

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	2015年6月29日		
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			
留学先所属学部等	人文科学部			
留学期間	出発日 2014.08.26	入学日 2014.09.	修了日 2015.05.31	帰国日 2015.06.01
住居	<input type="checkbox"/> 大学の寮 <input checked="" type="checkbox"/> アパート等 <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> その他 ()			
	通学時間	10分		<input type="checkbox"/> 大学の紹介・あっせん
	通学方法	電車(メトロ)		
	部屋のタイプ	<input type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> () 人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> 共同スペース有 (トイレ、バス、キッチン) <input type="checkbox"/> 無		
食事	自炊 90 %	学食 5 %	外食 5 %	その他 () * %で記入してください
保険	海外旅行保険(名称)	損保ジャパン 海外旅行総合保険		
	大学指定の保険(名称)	SMEP		<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)⇄ウイスコンシン(電			
	成田(飛行機)	⇄	パリ(飛行機)	⇄

2. 留学にかかった費用について

総費用	1,196,280	円	* おおよそでかまいません。		
出処					
自費	<input checked="" type="checkbox"/> 貯金 500,000	円	<input type="checkbox"/> アルバイト	円 <input type="checkbox"/> その他	円
援助	<input type="checkbox"/> 両親	円	<input type="checkbox"/> 家族・親戚	円 <input type="checkbox"/> その他	円
奨学金	<input checked="" type="checkbox"/> JASSO 720,000	円	<input checked="" type="checkbox"/> その他名称(家賃補助)	217,000	円
その他	<input checked="" type="checkbox"/> 千葉大学助成金 320000	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	円	<input type="checkbox"/> クレジットカード	円	<input type="checkbox"/> その他()
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(国際キャッシュカードの利用)		

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	クレジットカード
住居にかかった費用	口座引き落とし
その他	

2-3. 内訳 * 外貨と日本円に換算した金額を両方記入してください

費目	外貨金額		円貨金額	
	通貨単位			
渡航費(往復)			190,000	円
海外旅行保険			128,970	円
OSSMA			29,160	円
査証・在留許可証	ユーロ	58	7,830	円
住居	ユーロ	4,500	607,500	円
食費	ユーロ	1,170	157,950	円
通学に要する交通費				円
教科書、教材費	ユーロ	38	5,130	円
その他大学に支払った経費	ユーロ	200	27,000	円
光熱費				円
その他 (定期代)	ユーロ	324	43,740	円
その他 ()				円
その他 ()				円
その他 ()				円
その他 ()				円

3. 学業面

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	単位認定の有無	
1 フランス語 文法 (DELCILE)	正規	1	<input checked="" type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
2 フランス語 読解 (DELCIFE)	正規	1	<input checked="" type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
3 フランス語 文章表現 (DELCIFE)	正規	1	<input checked="" type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
4 フランス語 会話 (DELCIFE)	正規	1	<input checked="" type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
5 20世紀のフランス文学	正規		<input type="checkbox"/> 有	<input checked="" type="checkbox"/> 無
6 コーラス	正規	3	<input checked="" type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
7 ヨガ	正規	3	<input checked="" type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
8 映画を通してみるフランス (DELCIFE)	聴講		<input type="checkbox"/> 有	<input checked="" type="checkbox"/> 無
9 フランスの建築(DELCIFE)	聴講		<input type="checkbox"/> 有	<input checked="" type="checkbox"/> 無
10 17世紀・18世紀のフランス文学	正規		<input type="checkbox"/> 有	<input checked="" type="checkbox"/> 無
11 ローマ・ギリシアの神話	正規	3	<input checked="" type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
12			<input type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
13			<input type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
14			<input type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
15			<input type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
16			<input type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
17			<input type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
18			<input type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
19			<input type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 無
20			<input type="checkbox"/> 有	<input 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。

(留学生向けの授業)DELCIFEとして開講されるフランス語の授業に関しては、振り分けられたレベルの授業の時間割が配布されるのでそれに従って授業を選びDELCIFE用の登録用紙を提出します。(全学生向けの授業)学部の授業以外のスポーツや文化活動のオプションの授業(学部を越えて開講)は、直接受講したい授業の担当をしているデスクのもとへ行って登録の交渉をします。学部の授業の場合は交渉をする必要がなく、1度出席してみて自分で判断することができます。最後にオプションの授業、学部の授業まとめて登録したい授業を記入し、指導担当の先生にサインを頂いてから留学担当の先生に提出します。

3-2. 授業内容、方法に関して

学部の授業に関しては、興味があったフランス文学のそれぞれの時代の文学史のような授業と神話の授業を選択しました。先生によっても授業展開の仕方が異なるのですが、私の受講した授業の先生方は全員レジュメを事前に配布してくださったので、内容を把握しやすかったです。文学史の授業に関しては、作家や芸術家、それらの作品の名前がたくさん出てくるので、電子辞書の辞典でその都度調べるようにしていました。また、文学史に関する参考文献も提示してくださっていたので、復習の時に目を通したりしていました。神話の授業に関しては、毎回扱う神話のレジュメを前の講義の際に事前に配布してくださったので、全文に目を通して予習をすることができ、進めやすかったです。

3-3. 語学力について

フランス語は、DELCIFEの授業で前期に基礎をしっかり学べたのでよかったです。後期に聴講で出席していたDELCIFEの授業も、比較的わかりやすいフランス語で語学から発展した文化などの内容の講義が開講されていたので理解度も高く楽しめました。ただ、私が受講していた授業はほとんど講義形式で大人数の授業であったので、あまりフランス語で発表したり意見を述べるといった機会が少なかったと思います。フランス語を話すという技能に関しては特にあまり鍛えることができなかったという反省があるので、そこを重点的にこれからも勉強を続けていきたいと考えています。

3-4. 図書館など学内施設について

図書館は学部の建物ごとに備わっていました。それぞれの専攻に合わせた本が置かれていて、量も膨大であったのでとても便利でした。英語で書かれている文献もあったので、使いやすかったです。運動場などは専用のものがないので、スポーツの授業の際は近隣の市営の施設を使用していました。学食も備わっていて1食3,2€でメニューのセットが食べれます。

3-5. その他

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。書ききれない場合には別紙等に続けてください。

4-1. 住居について

住居は運よく大学に近いアパートを見つけることができました。キッチンやバスなどの使用勝手もよく、2人の日本人女性の同居人もとても親切な人だったのでとても快適に暮らすことができました。時々、電気や鍵のトラブルも起こったのですが、その都度近所の方々やアパートの管理人さんの相談したりと地域住民の方々とも直接交流ができたのは貴重な体験だったと思います。ただ、外国人学生に囲まれて暮らす寮生活と比べて、1日にフランス語を使う時間は少なくなってしまうので、自分で積極的に話す機会を作っていく努力が必要だと思いました。

4-2. 食生活について

外食をするととても高つくので、必然的に自炊がメインな食生活になっていました。農業大国なだけあって、食材はとても豊富で、季節のものを選べばほとんどがとても安く購入できます。日本では見られない野菜や、アフリカ系、アラブ系などの多国籍な食品もとても興味深かったです。パンもチーズも安くとても美味しいので、食事にはあまり困りませんでした。日本食が恋しくなった際には、パリ市内のオペラ地区に行くと日本の食材も売っているお店がいくつかあるのでそこでお米やお豆腐を買ったりしていました。

4-3. インターネット環境、携帯電話について

借りていたアパートでは、家賃にWi-Fiの使用料が含まれていたので使い放題でした。携帯電話はフランスのプリペイドケータイを購入し途中でSIMカードだけ月額4ユーロのものを入れて使用していましたが、必要になるのはフランスの機関、会社等に電話をかけたいときや、待ち合わせなど外出時に友人と連絡を連絡を取りたいときだけでした。緊急でない連絡は基本的にWi-Fiを介して無料でできるLINEやFacebookのMessengerを使用していました。

4-4. 服装について

渡航時はそんなに多くの衣類を持っていきませんでした。気温の変化に応じて新しい衣類が必要になった時は、なるべくファストファッションの衣類を購入し帰国時には捨てて帰ってきました。冬は外に出ると寒いので厚めのコートや手袋、マフラー、帽子が必要でしたが現地でも探せば安く調達できます。また日本とは違ってセントラルヒーティングの建物が多いせいか、一度室内に入ってしまうと冬でも寒さを感じることはほとんどなかったです。薄手だけどとてもあたたかいヒートテックの下着はとても役に立ちました。

4-5. 健康管理について

一番環境の変化で大きいのが乾燥がひどいことだと思います。乾燥によって肌が荒れたこともありましたが、喉が乾燥してしまうとウイルスに感染しやすくなってしまいうように、喉からくる風邪にかかり熱を出し寝込んでしまったことが二回ありました。いずれも乾燥のひどい冬の時期で、幸いどちらもバカンス期間中であつたため授業に支障をきたすことはなかったです。一度目の風邪を引いたあとで両親に体温計とマスク、熱さましシート等を送ってもらえたので二度目は落ち着いて対処をすることが出来たのですが、そういった病気を想定してのグッズも少し渡航時に携帯できるといいなと思いました。乾燥がひどいときに、自分の部屋にいるときや寝るときだけでもマスクをつけて喉や肌のうるおいを保てることはとても大事だと思います。(フランスではマスクをつけることが一般的ではなくて、マスクをして外出していると重大な病気か何かの感染者だと思われるので注意です。)

4-6. 保険、OSSMAの利用 *利用実績等をご記入ください

保険、OSSMAのヘルプラインに関しては特に利用した機会がありませんでした。2回風邪を引いた際も、熱があるときは外出する気力がなく、一度熱が引いてしまうと診察に行く必要がなかったため、病院には行きませんでした。ヘルプラインに電話して助言が必要なほど緊急の出来事にも見舞われませんでした。ただ、どちらにも入会していたおかげで何があっても大丈夫という安心感はずっとありました。

4-7. 課外活動について

4-8. 学外のコミュニティとの交流について

学外では、大学のある地域クレティユの空手教室、パリ市内の日仏交流サークル友愛associationを通して、現地の人々や他の日本人留学生、日本人在住者たちと交流をしました。それぞれ様々な年代の人と出会い、日本を好きなフランスの人々と会話をすることができたこともそうですが、日本人で、留学や仕事や様々な目的があつてパリに来ている人たちの話を聞いたこともとても面白く貴重だったと思います。

4-9. 日本から持参してよかったもの

おりがみ、マスキングテープ、レターセット、荷物にならない程度の日本食材(しょうゆやだしなど現地で調達できるが高い)、洗濯ネット(洗濯機の力が強めなので、気に入っている服や傷みやすい服はネットにいれるとよい)、薬、ウェットティッシュ

4-10. 日本から持参したが不要だったもの

私の場合では、ハンガー、洗濯ばさみ等、借りていた部屋に備わっていたので不要でした。

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)

店員さんとのやりとりでも“Bonjour(こんにちは)”, “Merci(ありがとう)”など基本的な挨拶があり、道で誰かとぶつかってしまったときも必ずみんな“Pardon(失礼)”, “Excusez-moi(すみません)”と言います。また友人関係では、会う時は出来るだけ長く時間を共に過ごすのが望ましいようで、例えば友人の家に招かれて夕食を一緒にとった際、夜の10時頃に抜けて帰ろうとすると、フランスの若者同士だとそれは“つまらないからもう一緒にいたくない”という意思表示になりかねないから気を付けてと友人から注意されたことがあります。

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。

○フランス:パリ→ドイツ:フランクフルト(1泊2日) ○フランス:パリ→オランダ:ハーグ(1泊2日) ○フランス:パリ→フランス:マルセイユ(2泊3日) ○フランス:パリ→イギリス:ロンドン(2泊3日) ○フランス:パリ→スイス:ルツェルン(2泊3日)

その他

5. 報告

5-2. 留学先大学について(150~200文字)

郊外の落ち着いた環境にある大学です。フランス語の授業も自分のレベルに合った実用的な授業を受けることができ、学部での授業も豊富な選択肢がありました。また日本語学科等が無いため、日本人に興味を持ってくれる学生を探すのは難しかったですが、他の日本人留学生があまりいないということもあって留学ならではの異国感を十分に味わうことができました。(個人的に、日本に全く興味のない現地学生と知り合うのは難しいなと感じていました)

5-3. 留学中の様子(450~500文字)

フランス語に慣れるまでは、学部での専門の授業は特に理解するのが大変でした。耳で聞き取れた単語をスペルにしてみても辞書で検索してみたり、そこでわかった単語や人物名を電子辞書に内蔵されていた百科事典で検索してみたりして、まずは日本語で把握できるようにしていました。学部での授業の内容を少しでもよく理解できるようになるためにもDELCIFEのフランス語の授業では、課題に出された練習問題を地道に解いたり、授業で扱った文章を読み深めたり、基礎に重点を置いて勉強していました。全学部共通の授業では、ダンスや工作や美術館巡りといった文化的な授業もあり、私はコーラスの授業を受講しました。受講していたフランスの生徒たちとグループを組み、最終的な発表を目指して練習を重ねながら、一緒に音楽を楽しめたことはとてもいい思い出です。また、千葉大学の学科の規則として3年後期に提出する必要のあった3年次論文を、現地で入手した文献をもとに作成したことは、とても大変でしたが大きな達成感を得られました。

5-4. 留学希望者へのアドバイス(300~400文字)

私がフランスでの交換留学に挑戦したいと考え始めたとき、はじめはフランス語で授業を受ける、ということにとっても大きなハードルを感じました。ほんの数年しか勉強していない言語で生活し、授業を受けること、それが可能なのだろうか。悩みましたが、以前パリ東大学で交換留学をされた先輩のお話背中を押され、私も挑戦してみることに決めました。実際に留学をしてみて、慣れない言語で行われる授業であつてもただ出席することは誰にでもできますが、よほど生のフランス語に慣れている人でない限りは内容を理解することはできないのだと感じました。大切なことは、そこで少しでも理解を深めるために自分なりに考えて、どのように勉強していくか、取り組んでいくかということではないかと思います。また、こんなに理解が困難な状況で、外国の学生たちの中に入って勉強することも、交換留学でなければできなかった貴重な体験でした。勉強以外にも様々な人に出会ったり、様々な土地に足を運んでみたり、海外での滞在は自分の視野を広げられるような経験ができるチャンスでもあります。少しでもフランスという国や人々、文化に興味があつて学びたいことがあるのであれば、まずは挑戦してみてほしいと思います。

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。

留学を終えてみて、外の世界の新しいこと、価値観を学ぶだけではなく、母国日本のこと、自分の自身のことについても新しく発見できたことがたくさんあつたように思います。それは就職活動という時期を迎える前にとっても貴重な経験になりました。私自身、日本語はもちろん、フランス語、英語といった言語がとても好きで、またそれを言いながら他の文化のなかで生まれ育つた人々とお話することが好きです。なので、外国語や外国の方々と関わり続けることができるような仕事に就けたらなと思っています。就職活動に関しては何かと不安もありますが、そのことを目標に、留学生活で培った根気を武器にして就職活動を続けていきたいです。まだまだ未熟なフランス語も英語も、楽しみながら勉強していけたらなと思います。

お疲れ様でした

国際教育センター海外留学支援室 2015.2作成版