

交換留学報告書

派遣先	
三重大学での所属学部・研究科	教育学部・学校教育教員養成課程・社会科コース(中等)・政治ゼミ
学年(出発時)	5回生
大学名	ハイデルベルク大学
国	ドイツ
留学期間	2021年9月2日から2022年8月19日まで
派遣先での身分	ハイデルベルク大学・哲学部・西洋美術史学科

一日の生活スケジュール(通学時)	
	記入欄
8:00	
9:00	
10:00	授業(美術史)
11:00	メンザ(学生食堂)で自習
12:00	
13:00	授業(ドイツ語の文法)
14:00	
15:00	日本語を勉強したいドイツ人とタンデム
16:00	
17:00	
18:00	授業(留学生用ドイツ語)
19:00	夕食・友人と過ごす
20:00	
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)
ドイツ語基礎クラス(A2-1)	2回	8	ドイツ語	基礎的なドイツ語文法を、各国の留学生とコミュニケーションをとりながら学ぶ。筆記の試験あり。
ドイツ哲学(留学生用・B1)	1回	4	ドイツ語	ドイツ語で2~5ページほどのテキストを読み、内容について先生に質問したり、留学生同士で話し合う。レポートあり。
ドイツの歴史(留学生用・B2)	1回	4	ドイツ語	先生がドイツの歴史をパワーポイントに文字を映しながら語るのを、それをノートにまとめて学習する。最後に質問タイムがあるが、基本的に教授型の授業。学期末にテストあり。
ドイツ語基礎クラス(B1-1)	2回	8	ドイツ語	基礎的なドイツ語文法を、各国の留学生とコミュニケーションをとりながら学ぶ。筆記の試験あり。
芸術を使った会話練習(留学生用)	1回	4	ドイツ語	授業につき1~2人が任意のテーマについて15分くらいのプレゼンをする。その内容について感想や私見を話し合ったり、先生の話を聞いたりする。学期内で2回ほど課外授業があり、隣町マンハイムやルートヴィクスハーフェンの美術館に行き、芸術鑑賞する。評価はプレゼンの内容と授業内の発言。
ドイツ語コミュニケーション(B1)	1回	4	ドイツ語	各授業につきテーマが決まっており、その内容について2人1組のペアでプレゼンを作って発表する。テーマはドイツにおける社会問題が取り上げられていて、例えば「高等教育のシステム」や「家賃が高すぎる問題」「ドイツ語の言語に隠されたジェンダー問題」などである。私は「海洋に流出するマイクロプラスチック問題」について発表した。評価は授業内の発言とプレゼンの出来。
ドイツ語読解(B2)	1回	4	ドイツ語	ドイツ語の学術論文や専門的でレベルの高い文章を読むために必要な知識を学んだり、実際のテキストを使って読解の練習をする。評価は授業内の発言と学期末のテスト。

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	出国前に連絡を取ってチューターの連絡先をもらい、自分でいろいろコンタクトをとる。
語学コースの有無	有り。
コース名、料金、期間等	Allgemeinsprachlicher Deutschkurs、料金は交換留学生は無料、九月の一か月は週五日で午前中まるまる語学コース。学期内は週二回のドイツ語基礎クラスをとることができる。

生活	
住居のタイプ	学生寮
住居の名前	Alkatraz
部屋タイプ	2人でキッチンと風呂トイレをシェア。プライベートルームあり。
ルームメイト(国籍)	一人。ドイツ人。
室内設備	基本的に生活に必要なものはすべてそろっていた。
共用施設	音楽室あり。洗濯機と乾燥機は寮全体でシェア、地下にランドリールームあり。寮内にパーティールームのバーがある。
インターネット設備	インターネット付き。ただしルーターは自分で購入した。
大学までの交通手段(交通機関、所要時間)	トラム22番で15分ほど。歩きも合わせると大学まで30分ほど。
アルバイトの有無	なし。
アルバイトの内容	—

渡航	
Visaの種類	就学ビザ
Visa申請先	ハイデルベルク市内の外国人局 Ausländerbehörde 住所: Bergheimer Str.147,69115 Heidelberg
Visa取得にかかった日数	2か月ほど(コロナで大変混雑していた)
Visa取得にかかった費用	100€程度
Visa取得方法、提出書類等	・外国人局のスタッフにメールをして、必要書類を教えてもらう。記入出来たら外国人局のポストに入れる。職員が書類を確認後、外国人局の予約の日時がメールで通告されるので、その時間に言ってビザを申請する。【必要書類:誓約書、パスポート大の写真、パスポートのコピーと原本、入学許可通知書、医療保険の加入証明、★★「月々934€×滞在期間」の資金を証明する書類★★←証明方法①奨学金受給証明②ドイツ国内の、十分な資金が入った閉鎖口座③必要な資金額が明示された本人名義の銀行口座の残高証明書】
留学先大学の最寄り空港までの経路	フランクフルト空港からICE特急で1時間ほど。急行列車で1時間半ほど。
渡航費用	往復で18万円程度
ピックアップサービスの有無	空港からハイデルベルクまでは自力で行った。その後ハイデルベルク駅でチューターが迎えに来てくれた。

帰国後	
留年や卒業の遅れの有無	有り。
有る場合、その理由	留学を決意したのが3学年の冬。当初は4学年9月～5学年8月を希望していたがコロナの影響で一年延期。5学年9月から6学年8月の期間の留学となった。
就職活動開始時期	卒業後は学校の講師をしながら、7月に教員採用試験を受験予定。企業への就職活動はしていない。
帰国後の進路	半年間で卒業論文を執筆し、春から学校の講師。

留学にかかった費用	
現地通貨＝日本円(約)	1€＝135円(約)
保険料(海外旅行保険、国民健康保険等)	海外旅行保険:月110€×11か月＝1210€(16万3350円)
学費(教科書代や語学コース授業料等)	海外旅行保険:月110€×11か月＝1210€(16万3350円)
宿舍費(月額)	209€(月額)
光熱費(月額)	宿舍費に含まれる
食費(月額)	250€ほど
その他	月々の旅行代平均200€程
留学期間中にかかった費用の合計	24300€＝180万円(約)

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。)

留学は、私のこれまでの人生の中で最も輝いた日々でした。大学に入ったら留学したいという希望があったのですが、なかなか踏み出せずに気づけば3年生。教育実習を契機に、留年してでもドイツに留学することを決めて、やっと準備を進めたと思ったらコロナ禍に突入し、残念なことに、留学が中止になってしまいました。自分の中でかなり葛藤があったし精神的に追い込まれましたが、いつになるかわからないけれども留学に行けるまで待とうと決めて待った1年は、自分を見つめなおして成長させる、修行の期間になりました。その期間と留学の期間を合わせた2年間は、自分の考え方や生き方を形作るような意味深いものだったと思っています。

留学について本当に良かったと思う点は他にもいくつかあります。一つ目は、「自分が外国人になる」という経験ができたことです。日本にいたら、自分が「他者」であり「マイノリティの人種」になることはほぼありませんし、どこに行っても日本語が通じるので、原語で困ることがありません。しかしながら外国は違います。いつだって自分の言語はマイノリティで通じないので、母国語ではない言語で一生懸命伝えないといけません。そして、時には「アジア人」であるというだけで、差別を受けることもありました。このようにポジティブでありネガティブな経験をしたことで、「外国人だとしても、言語が違ったとしても、人間の感情や何が嬉しいか/悲しいかなんて、あまり変わらないんだ」という事を心から実感するようになりました。

また留学をしたことで、「失敗や恥を恐れずに、自己主張をしたり、何か行動する」力もついたように思います。言語が不慣れだと、本当に困ることがたくさんありました。そして、見知らぬ人にでもなれない言語でしゃべりかけて助けてもらうような場面がたくさんありました。留学前の自分だったら、オープンに助けを求めるようなことは出来なかったと思うけど、知らない人に話しかけたりすることが、全然苦ではなくなりました。そして、留学中に大事にしていたマインドは、「自分はドイツ語も英語も完璧ではないけれど、自分なりの考えや伝えたいことがあるし、自分の持っている語学力を駆使して頑張って話しているからいいのだ」というものです。言語ができないからといって押し黙らない。恥と思わずにどんどん行動して、つたなくても話せばいいのだ、と学びましたし、そのようなある種の図太さも手に入れました。自分の力で自信をもって行動していくことは、これからの人生の中でも非常に大切な考え方だと思っています。

留学を通して手に入れた一番の宝は、日本人も他国の留学生もドイツの学生も含めたすべての友人たちとの出会いでした。日本にいた時は抽象的にしか想像できなかった「世界」が、留学と各国の人との出会いを通して、自分の身近なものになりました。みんな文化の違いはあれど、同じ人間であり、心を通わせられるのだと実感した1年でした。

今後留学する人へのアドバイス

【語学力について】日本にいるうちにできる限り語学力を上げていくことをお勧めします。特に、英語以外の言語を学ぼうとしているなら、なおさら日本で基本的な文法や発音の法則はできるようになっていないと、留学した後で非常に苦労しますし、留学の楽しさが半減してしまうと思います。各国の留学生も、現地の学生も、基本的には英語が母国語レベルでペラペラに話せます。そして、留学生同士のコミュニケーションをとるときは、英語での会話となることが多いです。私は英語ができなくて苦労したので、英会話をしておくことを強くお勧めします。

【日本人との交流について】現地では、意外にたくさん日本人がいます。私が行ったときはコロナ禍だったので、一部の交換留学生しかいませんでしたが、二学期目には外部の語学学校にたくさん日本人が来ていました。ずっと日本人といることもできますし、人によっては日本人との交流を一切シャットアウトしようとする人もいます。しかしながら、シャットアウトはお勧めしません。ホームシックになった時、何か深い悩み事を抱えているとき、日本人特有の苦労をしたとき等、日本人の友人は母国語という事もあって非常にありがたいです。留学に来ているような人は、それぞれ理由があって留学に来ているし、自分の考えを強く持っているような人が多いので、話を聞くのは楽しいですよ！留学という特殊な環境の中では、日本にいるとき以上に人間関係が濃厚になります。もしかしたら一生の友人に出会えるかもしれません。

【勉強のマインドについて】とにかく恥を恥と思わずにどんどんアウトプットすることです。話すことです。私は、日本語を学びたい学生といっしょにタンデム(語学交換パートナー)として勉強しました。4人の学生とタンデムをして、週に4~5回は集中的にお互いに語学を練習しました。

報告書記入日

2023年1月10日