

# 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	2019/7/25
所属学部・ 研究科・学府	文学部
所属学科・専攻	人文学科国際言語文化学コース

## 1. 留学先について

留学先大学名	サラマンカ大学										
留学先所属学部等	文献学部										
留学期間	出発日	2018/9/4	入学日	2018/9/10	修了日	2019/6/28	帰国日	2019/7/1			
住居	大学(紹介)の寮・アパート	<input type="checkbox"/>	民間アパート	<input checked="" type="checkbox"/>	その他( )						
	通学時間	15分					On campus				
	通学方法	徒歩									
	居室スペース	<input checked="" type="checkbox"/>	個室	( )	人部屋	その他( )					
	共有スペース	<input type="checkbox"/>	完全個室	<input checked="" type="checkbox"/>	キッチン	<input checked="" type="checkbox"/>	トイレ	<input checked="" type="checkbox"/>	バス	<input checked="" type="checkbox"/>	リビング
食事	自炊	70 %	学食	%	外食	30 %	その他	( ) %			
保険	海外旅行保険(名称)	AIG損害保険									
	派遣先大学指定の保険(名称)	ERV								<input checked="" type="checkbox"/> 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 ⇄			マドリード				⇄ サラマンカ(バス)			

## 2. 留学にかかった費用について

総費用	1,520,000 円										
出どころ											
自費	<input type="checkbox"/>	貯金	円	<input type="checkbox"/>	アルバイト	円	<input type="checkbox"/>	その他	円		
援助	<input checked="" type="checkbox"/>	両親	70万 円	<input type="checkbox"/>	家族・親戚	円	<input type="checkbox"/>	その他	円		
奨学金	<input checked="" type="checkbox"/>	JASSO	72万 円	<input type="checkbox"/>	その他名称( )	円					
その他	<input checked="" type="checkbox"/>	千葉大学助成金	10万 円	<input type="checkbox"/>	その他( )	円					

## 2-1. 財政管理の方法

渡航時	現金	5万 円	その他( )	円
留学中	海外送金	<input checked="" type="checkbox"/> キャッシング	その他( )	円

## 2-2. 各費用の支払い方法

大学に払った費用	なし
住居にかかった費用	大家さんに手渡し(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)			230,000	円
海外旅行保険			290,000	円
OSSMA			20,000	円
査証・在留許可証	ユーロ	15,76	2,000	円
住居	ユーロ	2,200	265,000	円
食費	ユーロ	1,000	120,000	円
通学に要する交通費				円
教科書、教材費	ユーロ	50(教材の印刷代)	6,000	円
その他大学に支払った経費				円
光熱費	ユーロ	300	35,000	円
その他 ( 語学学校 )	ユーロ	2,100	255,000	円
その他 ( 旅行 )			200,000	円
その他 ( 洋服、雑貨 )	ユーロ	800	97,000	円
その他 ( )				円

## 3. 学業面

履修科目名	種類 <sup>ex.正規、聴講</sup>	単位数	単位互換認定申請の有無		
			有	無	無
1 Gramática para la enseñanza del español I	正規	3	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Gramática para la enseñanza del español II	正規	3	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Seminario de traducción japonés- español	正規	4.5	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Sociedades de Asia Oriental	正規	3	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Crenncias del Próximo oriente	正規	3	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6 Semántica y Pragmática	正規	4.5	✓	有		無
7				有		無
8				有		無
9				有		無
10				有		無

### 3-1. 授業科目の選択、登録方法

授業開始初日に留学生に向けたオリエンテーションがあるので、そこで学部や授業への登録用紙を受け取る。私の時には、このオリエンテーションについての案内は事前に無く、秘書室に聞きに行き初めて知ったので、もし案内が無い場合はメールで問い合わせたり、所属する学部の事務に質問した方が良いかもしれない。前期のみ履修登録を行う日を守衛室で予約する必要がある。また、履修登録用紙にはコーディネーターのサインも必要になるので、事前にメールでアポを取り、押印してもらう。前期の登録期間の締め切りまでには一ヶ月程度時間があるので、時間割やシラバスを見ながら興味のある授業に出席し、実際に履修する授業を決める。ホームページにもシラバスは掲載されているが、全ての授業が載っているわけではなく、また大分古いものもあるので、実際に授業に出てみるのが一番良いと思う。前期に後期の分の履修登録もしなければならないが、後から修正可能なので心配する必要はない。後期は、登録授業を変更したい場合は秘書室で用紙を受け取り、再びコーディネーターに押印してもらってから秘書室に行き変更手続きをしてもらう。前期に比べて登録期間が短いので注意が必要。また、各授業で先生によっては登録カードが必要な場合もあるので、その際には守衛室でカードをもらい、必要事項を記入して提出する。

### 3-2. 授業内容、方法に関して

授業の進め方は先生によって異なるが、どの授業も生徒の発言やディスカッションをベースに授業が進められていた。また、日本人、もしくはアジア人として意見を求められる機会が少なからずあるので、事前に質問されそうなことについて調べたり、考えたりしておいて、授業で発言できるよう準備しておくこともあった。履修登録後、千葉大学のmoodleのようなシステムであるstudiumが使用できるようになるので、先生によってはstudiumを通して課題を出したり、また授業で使用したパワーポイントや資料をアップしてくれた。

### 3-3. 語学力について

前期は特にリスニングに苦労した。着いたばかりの頃、履修登録や在留許可証などの手続きのための説明を受けるも、聴解力不足から必要としている情報を理解できず、常に不安を感じていた。また、授業についていくのも、友達同士の会話を聞き取るのにも苦労していた。しかし、録音を聞き返して授業を復習したり、友達と会話したりすることを通して、語学力は向上していき、後期は理解できないことから生じるストレスはだいぶ減った。また、使用する語彙や表現レベルといった課題はまだ残っているものの、スピーキング力も上達した。渡航前のアドバイスとしては、スムーズに話すことが出来なくても、相手の話している内容が理解できればコミュニケーションはとれるし、なによりも精神的負担が軽くなるので、リスニングを重点的に勉強することをお勧めする。また、現地でアウトプットに多く時間を費やせるように、文法や語彙、表現方法などのインプットの時間を多く取ることも有効だと思う。

### 3-4. 図書館など学内施設について

サラマンカ大学は各学部が街に点在していて、それぞれ図書館が隣接している。館内にはパソコンが置かれたスペースもあり、ノートパソコンの貸し出しも行っている。入館の際に学生証は必要ないが、本を借りる際には必要。また、大学内はWi-Fiあり。

### 3-5. その他

## 4. 生活面

### 4-1. 住居について

学生の大半は寮またはピソというシェアアパートに住んでいた。ただ、留学生のなかにはホームステイをしている学生もいた。寮は料理や掃除をしてもらえたり、交流会が開かれたりといったメリットがあるが、ピソのほうが光熱費や食費といった生活費諸々込みでもかなり安くつく。私はピソでモロッコ人と中国人の女の子と一緒に生活していた。寮は大学のホームページから申請可能。ピソは一般のサイトから見つけることも出来るし、サラマンカ大学の留学生支援団体のFacebook内で、学生と一緒に住む人の募集を出していたらそこから応募することも可能である。私は前年度サラマンカ大学に留学していた人に連絡を取り、その人が住んでいたピソにそのまま入居させてもらったので、千葉大学内でのコミュニティから住居を探すことも出来る場合がある。

### 4-2. 食生活について

私はピソに住んでいたため基本自炊をしていた。街の至る所にスーパーやお店があり、特に果物は日本よりも安く購入出来た。週末は友達とバルに出かけて食事をする事も多かったが、バルは日本の居酒屋よりもかなり安く、安いものであれば3~5ユーロあればお酒1杯とおつまみ1品を頼むことが出来た。日本食や中華レストランも、割高ではあるが数店舗ある。中国人が経営するお店に行けば納豆やわさび、七味など日本の食材を購入することも出来る。サラマンカの水道水は基本飲むことが出来るが、大半の人はスーパーで飲み水を買っていた。

### 4-3. インターネット環境、携帯電話について

ネット環境はかなり整っていて、大学はもちろん、バルやレストランでも店員さんに聞けばWi-Fiのパスワードを教えてくれるので利用可能である。携帯は、スペインでsimカードを購入して、日本から持参したスマホに挿入して使っていた。様々なプランがあるが、私はorangeという携帯会社の、チャージした料金は期限なく使うことが出来るプランに加入していた。ドコモのスマホを使っていたのだが、違う会社のsimカードを挿入した際に、ドコモのsimロック解除の暗証番号が必要であることを知らなかったために、空港で購入してもすぐに使うことが出来なかった。

### 4-4. 服装について

1日の気温差が激しいので、夏でも朝晩外に出かける際には上に1枚羽織るものがあると便利。また冬はとても寒いので、ヒートテックを持っていくことをお勧めする。私は日本からあまり服を持参せず、必要な分をその都度現地で購入して着倒していた。そのため、帰国する際もほとんど服は持ち帰らず、リサイクルボックスに置いてきた。

### 4-5. 健康管理について

スペインは日本に比べてとても乾燥しているのので、着いて3ヶ月ほどは常に喉を痛めていた。そのため薬局でのど飴を買ったり、就寝時にはマスクをしたりと、乾燥対策をしていた。ただ、3ヶ月を過ぎたころからは体が慣れてきて、体調を崩すことはほとんど無かった。

### 4-6. 保険、OSSMAの利用について

初めの3ヶ月の間に、喉の痛みがひどくなり、耳痛を伴って食事が取れなくなってしまったことが2度あったので、その際病院を利用した。日本で加入していた保険はサラマンカに提携病院が無かったため、病院では診察料を自分で立て替える必要があり、日本に帰国してから必要書類を郵送すると、保険料が下りることになっている。私が行った病院では、保険が無い人の診察代は一律110ユーロほどで、薬が処方された場合は処方箋を薬局に持っていき、診察料とは別に支払った。

## 4-7. 課外活動について

日西文化センターでボランティア登録をしておく、センターで開講されている日本語授業やイベントにボランティアとして参加することが出来る。私は3月の日本文化週間に開催されていた押絵体験にボランティアとして参加した。当日はスペインの方たちと触れ合えたのはもちろん、スペインに長い間滞在されている日本の方たちとも交流して様々な情報について教えて頂いたので、とても有意義な時間だった。

## 4-8. 学外のコミュニティとの交流について

毎週木曜日の夜10時頃から、日本人と日本語に興味のある人たちとの交流会が開かれている。そこには大学で日本語を専攻している人の他にも、独学で日本語を勉強している人や、日本文化に興味のある人たちが集まっているので、友達づくりのいいきっかけの場になると思う。また、私は語学学校にも通っていたので、そこで交流の輪を広げることも出来た。

## 4-9. 日本から持参してよかったもの

- ・ヒートテック: サラマンカではヒートテックのような機能を持つものは無く、ユニクロもバルセロナにしか無かったので、持参すると冬場は重宝する。
- ・折り紙や日本の柄がプリントされた小物など: 帰国する際に、親しくなった人にお礼として日本っぽいものを贈ると喜んで貰えるので、お別れのときに役立つ。
- ・シャンプーやリンスの使い切りパックや化粧水、乳液などのトラベルセット: スペインでも旅行用の小さい詰め替えボトルや、旅行パックは売っているが、日本のものほど質が高くないので、持参すると旅行の際に便利。
- ・酔い止め: 旅行ではバス移動が多かったので、酔いやすい人は持参した方が良い。
- ・化粧水: スーパーで売っている化粧水は拭き取り化粧水ばかりだったので、日本のような保湿の役割をする化粧水を使いたいならある程度の量を持参した方が良い。

## 4-10. 日本から持参したが不要だったもの

日本食関連のものは大抵中国人が経営するお店で揃うので、持っていく必要は無かった。ただ、即席の味噌汁やスープはあまり売ってなく、また疲れているときに飲むと元気が出るので持参して損はないと思う。

## 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)

個人差はあるが、皆自分の意見をしっかり持っていて、相手と違う場合でもしっかり主張する人が多いように感じた。また、会話を大切にしている、という印象も受けた。道で偶然会ったときにも、お互いの近況を話し合ったり、皆で集まったときには何かこのテーマについて話して、と言われることもあった。この他にも、人との距離が近く、挨拶をするときに頬にキスをしたり、別れ際や、何か嬉しいことがあった時にハグをしあったりと、とても感情表現が豊かだと思った。このようなスキンシップの方法は自分の思いを伝えやすく、相手との距離も縮めやすいので、とても素敵だなと感じた。もちろん、日本人と一口に言っても様々な人がいると同様に、スペイン人全員が陽気なわけでも、話好きなわけでもないが、日本と比べて全体的にこのような印象を受けた。

## 4-12. 余暇の過ごし方

## 旅行

- 【スペイン・マドリード(観光)】2018年10月(3日間)、約5万円
- 【スペイン・バレンシア(観光)】2019年3月(3日間)、約5万円
- 【スペイン・グアダラハラ&コルドバ&マドリード(観光)】2019年6月(6日間)、約6万円
- 【スペイン・ガリシア(観光)】2019年6月(4日間)、約4万円

その他 \* 気分転換やストレス発散法など。

私は1人で過ごす時間を作ることで気分転換やストレス発散をしていたので、スーパーやケーキ屋さんで甘い物を買って食べたり、家の中でイヤホンをつけて大音量で音楽を聴きながら掃除をしたりしていた。その他にも、洋服屋や化粧品店を見てまわったり、川辺まで散歩をしたりもしていた。サラマンカは旧市街全体が世界遺産に登録されているので、街をただ散歩するだけでも良い気分転換になると思う。

## 5. その他

### 5-1. 留学先大学について

サラマンカ大学は2018年で創立800周年を迎えた歴史ある大学で、留学生も多く在籍している。文献学部のアジア学科には日本語を勉強している学生もいるので、日本人として興味を持ってもらえる機会も多い。サラマンカは学園都市で、また、比較的様々な国籍の人がいることから、差別や偏見を受けることはほとんど無かった。都会過ぎず、また田舎過ぎず、落ち着いて勉強できる環境が整っていると感じた。

### 5-2. 留学希望者へのアドバイス

留学前は何かと不安なことがたくさんあると思います。私も今回が初めての海外経験だったので、約1年間、言葉も文化も異なる国でやっていけるかとても不安でした。ただ、留学を終えた今、もし少しでも留学したいという思いがあるなら、思い切って挑戦してみたいと思います。もちろん大変なこと、辛いこともあります。実際に現地に行って経験したことは、たとえそれがマイナスに思える出来事だとしても、最終的にはあなたの人生にプラスに働くと思います。日本にいても海外のことについて知る機会はたくさんありますが、聞いた話と、実際に自分が経験することは別のことだと私は思っています。実際に自分が経験してみて初めて感じること、気づくことがたくさんあるので、ぜひ挑戦してみてください。最後に、スペインは様々なことが日本よりもゆっくり、そして大雑把に進むことが多いです。準備期間からあまり神経質になり過ぎず、気長に取り組んでみてください。

### 5-3. 留学を終えて

この10か月を振り返ってみると、とにかく色々なことへの興味・関心が生まれた留學生活だった。授業はもちろん、普段の生活を通して小さなことから大きなことまで、「これって何だろう、調べてみよう」と思う機会が増えたように思う。また、留学を通して自分で考えて意見を持つことの大切さを痛感した。私はこれまで勉強では正解にたどり着くこと、そして普段の生活では周りが自分に求めていることばかりに気を取られていた。しかし、授業中に学生がどんどん意見を述べる姿や、友達同士で互いに意見が異なってもしっかりと自分の主張をする姿を見て、周りを気にし過ぎて自分が出せなくなるよりも、自分の意見をしっかり持っている方が素敵だなと感じるようになった。どんな社会に属していても、周りの目や、当たり前だと考えられていることは存在するが、それに過度にとらわれ過ぎず、自分をしっかり持った人でありたいと思う。

留学を支援してくださった方々、留学中に一緒に時間を過ごしてくれた友達、そして見守ってくれた家族や先生、全ての方々のおかげで、とても充実した留學生活になりました。ありがとうございました。