

交換留学報告書

派遣先	
三重大学での所属学部・研究科	人文学部文化学科ヨーロッパ・地中海コース
学年(出発時)	3年生
大学名	リール大学
国	フランス
留学期間	2025年9月1日～2026年6月30日
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	授業
11:00	授業
12:00	授業
13:00	昼食
14:00	図書館で自習
15:00	図書館で自習
16:00	図書館で自習
17:00	帰宅
18:00	
19:00	夕食
20:00	課題
21:00	課題
22:00	
23:00	
0:00	就寝

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)
DEFI	15		仏語	2回の試験、集団授業
Histoire de la lumiere	3		仏語	試験、講義
DEFI extensive	2	3	仏語	2回の試験、集団授業
L2 version	1	1.5	仏語	1回の試験、集団授業
Dramaturgie de la lumiere	3		仏語	グループワーク、発表
L1 version	1	1.5	仏語	1回の試験、集団授業
L2 theme	1	1.5	仏語、日本語	1回の試験、グループワーク
Atelier lumiere	4		仏語	グループワーク、発表

大学のサポート	
チューターの有無	あり(オニギリールというアソシエーション)
チューターのサポート内容	フランス到着後の手続き等
語学コースの有無	あり
コース名、料金、期間等	DEFI、三重大学に払う授業料で受講可能、3か月間

生活	
住居のタイプ	大学寮
住居の名前	Residence Belvedere
部屋タイプ	ワンルーム
ルームメイト(国籍)	なし
室内設備	キッチン、机、いす、ベッド、トイレ、シャワー室
共用施設	洗濯機、自習室
インターネット設備	WI-FIあり
大学までの交通手段(交通機関、所要時間)	徒歩3分
アルバイトの有無	なし
アルバイトの内容	

渡航	
Visaの種類	学生ビザ
Visa申請先	在日フランス大使館
Visa取得にかかった日数	半月
Visa取得にかかった費用	1万5600円
Visa取得方法、提出書類等	etudies en franceのサイトを登録し、必要な情報を入力する。手続きが完了したらお金を振り込み、東京のフランス大使館に行く予約をとる。そのあと、visaのアカウントを作り、ビザ申請を行う。入力後、入力した情報が描かれた書類をダウンロードし、必要事項を記入し、在日フランス大使館に行く。必要になるものは、自分の基本情報、大学の情報、パスポート、EEFのID番号、経済証明書、寮の受け入れ許可証、留学理由。
留学先大学の最寄り空港までの経路	パリのシャルル・ド・ゴール国際空港まで、TGVで1時間、バスで2時間半
渡航費用	往復41万円
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	1年間留年
有る場合、その理由	就職活動、卒業論文
就職活動開始時期	帰国後すぐ
帰国後の進路	就職

留学にかかった費用	
現地通貨＝日本円(約)	1ユーロ＝185円
保険料(海外旅行保険、国民健康保険等)	13万5020円
学費(教科書代や語学コース授業料等)	三重大学に払う授業料で受けることが可能。
宿舍費(月額)	6万円(住宅補助制度ありの場合4万円)
光熱費(月額)	宿舍費に含まれる
食費(月額)	2万5000円
その他	
留学期間中にかかった費用の合計	270万円

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。)

私は10か月間の留学に行き、前期はフランス語のみを学び、後期は現地の学生と一緒に日本語学科の授業でフランス語と日本語の翻訳の授業や、人文学部演劇学科で舞台照明について学びました。前期は3か月間毎日フランス語の授業を受講していたため、フランス語力が確実に上がりました。私は最初リスニング力とスピーキング力が低かったため、授業内容を理解することが難しかったのですが、毎日フランス語に触れることで自然とできるようになっていきました。後期では、以前から興味があった舞台照明について学ぶことができました。大学の中に照明設備の整ったスタジオがあり、実際に照明の機械を使ったり、自分たちでシナリオを考えてそれに合わせた照明案を作ったりしました。グループワークが多く、受動的に授業を受けるのではなく、自分たちで考えて試して作り上げていくというスタイルでした。授業は全てフランス語で行われ、舞台関係の専門的な用語も多かったため、言語の観点で非常に苦労しました。しかし学生たちが手伝ってくれて、優しく教えてくれたため、非常に充実した時間になりました。

リール大学には、フランスと日本の交流のための、「オニギリール」というアソシエーションがあります。そこには日本について学んでいたり日本に興味があったりする人と関わることができます。私はこのおかげで多くのフランスにルーツをもつ人々と交流することができました。そしてフランス語を使って会話することや、フランスの文化について教えてもらいました。その中で、フランスと日本の文化の違いについて話すことがしばしばありました。日本の中にいるだけでは気づけなかった視点を知ることができました。

日本は海外で非常に有名でした。漫画やアニメに関しては、日本人の私よりも詳しい人がおり、他にも日本といえば、「風景がきれい」や「食べ物がおいしい、日本食に興味がある」、「礼儀正しい」という印象をもっている人が多く、それをきっかけとして話が進むので日本の良さに気づかされました。

また、リールは交通が便利でどこの国にもアクセスしやすく、10カ国を旅行しました。私は美術館が好きなので、ヨーロッパの美術館をたくさん訪れることができました。

今後留学する人へのアドバイス

体感で、フランスは日本の物価の2倍以上に感じました。金銭面に関しては少し大変でした。初めての海外がこのフランス留学だったこともあり、留学に行く前は非常に不安でした。しかしリール大学には、日本とフランスの「オニギリール」というアソシエーションがあり、フランスで日本語を学んでいる学生がたくさん助けてくれたので安心して生活することができました。そこのバディ制度を活用すれば、フランス人と一対一のバディを組むことができ、難しい手続きを手伝ってくれます。また、月に一回イベントがあり、そこでは日本に興味のある多くの人と関わることができました。DEFI(フランス語のみを学ぶコース)や人文学部など日本に関係している人が全くいない状況でも、リール大学の学生はみんなとても親切で、様々なことを教えてくれました。リール大学では多くの人と関わる機会が豊富にあります。日本では学べないことを色々な観点から学ぶことができます。フランス留学に興味がある人は、ぜひこのリール大学に行ってみてください。

報告書記入日

2026年7月1日