

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)	2年
大学名	ハイデルベルク大学
国	ドイツ
留学期間	11か月
派遣先での身分	交換留学生

一日の生活スケジュール(通学時)	
	記入欄
8:00	
9:00	授業
10:00	授業
11:00	授業
12:00	授業
13:00	昼食
14:00	図書館やメンザで自習
15:00	
16:00	タンDEM
17:00	タンDEM
18:00	
19:00	夕食
20:00	
21:00	自宅で自習
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)
Allgemeinsprachlicher Deutschkurs	8	12	ドイツ語	10人程度の少人数授業、学期末に試験
Allgemeinsprachlicher Deutschkurs	4	6	ドイツ語	10人程度の少人数授業、学期末に試験
Linguistic (Im)Politeness	1.5	4	英語	講義、学期末にレポート
British and American English	1.5	4	英語	講義、学期末に試験
Lecture Series Work and Leisure	1.5		英語	講義、学期末にレポート
Introduction to the Study of Culture	1.5		英語	講義、学期末に試験

大学のサポート	
チューターの有無	無、パディは有
チューターのサポート内容	パディのサポート内容は、銀行開設、住民登録、SIMカード設定、寮までの案内
語学コースの有無	有
コース名、料金、期間等	Allgemeinsprachlicher Deutschkurs、無料、学期ごと

生活	
住居のタイプ	WG
住居の名前	Alcatraz
部屋タイプ	4人シェアルーム
ルームメイト(国籍)	ドイツ、オランダ
室内設備	机、引き出し収納、クローゼット、ベッド、棚
共用施設	キッチン、トイレ(3つ)、シャワー
インターネット設備	ルームメイトとシェア
大学までの交通手段(交通機関、所要時間)	トラムで10分、バスに乗り換え7分
アルバイトの有無	無
アルバイトの内容	

渡航	
Visaの種類	学生ビザ
Visa申請先	外国人局
Visa取得にかかった日数	7か月
Visa取得にかかった費用	100ユーロ
Visa取得方法、提出書類等	ビザ用顔写真、パスポートのコピー、ハイデルベルク大学の入学許可証コピー、11,208ユーロ以上のドイツ銀行閉鎖口座残高証明書、医療保険の加入証明書、住民票コピー、ビザ申請書をメールで担当者に送る。外国人局からの返信のメールで、外国人局に訪問する日が送られてくる(大体約三か月後の日程)、訪問日に外国人局へ行き、現金かカードで100ユーロを支払い、署名して終了。4週間後に郵送でビザが送られてくる。
留学先大学の最寄り空港までの経路	福岡国際空港ーシンガポールチャンギ空港ーフランクフルト空港
渡航費用	片道7ー8万円
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	今のところなし
有る場合、その理由	
就職活動開始時期	
帰国後の進路	学部3年

留学にかかった費用	
現地通貨＝日本円(約)	1ユーロ＝約143円
保険料(海外旅行保険、国民健康保険等)	月およそ15000円
学費(教科書代や語学コース授業料等)	語学コース教科書代 約3000円
宿舍費(月額)	月209.90ユーロ(光熱費、水道料金込み)
光熱費(月額)	
食費(月額)	約15000円
その他	日用品、学期交通券、旅行各々の出費
留学期間中にかかった費用の合計	約150万円

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。)

高校生のころからドイツに留学に行きたいと思っており、言うまでもなくドイツ語の勉強は必要ですが、大学一年の第二外国語の選択において、中国語を選択しました。語学が好きなので中国語を選択したことは後悔していません。ですが、語学の勉強は早いほどいいので、もし自分が効率を重視し、留学先の国の言語メインでの留学を希望していたら、一年次の外国語選択は重要だと思います。語学コースは週4時間か8時間か選べますが、ドイツ語の初心者だったので、初めの夏学期は週8時間のコースをとり、冬学期は週4時間のコースにしました。交換留学生は、前期後期ともに無料で語学コースを受けられることが大変ありがたかったです。他にもドイツ(やその他ヨーロッパ)は、学生、留学生に優しい国だと思います。例えば、美術館博物館の入場料で学生割引価格があり、ときどき無料で見学できる場所もあります。メンザや、大学近くのカフェでも、学生価格でランチやケーキ、コーヒーを飲食できます。また、交通機関においても学生割引が利用可能で、学期の定期券を持っているとエリア内はトラム、バス、REやSバーンが乗り放題です。ほかの国では学生にどのような優遇制度があるかわかりませんが、ドイツ留学はこのような点においてもおすすめします。語学勉強については、留学前、ドイツ語はおろか英語すらよく話すことができませんでした。留学中は友達とよく会って遊んだり旅行をしたりして、そのなかで語学を上達させることができたと感じています。ドイツ語は全くの初心者でしたが、同じレベルの学生が集まって10人くらいの少人数クラスで勉強をするので、間違いを恐れずに発言し、クラスが同じ学生と拙いながらもとりあえず口に出して練習することで、習得の速度は中学校で英語を習い始めた時よりも速いと感じました。また、語学コースの先生も、実践的な授業をしてくれたり、初心者にもわかりやすい言葉やジェスチャーなどを用いてくれたり、インプットよりもアウトプットをより多くしてくれたり、学生の勉強に対しての配慮がとても細やかでよかったことも大きな理由の一つだと思います。また、タンデムも語学力の向上に大きく貢献したと思います。現地の学生とドイツ語で会話すると、なかなか思い通りに話すことは難しいものの、やはりモチベーションに強く繋がるのを感じましたし、終わった後はドイツ語の頭に切り替わっていてその感覚がとても面白いです。渡独直後の住民登録や銀行開設など、バディがいなければ本当に何もできなかった自分が、帰国するころには、住民登録の削除や保険の解約、退学手続きなどをすべて一人でドイツ語でできるようになっていたり、日常生活で不意に話しかけられたときに、現地の人と現地の言葉で会話ができたり、成長を感じて嬉しく思いました。また、大学では特に学期初めにたくさんイベントやウェルカムパーティがあるのですが、それにできるだけ多く参加して、人と喋る機会を作るようにしました。私の性格が内向的で人見知りをするので、最初は緊張しましたが、慣れてくると会話を楽しめるようになります。さらに、個人的に韓国語に興味があり、韓国人の学生と仲良くなってタンデムをして、簡単な会話ができるようになりました。また、休暇や週末を使ってさまざまな町や国に旅行し、それぞれの地域が誇る文化や芸術、歴史、食、祭りなどを体験し、とても有意義な時間を過ごしました。ハイデルベルクでは日本にいたときに出会わなかったようなキャリアを持つ人や、いろいろな人生を持つ人にたくさん出会えて、進路に悩む自分にとって前向きな視点を持つことができ、またその悩みに真摯に向き合ってくれてアドバイスしてくれる素敵な友達ことができました。ドイツ語の勉強は帰国してからも続けたいと思いますし、少しずつ上達していくドイツ語で友達と会話するのが楽しみです。この11か月の間、多くの場所に行きましたが、自然豊かで人も親切な心地よいハイデルベルクが一番好きな場所です。

今後留学する人へのアドバイス

積極的にイベントやパーティに行くと、嫌でもだれか人と会って話すことになるので、行くと交流が広がって新しい友達ができ、とてもいいチャンスだと思います。実際に、私が留学中にできた仲のいい友達の何人かはそのような場で出会いました。なので招待されたものにはできる限り行ってみたいと思います。行くまでは億劫ですが、行ってみると本当に楽しいです。また、学生寮について、シェアか一人暮らしかの二つがあり、私は4人シェアでしたが、とても満足です。休日には一緒にスイーツを作って食べたり、ルームメイトの卒業祝いにパーティをしたり楽しかったです。また、私のシェアルームの場合、食器やあらゆる調理道具、調味料などもある程度すでにフラット内に用意されていたので、一人暮らしの場合と違って初めから全て買いそろえる必要がなく、買ったのは油や塩くらいです。また、幸運なことにルームメイトが親切で、Wi-Fiもシェアしてくれました。すべてのシェアルームがそうだとは言いきれませんが、自分が他人とバスルームやキッチンシェアすることに抵抗がなければ、シェアルームは経済的な面においてもおすすめなので、希望を記入する際にはシェアルームを希望と書いてみるといいと思います。また、学期の定期券で行くことのできる範囲はとても広いので、休日や、授業のない日の午後など、時間を見つけていってみるとハイデルベルク周辺は自然や町並みがとても美しいので心のリフレッシュができてとてもおすすめです。旅行をする際は、自分たちですべて計画を立てて行く時がほとんどでしたが、距離が遠かったり治安が不安だったりする場合は、インターネットで調べると様々な格安の学生ツアー旅行会社があるので、それで旅行すると不安が軽減されて心から楽しめるので旅行に応じて利用するといいいと思います。留学中は自分の時間が増えるので、日本語の本やドイツ語の参考書などが一冊でもあるととても便利です。また、以前からの趣味をするのもとてもいいですが、せっかくなので新しいことに挑戦してみるとまた充実すると思います。私の場合は留学中に新しい趣味が三つできて、休日や一人の時間に取り組んで楽しみました。語学勉強に関しては、やはりより早く多く勉強していると取れる授業の幅やレベルも広がるので、留学を考え始めた時からするのを勧めます。留学での一番の壁は言語の壁なので、留学前に少しでもその壁を低く薄くしておくといいいと思います。また、授業内外でも、例えば英会話をする企画に参加したり、アウトプットの練習をたくさんしておくことは留学中の自分をたくさん助けてくれます。体調を崩して病院に行きましたが、ドイツの健康保険証があれば無料で診察を受けることができたので、もし病院に行くときは安心して健康保険証だけ忘れずにするといいいです。予約はしたほうがいいと思いますが、緊急の場合はNeuenheimのMedical University HospitalのNotaufnahmestelleに行くことに対応してもらえました。薬は処方箋をもって薬局に行くと見せると買うことができます。薬の種類にもよりますが、薬局はどこでもいいです。もし不安だったら医師か看護師の方にどの薬局においてあるかを聞くと教えてもらえます。薬の代金は自己負担でした。

報告書記入日

2023年3月13日