

交換留学報告書

派遣先	
三重大学での所属学部・研究科	工学部総合工学科機械工学コース
学年(出発時)	4年
大学名	ハイデルベルク大学
国	ドイツ
留学期間	2024年3月～2024年7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	
10:00	
11:00	
12:00	
13:00	昼食
14:00	
15:00	授業
16:00	授業
17:00	学食
18:00	友人と過ごしたりタンデムなど
19:00	買い物
20:00	帰宅
21:00	
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A2.2	20	8	ドイツ語	プレゼン, ライティング, 筆記テスト
ドイツ語B1.1	3	4	ドイツ語	プレゼン, 筆記テスト
哲学入門	3	4	ドイツ語	リーディング, ライティング

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	SIMの設定, 住民登録, 銀行口座開設
語学コースの有無	有り
コース名、料金、期間等	語学コース, テキスト代のみ、約一ヶ月間

生活	
住居のタイプ	学生寮
住居の名前	INF129
部屋タイプ	ルームシェア
ルームメイト(国籍)	ドイツ人3人
室内設備	テーブル, ベット, 椅子, 棚, 筆筒
共用施設	洗濯機, キッチン, トイレ, シャワー
インターネット設備	有り(ただしルーターは各自購入)
大学までの交通手段(交通機関、所要時間)	バス
アルバイトの有無	無し
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	三ヶ月
Visa取得にかかった費用	100ユーロ
Visa取得方法、提出書類等	ハイデルベルクのwebページにて所得証明, 住民票, ハイデルベルク大学在学証明, パスポートを提出. 後日外国人局にて書類にサイン. 私は郵便にて在留カードが届けられました.
留学先大学の最寄り空港までの経路	FLIXbus
渡航費用	105400円
ピックアップサービスの有無	有り

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)	1ユーロ＝160円～170円
保険料(海外旅行保険、国民健康保険等)	128.46ユーロ
学費(教科書代や語学コース授業料等)	教科書代 $20.5 \times 2 = 41$ ユーロ
宿舍費(月額)	335ユーロ
光熱費(月額)	家賃に込み
食費(月額)	300ユーロ
その他	200ユーロ
留学期間中にかかった費用の合計	約100万円

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。)

当たり前の事ですが、現地に着いたら所謂文化の違いというもので驚くことが多くありました。そして驚くと同時にいつも気が緩むようでした。やはり全体的に日本の方が仕事はきっちり丁寧手厚くなっていて、ドイツでは緩かったです。日本にいた時はその空気感に当てられて自分の体が強張るようでした。でもドイツではこれでいいんだとか、これもアリなんだなと思えるのは私にはありがたく、少しずつ体の力を抜くことができました。

よく面白話として話していたのは、時間通りに動くのが苦手な私は日本に居た時も例え30分に一本しか来ない電車でもダイヤルを見ずに行って待っている日々でした。なのでドイツのバスや電車がダイヤル通りに動かずとも、大きなストレスにはなりません。寧ろいつも遅れる私にとってバスや電車が遅れるのは丁度良いとまで言えました笑。

また現地では沢山の人の助けをもらい、いつも温かい気持ちでした。

言葉が通じにくいからこそ、お互いがしっかりと耳を澄まし言葉を施す姿勢が、私はとても好きです。母語話者同士と母語話者でない人との会話、どちらの方が相手の話を聞いているのだろうかと思うほどに。

私は交換留学の目的として抱いたのは大きく2つ、自分の世界地図を広げること、より良い伝え方を学ぶことでした。

以前の私の頭の中では、海外や世界という言葉聞いて浮かぶのはアメリカと西ヨーロッパぐらいでした。あまりに狭いその世界地図を広げたい気持ちがありました。様々な国から来る交換留学生と同じ授業を受けてその様子を見、話を聞き、また授業以外でも様々な背景を持つ人達と話し合うことが出来て、私の世界地図が変わる一歩目になれたと思います。

私の大学生期間のテーマの一つとして「伝える」ことがありました。ずっと練習を続けていましたし、まだまだより良くしたいと思いました。日本語とは違った特徴を持つ異国語を使えば、より私の納得のいく伝え方をつくることができ、言葉も洗礼されると考えました。分かりやすく成果を実感することはありませんでしたが、留学を通して満足できるほど前進できたと思います。

語学について。

私は初日の授業(A2.2クラスだったため授業中の使用言語は全てドイツ語)の約3時間半の内容で聞き取れたのは何度も強調されて言われた「elf(11)」のみ。あまりに追いついていない私の様子を見越してクラスメイトが助けてくれるものの英語でもほとんど聞き取れないという状況でした。その頃を思えばグループワークができるようになり、授業に追いついき、クラスによっては自ら発言をし、日常でほんの少し聞きいて話せるようになったのは、大きな進歩だなあと感じます。

やはりやった分だけ成長するなということと、その成長量が大きくなれる環境下だったなと思います。

今後留学する人へのアドバイス

よく言われるように語学に終わりは無いのだと思います。英語もドイツ語もやれる分だけあらかじめ学んでおけるといいと思います。私の場合は交換留学生とは英語、現地のドイツ人とはなるべくドイツ語を使いました。ハイデルベルクは英語を話せる方が多いのでコミュニケーションが不安でしたら英語を重点に予習しておくといいのかなと思います。ドイツ語を日本で学ぶ時は文法用語をドイツ語でも知っておくのをオススメします。授業をよりスムーズに進めやすくなると思います。

また、私個人としては物書堂さんの辞書をオススメします。携帯とMac bookで使用できます(残念ながらWindowsは今の時点でないです)。毎年4月に割引キャンペーンがあったと思います。調べるスピードが速くなったり発音が載っているのはもちろんのこと、オフラインでも使用できるため現地ではとても重宝しました。例文もあるので私にとっては教材代りでした。

留学中は同じ三重大生、日本の他大学の人、学生、現地の方、バディー(自分の担当じゃなくても)色々な人に頼るだけ頼りまくる精神でいるといいと思います。

行ってみて体感した留学の利点として、社会的弱者を体験できることが挙げられます。身体障害、疾患、非正規雇用など、社会の隅に行きやすいポジションは長期的になることが一般的な中で、一時的に現地の言葉が不自由である身、外国人の身になれるのは良い利点だと思います。

これは私の考えですが、悲しみや辛さ、誰かにかける手間、まとめて見たらどこも同じだと思います。だからどの道を取ってもいいと、留学を選んでも選ばなくてもいいと思います。

ー以下は一部の方へー

私は大きな環境の変化に弱く、慢性的な体調不調が多い体でした。特に日常生活へ影響が大きかったのを挙げると触覚過敏、電磁波過敏、化学物質過敏などです。

一時期家から出るのが億劫で、引き籠もり気味の状態もありました。変わる変わるな体と付き合いながら、大きな一步一步を積み重ねて、こうして海外の地で過ごすことができました。

ずっと怖くて不安で仕方がないことばかりでした。その度に周りにいる身体的な不利を抱えて生きてきた方々に、助けてもらったり話を聞いたりしました。そういった方々が同じ世界で生きていることも心の支えになりました。

もし私と同じような立場の方がいたら、無理をして急がなくていいと思います。やりたいことがあっても今は出来るように思えないなら、そこまでの道を崩してほぐして結んでみてください。自分の体は自分の味方だと信じてほしいです。

報告書記入日

2024年8月19日