

## 交換留学(派遣) 帰国報告書



留学先大学:	トリーア大学
留学先での所属学部・研究科:	
留学先での在籍身分:	ドクター
留学期間:	2018年9月20日～ 2019年7月26日
神戸大学での所属学部/研究科:	人文学研究科
学年(出発時):	博士課程後期課程3年
帰国日:	2019/7/27
本報告書記入日:	2019/9/13

## 1. 留学先大学について

1-1	学年開始月日:	月 日
	学年終了月日:	月 日
	学期:	① 10月22日～2月8日
		② 4月8日～7月12日
③ 月 日～ 月 日		
④ 月 日～ 月 日		
1-2	留学先大学の特長、人気のある分野等について記入ください。	詳しくはわかりませんが、留学生を広く受け入れているようでした。
1-3	留学先大学のサポートについて記入ください。	
	語学面でのサポート:	オリエンテーションプログラムにドイツ語クラスが組み込まれており、そのあと本学にもドイツ語クラスがあるので、各々のレベルに応じたクラスでドイツ語を学ぶことができます。
	勉学面でのサポート:	学部によりますが、例えばGermanistik(ドイツ文学)は出席点とテストで得られる点が分かれていますので、単位が取れるかどうかあまり気にせずに授業に出ることができます。
	精神面でのサポート:	コーディネーターの方がすごく親切なので、分からないことがあればすぐに相談できます。
	住居・生活面でのサポート:	寮でトラブルがある場合は、寮の管理人が相談のための時間を毎日30分設けてくれているので、その時間に相談できます。
	課外活動のサポート:	Japanologie(日本文学)の学生がイベントなどを企画してくれていました。
1-4	近況報告書提出後に、履修した授業について記入してください。	<a href="#">クリックで別シートへ</a>
1-5	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？	いいえ

## 2. 住居について

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。(気を付けること等)	入居時に不具合があればすぐに管理人に伝えたほうが良いです。また、退去時にあまりに汚い状態だと、お金を取られます。
-----	--------------------------------------	--

## 3. 生活について

3-1	インターネット接続環境について	大学内はフリーのWi-Fiが、寮内では有線LANが使えました。
	住居内のインターネット接続可否、プロバイダー、料金等について記入してください。 大学内のインターネット接続可否(wi-fi)等について記入してください。	寮内では有線でネットに接続できました。月に50GBが上限でしたが、追加でお金を払えばもっと使うこともできました。 自分のユーザーIDとパスワードでwi-fiが使えました。
3-2	医療について	病院には行きませんでした。
	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。また、健康管理や衛生面について特に注意すべき点について教えてください。	通いませんでした。風邪などを引いたときは薬局に売られている専用のお茶を飲むのがふうみでした。
3-3	銀行口座等について	大学のオリエンテーションで口座開設の手続きを手伝ってくれました。
	留学先でお金を引き出す為にどんな準備・手続きをしましたか。(現地口座開設、キャッシュパスポート等)	現地で口座を開設しました。

4. 経費について(奨学金、留学費用)		
4-1	奨学金を受給していた場合、奨学金名(財団名等):	Erasmus
	支給額(円/月):	約93,000 円
	その他(渡航費等の支給):	約132,000 円
4-2	留学期間を通して必要だった費用を記入してください。(概算で結構ですので、円価で記入してください。)	
	航空運賃:	154,000 円
	住居費:	(月額) 36,500 円 × (留学月数)11 ヵ月 = 401,500円
	食費:	(月額) 18,000 円 × (留学月数) 11ヵ月 = 198,000円
	保険料:	120,000 円
	その他:	250,000 円
	合計(留学期間全体の費用):	約 1,300,000 円
5. 異文化体験について		
5-1	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。	バスや電車のチケットやスーパーでのレジの通し方など、細かいところで違いはありましたがある程度すぐに慣れました。夏になると半裸の人がそこで寝そべっているのはちょっとびっくりしました。
	大学外の現地のの人々と、どの程度コンタクトを持ちましたか。	週に1~2回、タンデムを行ってドイツ人と話しました。ドイツ語クラスでは他国の留学生たちと仲良くなりました。
	課外活動(ボランティア、インターンシップ、アルバイト等)はしましたか。	しませんでした。
	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)	のんびりしていて親切な人が多い印象でした。それほど都会でないのに、治安も悪くありませんでした。
6. 就職活動について		
6-1	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、どんなことをしたか教えてください。	就職活動はしませんでした。
7. アドバイス、振り返り		
7-1	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。	特にありません。
7-2	現地では手に入らない物、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。	体が冷えるのでカイロをよく使いました。
7-3	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)	実際にドイツ語を使うことにそれほど抵抗を感じなくなりました。会話をするのなら伝えたいことがあるのが大事で、語学力は後からついてくるものなのだと感じました。
	語学力について、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:( B1 ) 点 → 帰国後:( B2 ) 点
7-4	振り返ってみて、何が最大のトラブルでしたか。	クリスマスシーズン前にカギを部屋の中に閉じ込めてしまい、友達の家泊まらせてもらったことです。
7-5	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。	適切でした。
7-6	本留学プログラムを後輩に勧めますか。勧める場合・勧めない場合ともに、理由を記入してください。	勧めます。トリーアも大学もいいところでした。学生へのサポートも手厚く、向上心のある人であれば、快適に留学生活を送れるのではないかと思います。
7-7	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	4
	・留学先大学の学生サービスに満足しましたか	4
	・留学先の住み心地(安全性等)に満足しましたか	4
	・住居の「質」(広さ、料金等)に満足しましたか	3
	・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	4
	・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	
8. その他感想、後輩へのメッセージ等を自由に記載してください。(800字~)		
<p>留学に行くなら、事前の準備が大切だということが身に沁みました。特に勉強面において、明確に達成したい目標を決めて置くと、後悔が少ないのではないかと思います。できるだけ具体的な方がいいです。自分自身の興味については、留学に行ってから新しく見つけたことも再確認したこともあります。たとえば留学によって自分がまるっと変わるというようなことは私にはありませんでした。新しい環境に身を置くということはそれだけで刺激になりますし、良い影響もあると思います。何かしら得るものは絶対にあるはず。ただ、そこにプラスして何か残るもの、今後につながるものが欲しいと思うなら、常に考えて試行錯誤することが必要かもしれません。私にとって一番良かったこと、うれしかったことは、友達や仲間など、人と仲良くなることができたことでした。どこにいたとしても、誰かといっしょに笑って過ごせる時間が自分にとって一番大切なのだと分かったことが何よりの収穫です。人によって十人十色の留学体験があると思いますが、行って損はないので興味があればぜひやってみてください。</p>		