

## 協定留学近況報告書

記 入 日	2017年 11月 5日
留 学 先 大 学	ライデン大学
留 学 先 での 所 属 学 部 等	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科等に所属している(以下に学部等名を記入) <small>※学部等名(日本語)      現地言語での名称):</small> <input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず様々な学部等の授業を履修している。 <input type="checkbox"/> その他:
留 学 期 間	2017 年8月－2018年 6月
明 治 大 学 での 所 属	情報コミュニケーション学部____学科____専攻 / ____研究科____専攻
学 年 ( 出 発 時 本 学 での 学 年 )	学部3年生 / 研究科 <input type="checkbox"/> 博士前期課程 <input type="checkbox"/> 博士後期課程      年生

1. 出発前にどのように情報を集め、準備をしましたか。しておいて良かったこと、準備不足だったこと、ぜひ次の学生に準備としてアドバイスしたいことを記述してください。

私の場合、明治大学からライデン大学へ留学に行く初めての学生だったということもあり情報収集には大変苦労しました。学校のホームページを繰り返し確認したり、他大の先輩に声をかけてみたりして情報を手に入れていました。しかしやはりわからないこともあると思いますのでそういう場合は、ライデン大学に直接メールして聞いてみると良いと思います。

留学準備において、失敗し今でも後悔していることは住居探しです。ライデン大学の寮にはそもそも留学生が全員住める数の部屋がありません。オランダに今人口が増えていることもあり、留学生の住宅不足はライデンだけに限らず各地で深刻な問題になっています。私は様々な理由で寮の申し込みがうまくいかず、申し込みができたときにはもう部屋がないという状況でした。(寮の申し込みは早い者勝ちです。)そうなった場合自分で探すのですが、これは大変苦労しますし、精神的にも落ち着きません。これからの留学を考えている方には、早めに大学の寮の申し込みをすることを勧めます。また、大学の寮が見つからなかった、大学の寮に住みたくない、という人は Leiden Student Housing という Facebook ページをチェックして見ると思います。しかし、これもかなり競争が厳しいので兎にも角にも大学の寮に早く申し込みをするのがいいと思います。大学が始まってもなお家探しに奮闘している留学生が結構いました。手続きが色々複雑なのでわからないことがあれば聞いてください。

あとは、授業の申請については気をつけた方がいいです。取りたい授業があっても、席数が限られているため申請しても取れないということは多々あります。履修できる権利を勝ち取る優先権は現地の学生にありますので、できるだけ早く履修登録の申請をすること、そしてほとんどの場合取りたい授業が全て取れるということはないのでいくつか多めに候補を考えておくと思います。

しておいてよかったこと、、、難しいですが料理でしょうか。自分が食べたいものを自分が好きな時に作れる、または残り物で何かを作るなど充実した食生活を送ることはメンタル面の健康にも繋がって来ます。僕は今まで実家暮らしでしたが、たまに母の手伝いをしていたおかげで現在一人暮らしをエンジョイできています笑。オランダのスーパーマーケットは貿易で大きくなった国だけあって充実の品揃えです。農業大国ということで想像していたよりも色々な野菜が手に入りやすいのも助かっています。また、雨が多い天気ですので、防水性のジャケットと靴を二足ほど持つてくるといいと思います。Gore-Tex は高いですが uniqlo の block tec で十分です。

## II-1. 留学のための渡航前手続き(留学ビザ) ※詳細に記入して下さい

ビザの種類:Residential permission	申請先:市役所
ビザ取得所要日数:およそ1ヶ月 (申請してから何日/週間要したか)	ビザ取得費用:無料
ビザ取得のためにどのような書類の提出が求められましたか?また、どのように手配しましたか?	
大学のホームページに申請のための具体的な説明があります。僕は学校のプログラムの一環で揃えました。留学開始の時期になるとメールが学校から届きますのでその説明に従ってください。	
具体的な申し込み手順を教えてください。	
ビザ取得の際に、留学先国大使館で面接のあった方は、どのような質問を受けましたか?	
ビザ取得に関して困った点・注意点	

## II-2. 留学のための渡航前手続き(その他の事前準備について)

### その他済ませておくべき準備があればお書き下さい(現地での現金調達準備, 携帯電話購入, 荷物運送など)

携帯電話は留学が決まってからは SIM フリー携帯にしていたので、現地に着いてからもスイッチするのが楽でした。現在は Rebara という会社の SIM を利用しています。アプリから毎月金額をチャージして使うのですが、非常に楽ですし、ヨーロッパどこでも使えるようなので旅行好きな方にも本当にオススメです。

また、これはヨーロッパ特有、特にオランダの文化だと思うのですが、デビットカードでの支払い文化が非常に発達しています。オランダに着いてから銀行口座を開設し、デビットカードを作ることを勧めます。日本でもいずれ導入されるであろうこのシステムは驚くほど便利です。オランダは ATM から現金を引き出す際に手数料はかかりませんが、デビットカードに現金をチャージする時に手数料が取られてしまうようなのでキャッシュパスポートから為替の状況などを見てお金をおろし、まとまった額をこのデビットカードにチャージするようにしています。

### Ⅲ. 現地到着後のなぐれ

#### 1. 到着時の様子

利用航空会社	日本航空				
航空券手配方法	JAL の公式サイト※利用した旅行社・旅行サイト、格安航空券情報等があれば記入して下さい。				
大学最寄空港名	スキポール空港	現地到着時刻	19:00		
キャンパスへの移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え	<input type="checkbox"/> 知人の出迎え	<input type="checkbox"/> 公共交通機関 ( <input type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> 電車)	<input type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他
移動の所要時間	30分				

空港からキャンパスへの移動の際の注意点、タクシー・公共交通機関で移動する際の行き方、料金等

大学到着日	8月 17日 21時頃
-------	-------------

#### 2. 住居について

到着後すぐに住居入居できましたか？	<input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	いいえを選んだ方： 月 日から入居可能だった。
住居のタイプ	<input type="checkbox"/> 寮 <input checked="" type="checkbox"/> パート <input type="checkbox"/> その他( )	
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> その他(4人とシェアしています)	
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input type="checkbox"/> 他国からの留学 <input checked="" type="checkbox"/> その他( )	
住居を探した方法	<input type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input checked="" type="checkbox"/> 自分で探した <input type="checkbox"/> その他( )	
住居の申込み手順		

住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか？トラブルはありましたか？

前述した内容を参考にしてください

#### 3. 留学先でのオリエンテーションについて

オリエンテーションの有無	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
日程	8/26-9/1
参加必須ですか？	<input type="checkbox"/> 必須 <input checked="" type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は？	<input type="checkbox"/> 無料 <input checked="" type="checkbox"/> 有料(金額: )
内容の様子は？	町の紹介や大学生生活のオリエンテーション、公園でのウェルカムパーティなど
留学生用特別ガイド	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	9月6日

### Ⅳ. その他、渡航してから必要な手続きについて

#### 1. 現地で滞在許可等の申請の必要はありますか？いつ、どこで、方法は？日数、料金は？トラブルは？

ライデン大学からの指示があると思いますのでそれに従ってください。

#### 2. その他現地でした手続きは？(健康診断、予防接種等)いつ、どこで、方法、日数、料金は？トラブルは？

#### 3. 現地で銀行口座を開きましたか？手続方法、必要書類、日数、料金は？トラブルは？

はい。ライデン大学側が勧めてくれた方法、銀行で開設しましたが個人的に開設するのも簡単なようです。

#### 4. 現地で携帯電話を購入しましたか？手続方法、必要書類、日数、料金は？トラブルは？

**V. 履修科目と授業について**

1.履修登録はいつどのような形で行いましたか？

出発前に(5月 日頃)  
 オンラインで登録  志願書類に記入して登録  できなかった  その他( )

到着後に( 月 日頃)  
 オンラインで登録  国際オフィス等の仲介  できなかった  その他( )

登録時に留学生として優先されることは  あった  なかった

優先が「あった」方はどのように優先されましたか？

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

インターネットの履修登録フォームに、記入して提出しました。申請後、授業が履修可能であるかどうかなどもそのページで確認することができます。

出発前に授業を登録した方は、現地で変更・追加できましたか？また希望通りの授業が取れましたか？

秋学期の授業は変更できないが春楽器の授業は変更できるようです。

**VI. 一週間のスケジュール 授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください。**

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
8:00							
9:00	自習		自習	自習		旅行	旅行
10:00	お出かけ					勉強	趣味
11:00				大学の日本語 会話クラブへ	授業	趣味	勉強
12:00							
13:00		授業1	昼食		授業終了		
14:00				自習			
15:00		授業2	自習				
16:00				自習	自由時間		
17:00		授業終了					
18:00		ジムへ					
19:00			買い物・料理				
20:00			休憩	友人とご飯など			
21:00		自習・休憩	自習				
22:00							
23:00							
24:00							

## Ⅶ. 現在までの感想

留学先大学、プログラムについて、授業、宿舎、生活全般についてなど、自由に書いてください。

留学が始まってから3ヶ月も経っていませんが、ライデン大学を選んで正解だった、と既に思っています。小さな街ですが、古くから残るオランダの建物と運河が流れるライデンの美しい街並みは毎日見ても飽きませんし、98カ国から3000人の留学生が学びに来ていると言われる国際的な環境も非常に刺激的です。

ライデン大学の校舎は学部や専攻によって異なり、ライデンの街に点在しています。ライデンから電車で15分ほど離れたデン・ハーグにも校舎があります。歴史ある大学として知られていますがどの校舎も綺麗で、図書館も学部ごとにあるなど勉強に集中しやすい環境が整っていると思います。

私は英語で授業を履修しているのですが、オランダ人の先生は訛りのない美しい英語を話すため助かっています。(オランダは、先日発表された英語の実用能力ランキングにおいて世界1位。みんな英語を流暢に話すため、生活面においても困ることはありません。)講義形式の授業とwork groupと言われるゼミのような少人数制の授業を履修しているのですが、どれも毎週大量のリーディングが課せられます。また、work groupの授業ではプレゼンや短いエッセイのようなものを毎週提出する必要があります。今は授業を3つしか履修していませんが自分の力不足もあり正直いっぱい입니다。毎週の勉強は大変ですが、こちらでしか取れないような授業内容や、国際的な視点で学べる環境に非常に満足しています。

生活においては、非常に居心地がいいです。また治安の良さを感じています。ライデンにおいて何かを盗まれたり嫌な思いをしたという例をあまり聞いたことがありません。電車やトラムも時間通りに来ます。外食は高いですが、スーパーマーケットに行けばなんでも揃います。ライデンから電車で15分くらいのデン・ハーグという場所にはアジアマーケットがあり、日本食が恋しくなった時もここで食材を揃えられます。ただ、値段は高くなるので基本的な調味料などはあらかじめ持ってくる方がいいです。ライデンでは毎週水曜日と土曜日にマーケットが開催されますので、そこで買い物をするのも楽しいでしょう。

留学先大学を目指す学生に向けてのアドバイスをお願いします。

ライデン大学で特徴的なのはかつてより日本とつながりがあるということだと思います。ヨーロッパ最古の日本語学科があったり、シーボルトが持ち帰った江戸初期や後期の所蔵品が植物園や博物館にあったり、芭蕉の句が大きく街の壁に描かれていたりなどなど、日本を感じる瞬間がここには多くあります。そういう環境であることは自分の日本人としてのアイデンティティに大きく影響して来ます。日本で育ち、日本で学んで来た自分を見つめ直すいいきっかけになっています。

他にも、ライデン大学では、多くの教科書に載るような偉人が学んでいたと言われていています。(デカルト、レンブラント、グロティウス、アインシュタイン、ネルソン・マンデラなど)オランダという、社会的な先進国で生活し、学ぶ日々は本当に充実しています。英語やGPAの基準は高めですが、それを乗り越えてまで来る価値があると思いますので、是非ともトライしてみてください！

ライデンの写真などオランダの雰囲気が知りたい方は私のinstagram; @ima\_kosuke にいろいろ載せていますので是非のぞいてみてください。ここだけの情報では足りないこともあると思いますので、そういう場合は私のメールアドレスを国際教育事務室の方に聞いてみてください。



ライデンの街並み