

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・法律経済学科
学年(出発時)	3年
大学名	フリードリヒ・アレクサンダー大学 エアランゲン=ニュルンベルク(FAU)
国	ドイツ
留学期間	一学期間
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	
10:00	起床。準備。
11:00	バスと電車で通学
12:00	授業
13:00	授業
14:00	電車で移動
15:00	授業
16:00	授業
17:00	図書館で勉強
18:00	夕食
19:00	休憩
20:00	大学のイベントに出席
21:00	大学のイベントに出席
22:00	帰宅。
23:00	就寝
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)
Deutsch A1	90分/週二回	2	英語/ドイツ語	英語を用いてドイツ語を学ぶ講義。評価方法は期末試験100%
European and International Law	90分/週一回	2	英語	PPTを用いた授業形態。評価方法は期末レポート100%
European Economic Integration	90分/週一回	2	英語	PPTを用いた授業形態。評価方法は期末レポート100%

大学のサポート	
チューターの有無	有（私は利用していない）
チューターのサポート内容	/
語学コースの有無	有（私は利用していない）
コース名、料金、期間等	/

生活	
住居のタイプ	ホームステイ
住居の名前	ホームステイ
部屋タイプ	ホームステイ
ルームメイト(国籍)	ドイツ
室内設備	ホームステイ
共用施設	ホームステイ
インターネット設備	有
大学までの交通手段(交通機関、所要時間)	バス/15分ほど
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Visa
Visa申請先	大阪・神戸ドイツ連邦共和国総領事館
Visa取得にかかった日数	三か月ほど
Visa取得にかかった費用	120万程
Visa取得方法、提出書類等	総領事館に記載されている必要書類全て。
留学先大学の最寄り空港までの経路	エアランゲン中央駅→ニュルンベルク中央駅→ミュンヘン中央駅→ミュンヘン空港駅
渡航費用	往復25万円程
ピックアップサービスの有無	有。(ホストファミリー)

帰国後	
留年や卒業の遅れの有無	有
有る場合、その理由	就職活動の為。
就職活動開始時期	2026年5月予定。
帰国後の進路	三重大学を卒業した後、就職予定。

留学にかかった費用	
現地通貨＝日本円(約)	1ユーロ＝189円
保険料(海外旅行保険、国民健康保険等)	海外旅行保険82540円/ ドイツの国民健康保険料140ユーロ
学費(教科書代や語学コース授業料等)	1学期分学費72ユーロ
宿舍費(月額)	200ユーロ
光熱費(月額)	50ユーロ
食費(月額)	100ユーロ
その他	大学のイベントや旅行等。
留学期間中にかかった費用の合計	7000ユーロ程

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。)

FAUでの半年間の交換留学を終えて日本に帰国し、今振り返ると、この留学は語学面だけでなく、自身の考え方や価値観にも大きな影響を与えてくれた非常に貴重な経験であったと感じている。

まず、留学の準備段階から多くの学びがあった。特に日本でのビザ取得は、当初自分が想像していたよりも難しく、必要書類の確認や手続きに苦戦したことが強く印象に残っている。留学は現地に行ってから始まるものだと思っていたが、実際には日本での準備の段階からすでに留学は始まっていたのだと実感した。また、半年間の留学であっても、想像以上に多くの費用がかかることも強く感じた。そのため、この留学の機会が決して当たり前のものではなく、家族や大学の先生方、留学先で支えてくださる方々など、多くの人の支えの上に成り立っているものであることを常に意識していた。だからこそ、日々の生活を無駄にせず、感謝の心を忘れずに過ごそうと心掛けていた。

授業面でも多くの発見があった。私が履修していた授業は、ドイツ人の先生が英語でドイツ語を教えたり、英語で講義を行ったりするものであった。そのため、英語を通してドイツ語や専門科目を学ぶという、日本ではあまり経験できない環境に身を置くことができた。授業では、ドイツ人の先生や教授の英語は比較的理解できることが多かった一方で、他の国から来た学生の英語での質問がうまく聞き取れず、理解できないことがあった。この経験を通して、自分は「英語が分かる」と思っている、それは限られた英語に対してであり、実際の国際的な環境では多様な発音や表現に対応する力が必要なのだと痛感した。

一方で、そのような環境に身を置き、交換留学生として様々な国籍や背景を持つ人々と関わる中で、英語力そのものは確実に成長したと感じている。実際に人と話す中で、伝えたいことを自分の言葉で表現しようとする力や、相手の言いたいことをくみ取ろうとする姿勢が身についた。また、語学力の向上だけでなく、自分自身を見直す機会にもなった。日本では当たり前だと思っていた考え方や行動が、海外では必ずしも当たり前ではないことを知り、新たな価値観を学ぶことができた。この経験を通して、自分の視野が広がり、多様な考え方を受け入れる姿勢が以前よりも身についたように思う。

語学勉強の成果という点では、留学中、一人でいる時にも意識して英語に触れることの大切さを実感した。最初は授業や人との会話の中で英語を使うだけで精一杯であったが、徐々に一人の時間にも英語の動画を見たり、英語で情報を調べたりすることを意識するようになった。その結果、以前よりも英語を自然に受け入れられるようになり、自分の中でも英語力がさらに伸びたと感じている。ただし、その一方で、最も大切なのはやはり実際に多くの人とコミュニケーションを取ることも感じた。語学は知識として覚えるだけではなく、使うことで初めて身につくものであり、人との関わりの中でこそ大きく成長できるのだと学んだ。

そして、留学全体を通して、私の英語とドイツ語のレベルは確実に上がったと言える。留学前の段階では私のドイツ語はゼロに等しいレベルであったため、もちろん向上はしたが、まだまだ継続的な学習が必要だと理解している。また、英語に関しても、まだ十分ではないと感じる場面も多く、今後も継続して学ぶ必要がある。しかし、留学前の自分と比べれば、外国語に対する抵抗感は大きく減り、伝わらなくても挑戦し続ける姿勢を持てるようになったことは大きな成長である。この半年間で得た経験や学び、そして出会った人々への感謝を忘れず、今後の大学生活や将来にもこの留学経験を生かしていきたい。

今後留学する人へのアドバイス

- ・大阪・神戸ドイツ連邦共和国総領事館では、ビザ入館の予約枠が毎朝7時に更新されるので、そちらでビザを取得する人は、毎朝7時に総領事館の予約枠を確認すべきだと思います。
- ・私は大学関連の書類のアップロード先を間違えて、履修したい授業を履修できなかったのも、そのような点にも細心の注意を払うべきだと思います。また、人気の授業は履修できないこともあるので、そのような点も念頭に置いておくべきだと思います。
- ・帰国前の国民健康保険の解約手続きは想像以上に時間や手間を要したので、早めから行動しておくべきだと思います。

報告書記入日

2026年4月3日