

派遣留学生帰国報告書

* 復学後の情報を入力してください

記入日	2016/6/15		
所属学部	文学部		
所属学科・専攻	国際言語文化学科		

1. 留学先について

留学先大学名	パリ東大学(Université Paris-Est Créteil)			
留学先所属学部等	人文科学科(Faculté des Lettres, Langues et Sciences Humaines)			
留学期間	出発日 2015/9/8	入学日 2015/9/9	修了日 2016/5/19	帰国日 2016/5/26
住居	<input checked="" type="checkbox"/> 大学(紹介)の寮・アパート <input type="checkbox"/> 民間アパート <input type="checkbox"/> その他()			
	通学時間	5分		<input type="checkbox"/> On campus
	通学方法	徒歩		
	居室スペース	<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> (2) 人部屋 <input type="checkbox"/> その他()		
	共有スペース	<input type="checkbox"/> 完全個室 <input checked="" type="checkbox"/> キッチン <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> リビング <input type="checkbox"/> その他()		
食事	自炊 60 %	学食 20 %	外食 20 %	その他 () * %で記入してください
保険	海外旅行保険(名称)	OSSMA付帯保険(損保JAPAN)		
	派遣先大学指定の保険(名称)	Sécurité Sociale Étudiante	<input checked="" type="checkbox"/> 強制加入	
	その他			
渡航ルート	ex.) 成田⇄シカゴ(飛行機)⇄ウィスコンシン(電車)			
	成田	⇄	シャルル・ド・ゴール	⇄

2. 留学にかかった費用について

総費用	110万	円	* おおよそでかまいません。			
出処						
自費	<input checked="" type="checkbox"/> 貯金 150000	円	<input type="checkbox"/> アルバイト	円	<input type="checkbox"/> その他	円
援助	<input checked="" type="checkbox"/> 両親 必要分	円	<input type="checkbox"/> 家族・親戚	円	<input type="checkbox"/> その他	円
奨学金	<input checked="" type="checkbox"/> JASSO 720000	円	<input checked="" type="checkbox"/> その他名称(住宅補助)	176000		円
その他	<input checked="" type="checkbox"/> 千葉大学助成金 181000	円	<input type="checkbox"/> その他()			円

2-1. 財政管理の方法

渡航時	<input checked="" type="checkbox"/> 現金	100000	円	<input type="checkbox"/> その他()	円
留学中	<input type="checkbox"/> 海外送金	<input type="checkbox"/> キャッシング	<input checked="" type="checkbox"/> その他()		

2-2. 各費用の支払い方法 ex.)全額、クレジットカードで。

大学に払った費用	全額現金で。
住居にかかった費用	全額、現地銀行のクレジットカードで。
その他	全額、現地銀行のクレジットカードで。

2-3. 内訳

* 外貨で払ったものについては日本円に換算したおおよその金額も記入してください

費目	外貨金額		円貨金額	
	通貨単位			
渡航費(往復)			106580	円
海外旅行保険			104570	円
OSSMA			19440	円
査証・在留許可証			13000	円
住居	ユーロ	3717	505500	円
食費		1300	176800	円
通学に要する交通費	ユーロ	(パリ市内の定期7か月分)270	40000	円
教科書、教材費	ユーロ	約100	13600	円
その他大学に支払った経費	ユーロ	強制加入の保険215	30000	円
光熱費				円
その他 (携帯)	ユーロ	310	42000	円
その他 (旅行交通費)	ユーロ	300	31600	円
その他 ()				円
その他 ()				円

3. 学業面 *必ず、後日、留学先の成績証明書と単位の互換認定が反映された千葉大学成績証明書を提出すること。

履修科目名 *全て。足りない場合には別紙に記入してください。	種類 ^{ex.} 正規、聴講	単位数	単位互換認定 申請の有無
1 フランス語 文法(DELCIFE) 前期	正規	1	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
2 フランス語 読解(DELCIFE) 前期	正規	1	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
3 フランス語 文章表現(DELCIFE) 前期	正規	1	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
4 フランス語 会話(DELCIFE) 前期	正規	1	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
5 フランス語 文法(DELCIFE) 後期	正規	1	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
6 フランス語 読解(DELCIFE) 後期	正規	1	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
7 フランス語 文章表現(DELCIFE) 後期	正規	1	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
8 フランス語 会話(DELCIFE) 後期	正規	1	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
9 19,20世紀フランス文学	正規		<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
10 フランス文学入門	正規	2	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
11 美術館訪問	正規	3	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
12 ヨガ	正規	3	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
13 17,18世紀フランス文学入門	正規	3	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
14 比較文学	正規	2	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
15 19世紀フランス文学	聴講		<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無

3-1. 授業科目の選択、登録方法 *登録時期や千葉大学と異なる方法で登録する場合など具体的に説明してください。

授業科目は、自分が取りたいと思うものは、学年問わず取ることが出来ました。一般生徒ならば、学生証を貰った後は千葉大学と同じようにインターネットで履修登録が出来ますが、留学生はそれが機能しないようで、用紙に記入し、自分と研究区分が同じ教授のサインと千葉大学のコーディネーターのサインを貰い、完了でした。ただ、テストを受けるためには学期の途中でテストのための登録を事務に行かなければいけませんでした。

3-2. 授業内容、方法に関して

私の受けた授業は、授業で使用する本を読まなければならなかったため、少しずつ読み進めていくことを予習としていました。内容は、時代と文学の関係性を見る授業の方が、文学のコンテキストを見る授業よりも多かったように感じます。ある授業では、マニュアルを購入することが義務付けられていたため、購入し、授業中と復習中に使用していました。復習の例を挙げると、比較文学の授業中に何度もフランツ・カフカの『変身』が話題に上がったため、実際に読んでみて、試験対策をするというような方法も取っていました。

3-3. 語学力について

留学したての頃は、言われていることを理解することが難しかったことは勿論、最大の難点として、自分がどう解答すればいいのかがわからず、引っ込み思案に陥りました。対策として、学内で当該年度から開始したTandem Bilingueという言語交換のパートナー斡旋サービスに応募しました。そこで、学内で日本語を学んでいる生徒と知り合い、会話のチャンスを増やしました。また、パリ市内にある日仏交流協会にも足を運び、なるべくフランス語と触れるチャンスを作るようにしました。2学期目にあった学部内の文化祭では、留学生のチームに入りましたが、そこではお互いにフランス語を使うことで語学力を実践的に上げることが出来たと思います。結果的に、会話力は飛躍的に向上したと思いますが、未だにある程度の域を出ないため、これからも学んでいきたいです。

3-4. 図書館など学内施設について

私は、3年次論文という千葉大の学科内で3年次に必修の論文を書くにあたり、学内の図書館を大いに使用しました。そもそも、日本ではマイナーな分野ではあったのですが、フランスの図書館には、結構な量の参考文献があり、とても助かりました。メインキャンパス内に図書館があり、印刷機もあるため、使用頻度はとても高く、学期末はとてもお世話になりました。学食もありますが、コスパは良くともあまり美味しくないのが少し残念でした。

4. 生活面 * 気づいたこと、心掛けたことなどをご記入ください。

4-1. 住居について

幸いにも、学校の寮に入ることが出来ましたが、そもそも申請はとても通りにくく、遠隔から来ている生徒が主な対象になるようです。私も、コーディネーターさんに寮のスタッフさんへの連絡を依頼してからようやく申請が通ったので、留学前ではあったものの、とても不安と緊張に駆られました。寮は、基本1人部屋、端の部屋だけ2人部屋というシステム。キッチンとトイレは共用でしたが、自分の部屋にシャワーや水道があるので、パーソナルスペースはしっかり管理出来ました。便利な点は、駅や大学へのアクセスがとても良かった点です。正直、駅前はとても治安が良いとは言えないのですが、寮は近かったため、何か危険に身をさらされることも無かったです。

4-2. 食生活について

外食は安くはないので、初めての一人暮らしでしたが頑張って自炊するようにしていました。自炊は寮内に器具が無かったため、お米を炊くようなことはしませんでした。そのため、沸騰したお湯を入れて待つタイプのお米などは持って行って正解だったと思います。野菜は季節物が安価で、パンはいつでも同じ値段で安くて美味しいです。

4-3. インターネット環境、携帯電話について

私が入寮した始め1週間程度は有線でしかインターネットが繋がらず、そのため、日本の携帯の使用が出来ませんでした。しかしその後はWifiが寮に設置されたため、とても便利でした。現地で購入した携帯も、プリペイドでデータ制限のあるものを買っても、自宅ではWifiが使用できたため、問題なく利用できていました。パリは観光地であるため比較的Wifiがカフェ等でも整備されているのが良かった点です。

4-4. 服装について

私は母が渡航してきた際に、日本の洋服を持ってきてもらいました。もちろん、現地でも購入しましたが、私の場合どうしても好み合わなかったため、このようになりました。ファストファッションは安く、留学には向いていると思います。また、フランスの冬は寒いので、厚手の服は買って良かったと思います。

4-5. 健康管理について

序盤は、環境と食事の変化に胃が驚いたのか、食事の量が減った時期もありましたが、私は留学中、一度も風邪を引きませんでした。気を付けていたことは、水分はしっかり摂ること、手洗いうがいプラスしてアルコール消毒をするようにしていたこと、掃除はマメに行うこと、何か異変を感じたら持って行った市販の葛根湯を飲むこと、等です。衛生面に気を遣っていたり、出来るだけ気持ちをマイナスにしないようにしていたことが結果的に良かったのではないかと思います。

4-6. 保険、OSSMAの利用 *利用実績等をご記入ください

OSSMAは一度だけ、インターネットの繋ぎ方を聞くために電話をしましたが、専門分野ではない質問をしてしまい申し訳なかったと思っています。保険の利用は一度もありませんでした。

4-8. 学外のコミュニティとの交流について

学外では、前年度の先輩と同様、友愛アソシエーションという日仏交流団体に足を運ぶようにしていました。2言語使えること、現地の日本人と悩みやオススメのものについての話を出来ることは有意義で、言語習得と情報収集をするうえではとても良かったです。

4-9. 日本から持参してよかったもの

・ウェットシートを張り付けて掃除が出来る組み立て式のクイックルワイパー
 ・お湯を注ぐだけの味噌汁
 ・服(私の場合だけだと思いますが、現地の服がいまいちだと思ってしまったので)
 ・ホッカイロ(冬は寒いので)
 ・葛根湯(調子悪いなと思ったときに予防のために飲んでいました)
 ・マスク(外で着けると感染者だと思われそうですが、同居人がインフルエンザに罹った際に利用しました)

4-10. 日本から持参したが不要だったもの

・化粧品(安くていい化粧品は沢山売っていたため、向こうで買うことをオススメします)

4-11. 現地での対人関係について気づいたこと(習慣の違い、マナーなど)

・まず、向こうの学生は基本的に留学生に対してフレンドリーではありません。自分から話しかけない限り、現地の学生と友人になることは難しいです。個人主義的だなと思います。
 ・お店入店時などば挨拶は常識なことも日本と違う点です。
 ・誕生日などのお祝いの際、日本は周りの人がそのゲストのために尽くしますが、ヨーロッパでは当人負担が当たり前だそうです。

4-12. 余暇の過ごし方

旅行 * 複数回出かけた方はすべての日程、行き先、費用等をご記入ください。

ex) 【イギリス・ロンドン&フランス・パリ(観光)】〇〇年〇月(5日間)、約5万円

○ドイツ・ハイデルベルグ(2日間)、約6万
○イタリア・ミラノ等(6日間)、約6万
○フランス・ボーン(観光1日)、約3万

その他 * 気分転換やストレス発散法など。

友達と外出して観光地巡りをする。特に、フランスは文化を学ぶことが大きく推奨されている国なので、美術館や歴史的建築物等は学生証を提示すれば無料で入館することが出来ます。日本語を話したいと思ったときは、友人や親とSkypeをすることで気分転換をしていました。

5. 報告

5-2. 留学先大学について(150~200文字)

パリ郊外にある大学です。とても治安がいいと言われる微妙ですが、静かで落ち着いた場所に立地していると思います。留学生は多く居ますがその多くとは、DELCIFEというフランス語の授業で出会うことが出来ます。ここではそれぞれレベルに合わせた授業を受けることが出来、また週末に出かけるイベント等も企画してくれるため、とても便利です。学部内では、ほぼ現地学生に混じるという状況でした。アジア人だからこう扱われる、ということは多国籍な国であるため一切ありませんでしたが、自分から話しかけない限り留学生には興味を持ってくれないため、現地学生と仲良くなることは少し難しいです。

5-4. 留学希望者へのアドバイス(300~400文字)

始めはどうしても慣れないことばかりで、へこむことも多かったですが、知らない国に一人で居るということは、自分しか状況を打開出来る人は居ないのだから、前を向いて頑張るしかない!と思った時から、留学は楽しくなると思います。私は、フランス語が特別得意だったわけではないし、比較的消極的な人間でした。しかし行ってみたら、フランス語は頑張るしかないのだから頑張れるし、西洋のあの積極性に触れることで、自分から何かを発信する楽しさを知ることも出来ました。何が言いたいかという、不安があっても、少しでも頑張る留学してみたいと思うなら、チャレンジしてみることが大切だということです。もう一点大切だと思うことは、日本を知っておくことです。私は、フランスに行って、自分が思った以上に日本について説明出来ないことを痛感しました。会話をすれば、文化の話はして然るべきなので、自分の会話のツールとして、日本を知ることがオススメです。

5-5. 留学を終えて * 派遣留学プログラムについて、今後の目標、進路、自信がついた部分、不安に思うことなどなんでも。

留学を終えて、以前より自分のことがよくわかった気がします。それを活かして、自分の適性を考えて就職活動が出来たらと思いますし、自分が学んだ英語やフランス語が活かされる仕事が出来たらそれは幸せなことだと思います。就職活動ですが、まさか6月解禁になるとは思っていなかったし、帰国前に友人の就職活動が終わっているとも思いませんでした。大きな焦りはあります。しかし、留学したくてしたのだから、留学で手にした能力はきっとアピールポイントになるだろうと信じて、頑張っていきたいです。