

交換留学（派遣）帰国報告書

.....
留学先大学： パリ第10大学（Université Paris Ouest Nanterre La Défense）
留学先での所属学部・研究科： 文学部
留学先での在籍身分： 学部生
留学期間： 2014 年 9 月～ 2015 年 6 月
神戸大学での所属学部・研究科： 文学部
学年（出発時）： 4年生
本報告書記入日： 2015 年 7 月 4 日

1. 留学先大学について

1-1. 留学先大学の「学期」について

学年開始月日： 9 月 15 日

学年終了月日： 6 月 27 日

学期：

① 9 月 15 日～ 1 月 17 日

② 1 月 19 日～ 5 月 20 日

③ ___ 月 ___ 日～ ___ 月 ___ 日

④ ___ 月 ___ 日～ ___ 月 ___ 日

1-2. 留学先大学の特長、人気のある分野等

主に文系学部が発達している。文学、法・政治学、経済学、社会学など。

1-3. 留学先大学のサポートについて記入してください。

語学面でのサポート：

留学生向けのフランス語の授業がある。授業はすべてフランス語で行われる。日本語に関する学部がないためほとんど日本語を理解する人はいない。

勉学面でのサポート：

先生は人にもよるかもしれないが、概ね優しかった。文法や語彙的な指摘をしてもらえることもあるし、レポートは添削して返却してもらえた。

精神面でのサポート：

あまりない。国際交流課にあたるような部署の人たちが優しくしてくれた。学部の秘書も優しく対応してくれた。

住居・生活面でのサポート：

寮生活はかなり快適だった。自分で家を探していたら大変だったと思う。注意すべきことがあると寮や学校からメールも送ってもらえた。

課外活動のサポート：

自分は参加していないが、年間でお金を支払えばスポーツ関連は使い放題だった。

1-4. 神戸大学の所属学部・研究科にて「単位認定」を申請する予定ですか。



はい



いいえ

2. 住居

2-1. 住居についてアドバイスを含め自由に記入してください。（気をつけること等）

かなり住みやすい寮で特に不自由はなかった。退寮時には部屋を細かくチェックされることがあるので、初めから目立つ汚れがあった場合は写真を撮っておくといいと思う。隣の部屋や廊下の音がよく聞こえるのでそれだけは我慢しなくてはならない。

3. 生活について

3-1. 保険について

どのような種類の保険に加入したかを教えてください。

学校で一斉に加入したもののみ。

また、現地で加入した保険があれば、ご記入ください。

特になし。保険に加入することを求められたような気もするがあまり覚えていない。

3-2. PC（パソコン）について

PCの保有の状況：■日本から持参した □現地で購入した □保有しなかった

住居内のインターネットへの接続の可否：■接続できた □接続できなかった

住居内でインターネットに接続していた場合、プロバイダー、料金等について記入してください。

家賃の内に含まれていた。一つのアカウントに5つまで機器を接続できる。

大学でのPCの使用の可否：■使用できた □使用できなかった

大学でPCを使用していた場合、施設の場所や日本語環境等について記入してください。

図書館のPCを使用した。中には日本語表記がされないものもあった。基本的な言語はフランス語。

3-3. 医療について

留学中に病院に通いましたか。医療費等について記入してください。

通っていない。

健康管理あるいは衛生面について特に注意すべきこと。

あまり無理な生活をしていない限り健康を損ねることはないと思う。買った食材は、可能なら一度洗って使用する方が良くもしいない。虫がついている場合があるため。

3-4. 銀行口座について

留学先でお金を引き出せるように、どのように準備・手続きしましたか。

ビザデビットを使用できるように、りそな銀行の口座を開設した。現地のATMでも引き出せるしカードとしても利用できた。

3-5. 異文化体験について

留学先の文化・社会（習慣の違い等）について記入してください。

必ず挨拶をすること。お店に入った時や別れる時など。また、休みは完全に休みであるということ。休日はお店も閉まってしまう。

大学外の現地の人々と、どの程度コンタクトをもちましたか。

あまり知り合う機会はなかったが、友人の紹介などで数か月に1度くらいは大学外の人と会うことがあった。よく行くお店などでは顔なじみもできる。

課外活動（ボランティア、インターンシップ、アルバイト等）をしましたか。

特にしていない。

留学先の「町」についてコメントがあれば、記入してください。（安全性、外国人への態度等）

大学・寮ともに郊外に位置していたので治安に関しては全く問題はなかった。基本的に人々も穏やかだった。郊外線の電車はすぐに遅れたり中止になったりしてそれが少し不便だった。

3-6. 留学期間中に就職活動をしましたか。就職活動をした場合、教えてください。

していない。

4. 経費について

4-1. 奨学金を受給していた場合、奨学金についてご記入ください。

（財団等名） JASSO _____, 80,000 _____ 円/月

5. アドバイス及び感想

5-1. 現地で参考となった留学先国の情報（出版物、ホームページ）を記入してください。

在仏日本大使館、OVNINAVIなどのホームページ。

5-2. 日本から持参すると良いと思われるものがあれば、記入してください。

5-3. 留学することによって得られたことについて記入してください。（語学力の向上、キャリアパスの明確化、異文化理解等）

※ 語学力については、差し支えの無い範囲で、留学前と帰国後の客観的な指標を教えてください。

留学前：（ ） 点→帰国後（ ） 点

当然語学力は向上した。会話の内容をすべて把握するとはまではいなくても、相手の伝えたいと思っていることをくみ取ることはできるようになったと感じる。また、どんなことにも挑戦してみようという気持ちが生まれた。経験しないで終わってしまうことはもったいないと思えるようになった。

5-4. 振り返ってみて、何が最大のトラブルでしたか。

時折部屋が停電したこと、寮の入り口の扉の鍵がよく壊れたこと。どちらもすぐに直ったし大きな問題はなかった。
学校の手続きは少し苦労した。毎学期1つ分の授業登録がうまくできておらず、何回も事務室に足を運ぶことになった。また、これは自分のミスだが、フランス到着当初の手続きで学校と寮に行く順番を間違えてかなり複雑なことになってしまった。

5-5. 留学前、留学期間を通じて、神戸大学のあなたへのサポートは適切でしたか。神戸大学への要望があれば記入してください。

適切だったと思う。

5-6. 本留学プログラムを後輩に薦めますか。薦める場合・薦めない場合ともに、理由を記入してください。

薦める。自分が留学した大学は、日本語の環境がなかった分手続きなどにやや難点もあったが、システムとしては非常に良い環境で学べたと思う。すべてを自分で行わなければならない場合と違って、ある程度の連絡を受け取ることもできたし、補助があることが何より助けにもなった。

5-7. 留学全体を振り返って、以下の質問に答えてください。

（5段階評価、5が最も高い評価、1が最も低い評価）

- ・留学先大学の授業の「質」（内容、レベル等）に満足しましたか： 3
- ・留学先大学の学生サービスに満足しましたか： 3
- ・留学先の住み心地（安全性等）に満足しましたか： 5
- ・住居の「質」（広さ、料金等）に満足しましたか： 4
- ・全体として留学に係る費用は安かったと思い、満足しましたか： 2
- ・神戸大学の留学に係るサポートに満足しましたか： 4
- ・留学全体の総合的な評価： 4

その他 自由に記入してください。（800字～）

一年を通してとてもいい経験になった。日本とは違った生活様式や考え方、時間の流れ方など、現地に行って初めてわかるものを多く体験できたように思う。

学校について。授業はできるだけすべて出たほうがいい。現地の授業を受ける機会はめったにないものだから、わからなくても耳を傾けておくと練習にもなるいい経験になる。授業によっては手助けしてくれるものもあるので是非積極的に参加してほしい。語学の授業にも専門の授業にも、必ず成長のカギはある。最初の手続きが難しく感じるだろうが、落ち着いて根気強く対応すべき。こちら側の熱心な態度があれば相手側もやさしく対応してくれる。自分の留学先(パリ第10大学)には日本語に関する学科がないため日本に対しての関心は強くはない。そのためこちら側から積極的に声をかけていかないとつながりができないという点に関してはなかなか辛かった。特に自分の周りだけかもしれないが、フランス語があいまいだとあまり相手にしてもらえないことも多かった。それでも話しかけ続ければやさしく対応してくれる人も出てきた。弱気にならないことが一番大切。

生活について。基本的に困ることはない。外食は高くつくので自炊を強いられるが、生活力を鍛えるという意味でも必要なこと。勉強が忙しい時期は、どうしても学校とスーパーと家の往復になってしまいがちだが、少し余裕のある時はなるべく外に出て、街をぶらぶら歩いてみるのがいいと思う。お気に入りのスポットやおいしいお店が見つかったりする。せっかく現地にいるのだから、肌身で街を体感してほしい。

旅行について。簡単に外国に行ける環境にあるので、できればたくさん旅行したいところ。バスや電車、航空券などは、日本と違って予約するタイミングによって値段が変わるので、早めに計画を立てて定期的に値段をチェックするようにしたい。はじめは億劫になりがちだが、慣れてくればなんとなく気持ちにも余裕ができるし、なんとなくグローバルな人間になった気分になれる。かもしれない。この旅行のおかげで、飛行機にはずいぶん慣れた。

最後に。留学という期間は思っているほど短くもないし長くもない。そこにいるうちは、とりわけはじめのうちは長く感じて苦しい時もあるが、終わりかけや、いざ日本に帰ってきてしまうと、本当に短かったなと感じる。後悔しないように、というのは無理かもしれないぐらい。だからこそ、できる限りいろんなところに行って、いろんな経験をして、いろんなものを感じ取ってきてほしい。その空間の絵や映像を見ることは日本でできても、それに実際に触ったり味わったりできるのはそのときしかないし、思い出の中で呼び覚ますためにはそれを経験していないとできないから。きっと何をしても無駄にはならない。実りの多い、充実した留学生活を送ってほしいと思います。