

交換留学報告書

派遣先	
三重大学での所属学部・研究科	人文学部 文化学科
学年(出発時)	3年
大学名	Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg
国	ドイツ
留学期間	2018年 3月 1日 ~ 2019年 3月 1日
派遣先での身分	学部生

一日の生活スケジュール(通学時)	
	記入欄
8:00	
9:00	Teaching Assistant(日本語の授業)
10:00	
11:00	
12:00	昼食
13:00	Tandem
14:00	Tandem
15:00	図書館で自習
16:00	図書館で自習
17:00	授業
18:00	授業
19:00	
20:00	ジム
21:00	ジム
22:00	帰宅
23:00	
0:00	

履修科目				
科目名	時間数/週	履修単位	使用言語	授業内容(レポート、試験、授業形態等)
Schriftlicher B1.1	1.5		ドイツ語	作文の授業、筆記試験
Grammatik B1.1	1.5		ドイツ語	文法の授業、筆記試験
Allgemein B1.1	3		ドイツ語	教科書に沿った文法や会話の授業、筆記試験
Hörverstehen B1.1	1.5		ドイツ語	リスニングの授業、リスニング試験
Schriftlicher B1.2	1.5		ドイツ語	作文の授業、筆記試験
Grammatik B1.2	1.5		ドイツ語	文法の授業、筆記試験
Hörverstehen B1.2	1.5		ドイツ語	リスニングの授業、リスニング試験
Mündlicher Ausdruck B1.2	1.5		ドイツ語	プレゼンや毎授業で意見を述べる「話す」授業

大学のサポート	
チューターの有無	有り
チューターのサポート内容	学期初めに、分からないことを聞きました
語学コースの有無	有り
コース名、料金、期間等	Ferienintensivkurs、315€、3月・9月

生活	
住居のタイプ	寮
住居の名前	Joseph-Stiftung
部屋タイプ	個人
ルームメイト(国籍)	
室内設備	キッチン・冷蔵庫・シャワー・トイレ
共用施設	なし
インターネット設備	あり
大学までの交通手段(交通機関、所要時間)	自転車、10～15分またはバス、10分弱
アルバイトの有無	あり(冬学期のみ)
アルバイトの内容	日本学の授業のアシスタント

渡航	
Visaの種類	学生ビザ
Visa申請先	Stadt Erlangen(市役所)
Visa取得にかかった日数	2ヶ月
Visa取得にかかった費用	113 €
Visa取得方法、提出書類等	市役所へビザ申請のための予約を取る(取れる予約日は約1ヶ月後)→予約日に以下の書類提出(書類不備や遅刻、市役所の担当の人の欠席でさらに1ヶ月後になることも)→書類提出から2週間~1ヶ月でビザ取得 ※ビザ取得までに滞在日数が90日を超え、他国へ行く予定があれば、ビザ申請時に仮ビザが取得できる。 提出書類:パスポート/大学の入学許可書/ドイツでの健康保険証明書/Immatrikulationbescheinigung/証明写真(2枚)/滞在費用証明
留学先大学の最寄り空港までの経路	バスで1時間弱(乗り換え1回)
渡航費用	156,180円
ピックアップサービスの有無	無

帰国後	
留年や卒業の遅れの有無	無
有る場合、その理由	
就職活動開始時期	2019年3月
帰国後の進路	未定

留学にかかった費用	
現地通貨=日本円(約)	
保険料(海外旅行保険、国民健康保険等)	88.72€/月=11,000円
学費(教科書代や語学コース授業料等)	114€/学期=14,000円
宿舍費(月額)	274.9€(光熱費込み)=34,180円
光熱費(月額)	
食費(月額)	150€=18,600円
その他	約200€/月=24,000円
留学期間中にかかった費用の合計	8640€=107万

感想等(※800字以上で語学勉強の成果についての内容も含め、ご記入ください。)

留学を経て、本当に自分の人生において貴重な経験をする事が出来ました。それとともに自分自身の大きな成長を感じています。一年間は、長いような短いような、自分自身と向き合い続けた毎日でした。私は留学前、自分は人見知りをしないタイプだし、どこでも生きていける、ホームシックになるようなタイプではないと思っていました。しかし、そんな自分の予想とは反対に、前期は、本当に辛いことが多かったです。思い描いていたような楽しい生活ではなく、自分の語学力の現実、積極的なタイプだと思っていた自分がいざとなると消極的になってしまう、そんな自分への嫌気、クラスメイトの発言力に圧倒され、自分が全然話せないことにバカにされているように感じ、他の日本人留学生と自分を比べて、自分の不甲斐なさに落ち込む。頭ではどうするべきか分かっている、心がついていかない。そして、それを打ち明けられるような相手がいらない。自分は何をしているんだろうと考えた毎日でした。今思えば、本当に心に余裕がなかったのだと思います。

それでも前期は、天気も良く、祝日も多かったので、いろいろなところへ旅行しました。時には、一人で旅行に出かけました。一人で知らない国を旅して、ケバブ屋の店員さんと仲良くなったり、自分の好きなことをしたり、良い経験が出来ました。旅行することを楽しみに、毎日頑張っていました。

夏休みの語学コース(9月)から後期にかけて、だんだんと落ち込むことも少なくなり、何事も前向きに考えられるようになりました。自分に自信を持つことが出来、周りの目を気にせず、なりたい自分を素直に求めることが出来るようになったと思います。そして日々の生活自体が楽しく感じられるようになりました。今では、前期の悩み抜いた時間は、私の成長につながるものであったと確信しています。

一方、語学面では反省すべきことが多いものとなってしまいました。元々、話すことがとても苦手でしたが、留学を終えても苦手意識を克服出来たとは言いがたいです。後期にはタンデムパートナーを増やしたり、会話の授業を受けましたが、勉強不足を感じています。夏休みの語学コースでは、冬学期へのクラスアップの試験に合格できず、B2レベルに上がることが出来ませんでした。もちろん、普段の生活で困ることが少なくなったり、クラスメイトと仲良くなることができたり、自身の語学力向上を感じる場面も多かったです。今後も、反省を生かして語学の勉強に取り組んでいきたいと思っています。

今後留学する人へのアドバイス

留学は、自分が考えている以上に得られるものが多いです。知らない土地で生活するという、価値観の違う人と接するという、日本では経験できない多くのことを通して、自分自身が大きく成長できる貴重な経験が出来ると思います。他の国の人たちと出会うことで、日本について考える最良の機会にもなります。

留学する人は、勉強に関係ないことでも、やってみたいことでも、大きな目標から小さな目標まで、たくさん決めていくと良いと思います。何か一つだけ頑張りたい、というのはそれが上手いかなかったときに、留学の意味を見失い、落ち込むきっかけになりがちです。小さな目標は、毎日の行動するきっかけになると思います。(私は、図書館で必ず勉強するという曜日を決めたり、週3でジムに行くなどの目標を立てていました。)

特に、ドイツの秋は、雨が多く、降っていなくても一日中どんよりと曇っていることばかりで、冬も暗く、雪も降り、そしてとても寒く、天気の良い日で気分が上がらないことも多いです。引きこもることを避けるためにも、目標を持って、日々を過ごすことは大事だと思います。

報告書記入日

2019年3月2日