

交換留学報告書

派遣先	
三重大学での所属学部・研究科	工学研究科電気電子工学専攻
学年(出発時)	大学院2年
大学名	ハイデルベルク大学
国	ドイツ
留学期間	6ヶ月
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)		
	授業日	授業がない日
8:00		
9:00		
10:00	授業	図書館で自習
11:00	授業	図書館で自習
12:00	オンラインでのミーティング	図書館で自習
13:00	昼食	
14:00		タンデムパートナーと昼食(言語学習)
15:00	授業	タンデムパートナーとの言語学習
16:00	図書館で自習	
17:00	図書館で自習	図書館で自習
18:00	授業	図書館で自習
19:00	授業	夕食
20:00	授業	帰宅
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)
ドイツ語コースA1.1	15		ドイツ語・英語	講義・グループワーク・試験・プレゼンテーション
ドイツ語コースA1.2	3		ドイツ語・英語	講義・試験
English B2.2	3		英語	講義・試験・プレゼンテーション
Introduction to Phonetics and English Phonology	1.5		英語	講義・試験
Pronunciation Practice American English	1		英語	講義・グループワーク・試験
Modernes Japanisch IV: Gurûpu renshû	1		日本語	グループワークのサポート

大学のサポート	
チューターの有無	有
チューターのサポート内容	空港までの迎え、ビザの申請の手続き、寮までの送迎、到着初日のオリエンテーションの部屋までの案内
語学コースの有無	有
コース名、料金、期間等	ドイツ語準備コース、学期開始前の一ヶ月間、無料(教科書は有料)

生活	
住居のタイプ	学生寮
住居の名前	Im Neuenheimer Feld 523
部屋タイプ	ルームシェア(個室あり)
ルームメイト(国籍)	自分を含めて2人(ドイツ国籍)
室内設備	机、椅子、ベッド、ゴミ箱、棚、クローゼット
共用施設	キッチン、電子レンジ、食器、冷蔵庫、ポット、シャワー、洗面、トイレ
インターネット設備	備え付けのWi-Fi有り
大学までの交通手段(交通機関、所要時間)	バス、トラム(25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	Heidelberg外国人局
Visa取得にかかった日数	1ヶ月
Visa取得にかかった費用	58 €
Visa取得方法、提出書類等	オンライン上で以下の書類のpdfを送信することで申請ができました パスポートの入国スタンプページ パスポートの顔写真ページ ドイツ国内の保険加入の証明書 閉鎖口座開設の証明書 奨学金の受給証明書
留学先大学の最寄り空港までの経路	Flix Bus, DB(ドイツ鉄道) 自分の場合はバディ(チューター)がバスの手配をしてくれた
渡航費用	往復137,470円
ピックアップサービスの有無	

帰国後	
留年や卒業の遅れの有無	無
有る場合、その理由	
就職活動開始時期	留学前
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€＝168～172円
保険料(海外旅行保険、国民健康保険等)	TK(ドイツの保険会社): 144€/月
学費(教科書代や語学コース授業料等)	
宿舍費(月額)	290€/月
光熱費(月額)	家賃に含まれる
食費(月額)	250 €
その他	Deutschland-Ticket(月額で公共交通機関に乗り放題のチケット): 58€/月
留学期間中にかかった費用の合計	100万

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。)

半年間という短い期間ではあったが、ハイデルベルク大学に留学し、現地の学生や世界各国からの留学生と交流できたことは非常に有意義な経験であった。ハイデルベルク大学の学生は母国語だけでなく英語も流暢に話すことが当たり前であり、そのような環境に身を置けたことは大きな刺激となった。英語が公用語ではないドイツであるにもかかわらず、多くの学生が自然に英語を使いこなしている姿を見て、「英語圏だから話せるのではなく、国籍に関係なく国際的に交流するために英語が必要である」という感覚を強く実感した。この気づきは、今後の英語学習において大きなモチベーションになると考えている。

また、ドイツ国籍の学生に限らず、ヨーロッパ各国、南米のスペイン語圏、さらには日本を含むアジアからも多様なバックグラウンドを持つ学生が集まり、英語を共通言語として活発に交流していた。そのような国際的環境に身を置き、自分と彼らとの実力差を肌で感じられたことは、将来を見据えた学習意欲をさらに高める貴重な体験となった。

世界規模での差を認識し、体感できたこと自体が大きな学びであったと感じている。

さらに、ドイツの文化や国民性に関しても日本との違いを感じる事ができた。基本的に日曜日にはスーパーマーケットなどが閉店し、平日も多くの店が20時には閉まるなど、日本のように長時間休みなく営業する環境とは異なり、不便を感じる面もあったが、その一方でゆとりを持って行動できる生活環境が整っているように感じた。

ハイデルベルクが豊かな自然で知られる土地であることも影響していると思うが、休日にはピクニックやサイクリングなどレジャーを楽しみながら過ごす人々が多く、その姿が非常に印象的であった。

自分自身もこうしたドイツの人々のゆとりある生活スタイルを知識としては理解していたが、実際に体験することで、休暇にメリハリをつけることの快適さや、生産性の向上につながるという実感を得ることができた。

語学力に関しては、もともと苦手意識もあったことから、ドイツ語の学習に大変苦労した。慣れない英語での授業についていくことに必死で日本語を介さずに学ぶことの難しさを痛感した。英語能力に関しては、授業中だけでなくその他の留学生との交流の中で使用する機会が多かったため、自分がどのように表現したいのかを常に考える必要があった。その結果、日本で英語教材を用いて学習するよりも効率的にスピーキングにおける実用的な表現を身につけることができ、さらに知っていた表現が実際に使われている場を目の当たりにすることで細かなニュアンスについても理解を深めることができた。

今後留学する人へのアドバイス

留学に行こうか悩んでいるのであればまず相談と情報収集を始めるしかないと思います。
奨学金についても国際センターだからこぞ知っているような制度がある可能性があるのも自分一人で悩まずに大学の機関に相談することをお勧めします。

また留学に行く際は、現地到着前に可能な限り、ビザに関する情報や保険に関する情報を収集するべきだと思います。

調べればさまざまな留学体験の情報が出てくるのでそれらを参考にしてください。

ドイツで必要な学生ビザの書類などは日本でほぼ揃えることができたのでできるだけそれらを揃えて到着後スムーズに申請ができるとストレスが少ないです。

wiseという国内外で利用できるオンラインバンキングサービスが留学を通じてとても便利でした。

日頃の支払に使用できるだけでなく、wiseのユーロ用の口座を開設することでドイツ国内の銀行口座を開設することなく家賃やドイツの健康保険等の口座登録が必要な支払いに対しても対応可能でした。

wiseを用いると日本円からユーロへの変換もほとんど手数料をかけずに行えるため、無駄な手数料を支払わずに済みました。

またwiseのデビットカードがあればドイツ国内の銀行ATMで現金の引き出しも可能でした。

ドイツ国内で銀行口座開設をすると、出国時には口座を閉じる必要があり、出国前にすることが増えてしまうためwiseを日本国内で開設してwiseのデビットカードの発行までを済ませておく就非常便利です。

YouTubeなどでwiseについて解説している動画もたくさんあるので興味がある方は調べてみると良いと思います。

報告書記入日

2025年8月22日