滞在許可書などの手続きはなるべく早く行うといいと思います。フランス語しか話せないフランス人もいるため、できればフランス語は勉強してから行くことをお勧めします。

6－2. 留学を終えて

ENSCIでは千葉大学とは全く違う角度からデザインを学びました。デザインの実践というよりも、デザインにつながる物の見方や、感じたことの表現の仕方、デザインへのアプローチの仕方などを学び、鍛えられたと思っています。ENSCIにて得られた新たな視点やデザインの考え方、また、留学中の全てのことは、今後の私のデザインに大きな良い影響を与えてくれると思います。

帰国した今、改めて留学にて学んだことを振り返り、今後のデザインプロジェクトに活かせるように頑張りたいと思います。