

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2025 年 6 月 14 日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	政治経済学部政治学科
留学(渡航)した時の学年	4 年生
帰国年月日	2025 年 5 月 28 日
明治大学卒業予定年月	2026 年 3 月
留学先大学について	
留学先国	スペイン
留学先大学	レイ・ファン・カルロス大学(日本語名) Universidad Rey Juan Carlos (現地言語名)
現地使用言語/ 授業使用言語	スペイン語/英語
留学期間	2024 年 9 月～2025 年 5 月
留学先大学で在籍した学年	4 年生
留学先の所属学部等	<input checked="" 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) ※学部等名 日本語名: 国際関係論 現地言語での名称: relaciones international <input 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:
形態	<input type="checkbox"/> 国立 <input checked="" type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> その他:
学年暦 ※記入例: 1 学期: 4 月上旬～7 月下旬 2 学期: 9 月中旬～2 月上旬	1 学期: 9 月上旬～1 月下旬 2 学期: 1 月下旬～5 月下旬 3 学期: ～ 4 学期: ～
学生数	46000 人
創立年	1996 年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (ユーロ) (1 現地通貨 = 160 円)	B 日本円	備考
授業料	0	0 円	交換留学のため。
宿舍費	9342€	円	
食費	0	0 円	宿泊費に朝昼夜の寮食も含まれているため。
図書費	0	0 円	
学用品費	0	0 円	
携帯・インターネット費	100€	円	
現地交通費	72€	円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	1875€	円	
旅費(留学中)	4400€	円	
被服費	100€	円	
医療費	0	0 円	保険を利用したため。
保険費		200,000 円	形態: 現地の会社である Asisa と明治大学指定の東京海上、2 つの保険に加入したため。
渡航旅費		320,000 円	往復の飛行機代
ビザ申請費		10,000 円	
雑費	300€	円	加湿器・電気ケトル・毛布・トイレトーパー・シャンプー・洗剤等
その他	390€	円	スペイン語講座代
その他	180€	円	水道光熱費
合計 ※現地通貨 および 円	16759€ (=2,681,440 円)	530,000 円	
総計(A+B) ※円		3,211,440 円	

※現地通貨で支払ったものは「A 現地通貨」の欄に、日本円で支払ったものは「B 日本円」の欄に記入し、総計も記入してください。

※現地通貨名、現地通貨と円の為替レートも必ず記入してください。

渡航関連

渡航経路

往路 出発地：東京 目的地：マドリード 経由地：ドバイ

復路 出発地：マドリード 目的地：東京 経由地：ドバイ

渡航費用

① 往復チケットを購入した場合
航空会社：エミレーツ航空
料金：320,000 円

② 片道ずつチケットを購入した場合
往路 航空会社： 料金：
復路 航空会社： 料金： ∴合計：

航空券購入方法

- ☐ 旅行代理店(店名：)
- ☒ インターネット(サイト名：エミレーツ航空)
- ☐ その他()

滞在形態関連

1) 種類(留学中の滞在先)(例：アパート、大学の宿舎等)

☒ 学生寮(寮の名前：Residencia Universitaria Jose Perez de Vargas) ☐ アパート ☐ ホームステイ

2) 部屋の形態

☒ 個室 ☐ 相部屋(同居人数)

3) 共有部分

☐ バス ☐ トイレ ☐ キッチン(☒ 自炊可 ☐ 自炊不可)

4) 住居を探した方法：

留学先大学が提携している寮があるかを探し見つけた。

5) 感想：(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)

私の場合はシングルルーム(部屋にトイレ・バス付)かつ朝昼晩の食事付きの契約をしたため、快適に過ごすことができた。受付の人は優しく、食堂でも留学生や現地の学生と仲良くなれたため、楽しく過ごすことができた。

現地情報

1) 留学期間中、病気やケガをしましたか。した場合、どこで治療を受けましたか。

(例: 現地の病院、学内の診療所)

☐ なし

☒ あり (治療を受けた場所: Hospital Universitario Ruber Juan Bravo)

2) 留学期間中、学内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。

(例: 留学先大学の相談窓口、現地の友人等)

☒ なし

☐ あり (問題の内容や相談した人等:)

3) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか? その際どのように対処しましたか?

マドリッドは想像していたものよりかなり治安が良かったため、危険地域も特になかった。情報収集としては、外務省からの連絡を確認していた。犯罪に巻き込まれたことはない。

4) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。

(例: 寮のインターネット接続が不安定で 1 週間に 1 度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WIFI 接続が可能であったので、寮で使用できない時はカフェに行った。)

寮の WI-FI は接続が悪く、たまにつながらないことがあった。しかし、円安にもかかわらずスペインは通信料金が非常に安いので、その際はデザリングしたり WI-FI を使わずに生活して、WI-FI の調子が良くなるまで待っていた。

5) 現地での資金調達はどのように行いましたか?

(例: 現地に銀行口座を開けて日本の親から送金してもらった。銀行口座は現地で外国人登録をしないと開設できない。また、クレジットカードも併用していた。)

基本的にソニー銀行のデビットカードを利用していた。帰国時の手続きが面倒であったため、銀行口座は開設しなかった。

6) 現地では調達できない日本から持っていくべき物があれば教えてください。

基本的に何でも調達できる。日本独自の調味料等もアジアマーケットに行けば手に入る。

7) 【授業料負担型の方】授業料の支払方法、支払時期等について教えてください。

(例: 渡航前に自分で指定したクレジットカードで支払った、現地で開設した銀行のチェックで支払った。)

学習・研究活動についてのレポート(履修した科目ごとに記入)

1) 留学先で取得した単位数合計	本学で認定された単位数合計 ※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。
33ECTS 単位	<input type="checkbox"/> 単位 <input checked="" type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由: 卒業に必要な単位数を得ているため。)
2) 履修登録の時期・方法及び履修制限	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前 <input type="checkbox"/> 出発後 <input type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input checked="" type="checkbox"/> オンライン <input type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> その他() <input checked="" type="checkbox"/> 履修の制限があった:	
3) 以下は留学先で履修した科目についてのレポートです。今後留学をする人たちへのアドバイスも含めてお書き下さい。記入スペースが足りない場合は、A4 用紙で別途作成し、添付してください。	
履修した授業科目名(留学先大学言語)	履修した授業科目名(日本語)
・Emergent regions in the international scene: Africa and Asia(英語)	・国際舞台における新興地域: アフリカとアジア
科目設置学部・研究科	International relations
履修期間	5 月 20 日ごろ
単位数	3ECTS
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 100 分が 1 回
担当教授	Adrián Fernández Sabido
授業内容	<p>Africa and Asia are two regions, two continents with a growing role on the international scene but their scale and complexity only permits to examine some key questions.</p> <p>The twenty first Century presents a radically different economy and society. The globalization of trade and commerce, rapid technological changes, emergence of new technologies, ICT revolution, and the emergence of a knowledge economy are bringing forth new challenges around the world in general, and in Africa and Pacific region, in particular.</p> <p>There is considerable consensus about the answer to the new challenges posed by globalization and this is regional and subregional integration.</p> <p>This course examines those two continents from the integration perspective without forgetting international cooperation. Lessons 1 to 3 cover Africa and its Regional Economic Communities while lessons 4 and 5 cover Asian integration. The last lessons faces European Union Relations both with Africa and Asia.</p> <p>※シラバスに載っている授業の概要です。</p>
試験・課題等	・グループプレゼンテーション ・グループでのレポート作成 ・指定された本の要約 ・期末試験
感想を自由記入	基本的に毎授業 2 グループほどがプレゼンテーションを発表し、先生が質問をしたり、そのプレゼンテーションを踏まえて軽く解説をしたりしていました。この先生は生徒に積極的に意見を求める人で先生と生徒の議論が面白かったです。また、アフリカには非常に多くの統合プロセスや地域の国際機関が存在する一方で、アジアは限定的という点が興味深かったです。

履修した授業科目名(留学先大学言語)		履修した授業科目名(日本語)
・History of international relations		・国際関係史
科目設置学部・研究科	International relations	
履修期間	5 月 20 日ごろ	
単位数	6ECTS	
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)	
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 100 分が 2 回	
担当教授	Victor Gabril Dobre Odina	
授業内容	<p>This is an introductory course on the history of international relations in the contemporary era. The course will cover the development of the international history from Westphalian System till nowadays, with special attention to the foreign policies of XX century, the Soviet Union and the United States during the Cold War. The course will also deal with topics such as East-West relations in Europe; European integration; the external relations of Asia and the Middle East; decolonization and conflict in the developing world.</p> <p>Students are expected to attain a broad understanding of the critical developments in international relations, and of the main historical and theoretical debates about them.</p> <p>By the end of the course, students will be expected to be able to identify the nature and scope of the issues raised concerning the history of international relations; summaries and appraise the relative merits and demerits of alternative views and interpretations about international history, foreign policy, economics, leadership and strategy, and evaluate their significance; identify problems, assess evidence, and reach conclusions consistent with them; devise and sustain arguments about these topics using the tool of analysis gained during the course.</p> <p>※シラバスに載っている授業の概要です。</p>	
試験・課題等	・グループプレゼンテーション ・グループでのレポート作成 ・期末試験	
感想を自由記入	この授業も基本的に毎授業 2 グループほどがプレゼンテーションを発表し、先生が質問をしたり、そのプレゼンを踏まえて軽く解説をしたりしていました。世界史の初期の部分から取り扱っており、その部分は英語で勉強したことがない部分であったため、良い勉強になりました。	

履修した授業科目名(留学先大学言語)		履修した授業科目名(日本語)
・Spanish foreign policy		・スペインの外交政策
科目設置学部・研究科	International relations	
履修期間	5 月 20 日ごろ	
単位数	6ECTS	
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)	
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 100 分が 2 回	
担当教授	Adrián Fernández Sabido	
授業内容	<p>This course introduces students to the study of the Foreign Policy in general (as a sub-area of the International Relations), and to the analysis of the Contemporary Spanish Foreign Policy-Relations in particular, since the Franco Regime (1939-1975) up to now.</p> <p>According to the design of the International Relations Degree at the King Juan Carlos University, the course has a multidisciplinary character. This implies, that the approach to the subject will take into consideration not only the historical dimension (the evolution) of the Spanish Foreign Policy, but also, the legal, political, sociological, public opinion, and, of course, the International Relations aspects of such policy. In this sense, our approach goes far beyond of the traditional Foreign Policy concept, covering also the "parallel diplomacy" and the public diplomacy, in which not only the States participate, but also the non-governmental actors (public as well as private). Therefore, this course is not only about the study of the Foreign Policy, but also about the study of the "External Relations".</p> <p>The contents of this course are divided into three complementary parts. The first part focuses on the structures, instruments and processes of the foreign policy decision-making procedures. The second part applies those instruments to the analysis of the Spanish foreign policy and external relations, which will be studied profoundly from the 1939 till to the present time. The third part will be focused in the analysis of the geographic areas of interest for the Spanish foreign policy.</p> <p>This comprehensive approach pursues to provide students with useful instruments that make them capable of identifying and analysing the basic features of foreign policy in general, and to be able to critically analyse the Spanish foreign policy-external action in particular, including their domestic and external factors and the dynamics of change and continuity during the analysed period.</p> <p>※シラバスに載っている授業の概要です。</p>	
試験・課題等	<ul style="list-style-type: none"> ・グループプレゼンテーション ・グループでのレポート作成 ・指定された本の要約 ・期末試験 	
感想を自由記入	<p>この授業は週 2 回のうち、1 回は基本的に毎授業 2 グループほどがプレゼンテーションを発表し、先生が質問をしたり、そのプレゼンを踏まえて軽く解説をしたりしていました。もう 1 回の授業ではスライドを使用したり、学外から専門家を連れてきたりして授業を進めていました。スペインにとってラテンアメリカ諸国が外交的にいかに大切かを学びました。また、授業の本来の議題とはずれていますが、バレンシアの洪水があったときの政府の対応の議論をした際、その対応の遅さや地方分権の弊害等興味深い話をしてくれました。</p>	

履修した授業科目名(留学先大学言語)		履修した授業科目名(日本語)
・Latin American community of nations and integration processes in Latin America		・ラテンアメリカ諸国共同体とラテンアメリカの統合過程
科目設置学部・研究科	International relations	
履修期間	5 月 20 日ごろ	
単位数	6ECTS	
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)	
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 100 分が 2 回	
担当教授	Beatriz Barreiro Carril	
授業内容	<p>The aim of this course is to give tools for the understanding of the meaning of the integration processes in the Ibero America region. Specifically, it firstly takes a historical approach of the construction of such processes. Secondly, it explains their political and legal dimensions. Finally, it gives useful tools for the understanding by students of the current dynamics and problems of such integration processes.</p> <p>※シラバスに載っている授業の概要です。</p>	
試験・課題等	<p>・グループでのレポート作成</p> <p>・期末試験</p>	
感想を自由記入	<p>この授業では、ラテンアメリカ諸国の統合プロセスや地域的国際機関を学びました。「ラテンアメリカにはなぜこれほど地域的国際機関が多いのか」という疑問を持っていたため、興味深い授業でした。また、過去にスペインは南米のいくつかの国を植民地にしていたため、スペインはこの事実をどう受け止めてどのように行動しなければいけないのかという先生の投げかけも印象的でした。</p>	

履修した授業科目名(留学先大学言語)		履修した授業科目名(日本語)
・ Constitutional systems and models from an international perspective		・ 国際的視点から見た憲法制度とモデル
科目設置学部・研究科	International relations	
履修期間	5 月 20 日ごろ	
単位数	6ECTS	
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)	
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 100 分が 2 回	
担当教授	Andrea Maria González Gato	
授業内容	<p>This subject wants to provide students with the basic and essential knowledge for understanding the degree that is beginning to take. The matter of “Constitutional systems and models in the International arena” provide the aforementioned elements and basic tools for students to learn in general the political and legal situation of different States with a preeminent role in the international arena.</p> <p>This matter, though taught by teachers of law, it is really important to understanding all the factors that influence the development and evolution of the world today. But, however, to arrive at such knowledge is necessary to know the beginning of the State as a political organization and monitor its progress very closely. Just understanding the roots of our constitutional system, allows a consistent and adequate analysis of world affairs, both political and legal (but also social).</p> <p>Since this is a basic subject and there are no prerequisites for courses. As for the recommendations, students should be aware that this subject requires reading texts of different kinds to help the introduction by the students in the field that develops this subject.</p> <p>This discipline presented here wants to introduce students to a complex area: the network of legal and political institutions; completion, thus the knowledge of the structures, processes and institutions of contemporary societies.</p> <p>※シラバスに載っている授業の概要です。</p>	
試験・課題等	・グループでのレポート作成 2 度 ・期末試験	
感想を自由記入	議院内閣制、大統領制、半大統領制等のそれぞれの特徴の違い、メリットやデメリット、どのように三権分立を維持しているのか等基本的なものではあるものの、詳しく調べたことはなかったため、政治に関する基礎的な知識をつけるという点で有意義な授業でした。	

履修した授業科目名(留学先大学言語)		履修した授業科目名(日本語)	
・International organisations and institutions		・国際機関と国際制度	
科目設置学部・研究科	International Relations		
履修期間	5 月 20 日ごろ		
単位数	6ECTS		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1 週間に 100 分が 2 回		
担当教授	Sagrario Moran Blanco Elena Díaz Galan		
授業内容	<p>As individuals’ lives increasingly span national boundaries, States are debating the rights of people as partners of the earth planet. The International Relations before 1945 were based of the concept of the “State” as a main actor on the international field. After the II World War, the new International Order, change everything, giving the main role to a new legal institutions: International Organizations.</p> <p>New objectives, for a new way to understand the world, couldn’ t be used as a part of the traditional States points of views of the world problems.</p> <p>New concepts as human security, democratic governance, poverty reduction, Sustainable Development Goals, develop, equity, gender rights, children rights, human rights are the new words for a new world.</p> <p>We need to know during the academic course “what and when” and how the International Organizations are contributing to get a new international order, different. Because another world is possible, we need understand the main actors on the world international scene. From the global, United Nations system, to the regional, the European Union and others regional institutions.</p> <p>This Course is an exploration of the new international order born in 1945, and the situation of the process on the XXI century.</p> <p>※シラバスに載っている授業の概要です。</p>		
試験・課題等	・グループプレゼンテーション ・期末試験		
感想を自由記入	<p>この授業も基本的に毎授業 2 グループほどがプレゼンテーションを発表し、先生が質問をしたり、そのプレゼンを踏まえて軽く解説をしたりしていました。前期に学んだ地域的国際機関ではなく、この授業では国際機関を学びました。今まで聞いたことがない国際機関が多くあり、視野が広まりました。また、地域的国際機関も少し学びましたが、そこでなぜアジアにはそのような機関が少ないかを聞かれたとき、「言語や文化が似ているのはもちろんだが、性格も関係しているのではないか」と言われ、納得しました。</p>		

履修した授業科目名(留学先大学言語)		履修した授業科目名(日本語)
・European union political history		欧州連合の政治史
科目設置学部・研究科	International relations	
履修期間	5 月 20 日ごろ	
単位数	6ECTS	
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)	
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 100 分が 2 回	
担当教授	Bruno Aguilera Barchet	
授業内容	<p>The European Union was born in 1992, with the Treaty of Maastricht. It has then a very short political history. And even shorter if we consider that until the Treaty of Lisbon of 2009 it was not even a Legal person. Though this is not entirely true, as the European Union is a result of a long period of integration that goes beyond the 9 May 1950. It is a common place to consider that the European Union, which features 27 nation-states –The UK excluded– that, despite their long historical traditions, are tending to be subsumed into supranational organizations, whose purviews and authorities are continuously expanding European Union, is essentially based in an economic integration process, as since the 1950 Schuman Declaration the “Community Acquis” (Acquis Communautaire) has seriously and irrevocably reduced national sovereignty aims at consolidate a Common Market.</p> <p>Nevertheless notions of national identity are far from extinct as Europe’ s longest-standing nation-states not only have not disappeared but in many ways the scope and impact of the national state has actually intensified. In fact, in what has probably been a backlash against this trend towards supranational integration, many Europeans identify more and more with their “homelands,” calling for regional pride. If the EU is hard to understand is because its creation has not superseded its Member States. That means that without knowing the background of European political history it is impossible to understand the process of European integration. In this course we will get back to the origins of European nations and states, in order to allow students to understand the contemporary meaning of crucial realities such as Law, the State, Government and Politics, and restore a taste and hunger for general culture that is, sadly, disappearing in our societies, drowned out by more “practical” technological and economic concerns. But it is not only sad. It makes EU reality ununderstandable. And that makes very difficult dealing with the European integration process in the everyday life. By the end of the course, students would not only have broadened their culture but should be able to understand the present European Union reality according to the origins of its essential institutions.</p> <p>※シラバスに載っている授業の概要です。</p>	
試験・課題等	・小テスト 3 回 ・期末試験	
感想を自由記入	この先生はスペインの授業の中で一番英語も授業の内容もレベルが高い先生でした。さらに授業の内容も興味深く、おすすめの授業です。	

卒業後の進路について

1) 進路 ※3 年生以下の方は今後の予定を記載してください。(下記 2 以降は記入不要)

☒就職 ☐進学 ☐未定 ☐その他:

1) 進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関等

特になし

3) 就職を選択した方は、差し支えなければ内定先を教えてください。また、その企業を選んだ理由も教えてください。
内定を得た企業すべての名前、あるいは入社すると決定した企業の名前のみでも構いません。
就職活動をこれから始める場合は、差し支えなければ現時点で希望する業界、職種等を教えてください。

4) 就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスをお願いします。
(例: 留学中の就職活動へ向けた準備、帰国後に就職活動を始めるにあたり注意すること等。)
就職活動を不安に思い、留学を断念する方もいます。
ご自身の経験を踏まえてアドバイスをお願いします。
就職活動をこれから始める場合は、留学経験を通して就職活動に対する意識や希望する就職先の
変化等を教えてください。

留学中の就職活動は肉体的にも精神的にも厳しかったため、留学中に就職活動をすることはお勧めしません。
時差の関係で夜中や朝早くに説明会や面接に参加したり、ES や面接の準備に時間を追われて勉強や遊びの時間が削られたり、選考結果を電話で伝える企業との調整が大変だったりするからです。
僕の場合は留学を決めた時点で留年が決まっており、就職活動のためにさらに卒業を遅らせることは難しかったため、留学中に就職活動をするしかありませんでした。大学の授業、英語・スペイン語の勉強、異国の地での生活の慣れ、友人との遊び、就職活動等を両立する必要があるため、相当の覚悟を持ってから臨んだ方がいいと思います。

5) 進学を選択した方は、差し支えなければ進学先を教えてください。

6) 進学を志す留学希望者に向けたアドバイス(準備、試験対策等)をお願いします。

7) その他を選択した方は、その進路を選択した理由と、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

留学に関するタイムチャート

留学するまでの準備、試験勉強、留学中、留学後、特に留学に関連して発生した事項を記入してください。

(例: 語学試験の勉強、選考、出願、ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、滞在先確保、留学中の中間試験・期末試験、その他イベント等)

留学開始年の 前年	1 月 ～ 3 月	特になし
	4 月 ～ 7 月	語学試験の勉強
	8 月 ～ 9 月	語学試験の勉強
	10 月 ～ 12 月	交換留学の学内選考、奨学金の手続き
留学開始年	1 月 ～ 3 月	航空券購入
	4 月 ～ 7 月	ビザ申請、滞在先確保
	8 月 ～ 9 月	ビザ取得、予防接種、渡航
	10 月 ～ 12 月	特になし
留学/帰国年	1 月 ～ 3 月	留学先の 1 学期の期末試験
	4 月 ～ 7 月	留学先の 2 学期の期末試験、帰国
	8 月 ～ 9 月	語学試験の勉強(予定)
	10 月 ～ 12 月	語学試験(予定)

留学を志す学生へのアドバイス

※ これから留学を志す学生へ、この留学先国・大学を選んだ理由、留学生生活全般等について、アドバイスを記入してください。

留学先国という点に関して、実際に留学して気づいた、皆さんが想像している以上に大切にしたい方がよい要素として、2 つあります。1 つ目は、気候です。気候という点でスペイン、マドリードは申し分ないほど完璧でした。今年の冬は例年以上に雨が降ってしまいましたが、それを除くと晴れの日が多く、日本と違って湿度が高くなく乾燥しているため、過ごしやすいです。また、日が沈むのも 20-21 時と遅く、日光を浴びる時間が多いです。過ごしやすだけでなく、日光を浴びることができる時間が多いという点が非常に重要です。特に留学中は不安な要素がたくさんあるため、日光を浴びることは自然と気持ちは明るくなるため、大切です。2 つ目は、大学の授業です。英語を勉強したいのであれば、必ず英語圏に行くべきだと思いました。私は正直ヨーロッパの大学であれば英語の授業は問題ないだろうと思っていましたが、自分の想像以上に授業の先生の英語のレベルは低かったです（英語がうまくない自分が言うのも変な話ですが、）。また、スペインはヨーロッパの国の中でも大学の教育のシステムが十分に整っていないのかもしれないと感じました。もちろん大学や先生、言語にもよりますが、留学生の人たちが口をそろえて言っていたため、ほかの国と比較してやはり低いのだと思いました（病気やケガという理由で課題だけだして授業にほとんど来なかった先生の授業が 2 つもありました。病気やケガが嘘であると私が言いたいわけではないのですが、ほかの友人の授業もそのような先生が多々見られ、少し疑問には思いました。本来ならば、代理の先生を呼んでもいいのかなと思いました）。

また、留学生生活という点に関して、「とにかく行動すること」が大切だと思います。誰かに話しかけることで思わぬ形で人脈が広がったり、飲み会やイベントに招待してくれたりします。最初のクラスで話しかけたスペイン人の友達 Jose は日本のことが大好きで日本語も勉強しており、すぐに意気投合しました。Jose はクリスマスにディナーに招待してくれて、その関係でカナリア諸島に旅行しに行きました。カナリア諸島ではたまたま日本人の方がいて仲良くなり、彼らの知り合いと夜カラオケをすることになりました。私は Jose を誘い彼がカラオケに来ると、なんと現地で知り合った日本人の方の知り合いが、私の Jose の日本語学校の先生だったのです。このように、一つ一つの出会いを大切にすることでより充実した留学生活が送れると思います。スペインは特に人間関係の距離感は近く、「知り合い」という言葉はほとんど使いません。ある程度年齢が離れていても一度会えばみんな「友達」です。積極的に行動することで友達はいくらでも作れる環境だと思います。それのおかげもあり、ある程度スペイン語が話せるようになった後は一人でバーや旅行に行くという事にも抵抗がなくなりました。行った先で必ず仲良くなれるからです。