

交換留学報告書

派遣先	
三重大学での所属学部・研究科	三重大学大学院 地域イノベーション学研究科
学年(出発時)	博士後期課程2年
大学名	ハイデルベルク大学
国	ドイツ
留学期間	令和4年9月～令和5年8月
派遣先での身分	交換留学生、PhD学生

一日の生活スケジュール(通学時)		
	記入欄	記入例
8:00	朝食	
	自宅で予定整理	
9:00		
	研究棟内図書館で研究	授業
10:00		
	..	授業
11:00		
	..(又は研究室の方とディスカッション)	図書館で自習
12:00		
	昼食	昼食
13:00		
	研究室	
14:00		
	自宅に戻る	授業
15:00		
	ドイツ語授業の準備	授業
16:00		
	ドイツ語授業	
17:00		
	ドイツ語授業	
18:00		
	ドイツ語授業と夕食	部活
19:00		
	帰宅	夕食
20:00		
	運動	友人と過ごす
21:00		
		帰宅
22:00		
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)
Critical Theory	2	audit	英語	講座+討論会+集中講義
Political Action and Economic Activity for Sustainability: the Bioeconomy Perspective	2	8	英語	集中講義(ゼミ)+討論会+発表3回
Kreative Schreiben	4	8	ドイツ語	授業+討論会+テスト(Essay 3篇)
ドイツ語A2.2	20	12	ドイツ語	授業(4週間)+テスト2回
ドイツ語B1.1	4	6	ドイツ語	授業+テスト2回
ドイツ語B1.2	4	6	ドイツ語	授業+テスト2回

大学のサポート	
チューターの有無	あり
チューターのサポート内容	銀行口座開設、携帯番号の手続き、周りの施設案内など
語学コースの有無	あり
コース名、料金、期間等	Preparatory German Course 無料 2022.09 4週間

生活	
住居のタイプ	寮
住居の名前	Europahaus II
部屋タイプ	屋根裏の一人部屋 (隣人2人とシャワー室共有)
ルームメイト(国籍)	ドイツ (隣人2人)
室内設備	キッチン、ベランダ、机、椅子、
共用施設	隣人2人とシャワー室シェア、寮全員と洗濯機シェア
インターネット設備	隣人2人とWIFIシェア
大学までの交通手段(交通機関、所要時間)	バス、路面電車、徒歩 20分~30分
アルバイトの有無	無し
アルバイトの内容	

渡航	
Visaの種類	短期ビザ(学生)+仮ビザ+学生ビザ
Visa申請先	ドイツ駐大阪総領事館+現地外国人局
Visa取得にかかった日数	2ヶ月未満+2ヶ月+4ヶ月
Visa取得にかかった費用	計160ユーロ手数料
Visa取得方法、提出書類等	短期ビザ渡航前申請 (パスポート、顔写真、在学証明書、先方大学の入学許可書、研究室の受け入れ許可書、凍結口座開設証明書、資金証明書) 仮ビザと学生ビザは提出書類不要
留学先大学の最寄り空港までの経路	電車15ユーロ未満
渡航費用	約25万円 (往復)
ピックアップサービスの有無	無し

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

留学にかかった費用	
現地通貨=日本円(約)	令和4年 135円 令和5年 155円
保険料(海外旅行保険、国民健康保険等)	月130ユーロ未満
学費(教科書代や語学コース授業料等)	約280ユーロ (ドイツ語教科書+学期費)
宿舍費(月額)	令和4年 214ユーロ 令和5年 255ユーロ
光熱費(月額)	上記宿舍費に含む
食費(月額)	300ユーロ
その他	BW州学生Semesterticket 330ユーロ (2学期分)
留学期間中にかかった費用の合計	9000ユーロ (フェローシップ支援金あり)

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。)

私はEUエネルギー分野の政策に関連する研究チームに参加した。チームメンバーの半分は女性で、半分は男性である。いつもは8~10人が集まるのに、ドイツ人は教授を含めて3人しかいない。しかし、予算の関係で、チームの学生のほとんどはハイデルベルク大学の正規の学生ではなく、プロジェクト完成のための短期滞在研究者である。私たちの研究はすべて政策や政治学に関連したのですが、そのきっかけはそれぞれ違っている。だからたいていの場合、チームメイトとディスカッションすることで、いろいろな新しい側面が見えてくる。うまくいったこともある、うまくいかなかったこともある。

ドイツ語コースに関しては、ハイデルベルクで最初に受けた印象は、ドイツ語が常に「Genau（確かにそうだ）」と言っているのが聞こえるということでしたが、この単語は教科書やコースにはあまり出てこなかった。ドイツ語授業の先生は、ドイツ出身の方でもあり、外国人出身の方でもいる。先生の出身国にかかわらず、私が受講したドイツ語コースはどれも始めやすく、続けやすいものだった。

日常生活については、ヨーロッパの人々はアジアの人々よりもワークライフバランスが取れていると考えるつもりだ。例えば、ハイデルベルクでは残業はめったになく、私の教授さんも17時か17時半には定時に帰宅する傾向がある。仕事が終わった後、天気良ければ公園で小さな野外コンサートが開かれたり、レストランの外に座って話したり、食べたり、飲んだりしている人たちを見かける。彼らにとって、午後6時以降の時間は完全に自分たちのものであり、それは私にとって魅力的だ。

寮の生活については、私が住んでいた寮は、半分がドイツ人学生で、半分が留学生だった。隣人はいつも親切で、喜んで助けてくれる。ハイデルベルク旧市街のメインストリートのすぐ近くという絶好のロケーションにあるため、ほとんどの場合、行きたい場所には歩いて行った。また、交換留学生として地元のフリーマーケットを訪れたり、近くの通りを歩いたりすると、便利な台所用品や家具、家電製品を見つけることがある。隣人さんからも沢山の用品(中古品)をもらった。

ハイデルベルクでは、あらゆるスポーツをする人たちを見ることができた。なぜかハイデルベルク大学にはクディツチのチームまである(サッカーと箒を組み合わせただけだが)。見ると、自分自身もジョギングやカヤック、ハイキングなどのアウトドアスポーツをする勇気も湧いてきた。

そこで一番困ったのはインフレだった。食料品が約30%値上がりしたため、私の家賃も約30%値上げされた(ドイツでは、大家はテナントと交渉することなく、食料品の消費インフレ率とまったく同じ比率で家賃を値上げする権利がある)。健康保険料も値上がりし、結局は、最後の半年の支出は私が想定していたより高くなった。

今後留学する人へのアドバイス

ドイツの学生寮、自分が利用していない期間(何週間とか)に他人に転貸することができる。その時には、転貸契約にしっかりとサインしてください。

ところで、ドイツ人は「問題提出—問題解決」の流れが大好きなので、相手と距離感を感じた時に、ためらわずに質問したり、助けを求めたりしてほしい。

教室で議論したり、質問に答えたりするときは、大きな声を出すことを忘れないように。

報告書記入日

2023 / 09 / 10