

【大学間協定留学】 留学近況報告書

記入日	2025年 10月 12日
留学先大学/国名	スイス・アメリカン応用科学大学（日本語名） 国名：スイス American Institute of Applied Sciences in Switzerland（現地言語名）
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： 現地言語での名称： The Bachelor of Science in Business Administration (BSBA) <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：
留学期間	2025年9月～2026年1月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	商学部
学年 ※出発時の本学での学年	3年生

I. 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。

ビザや寮、授業に関することは、留学先の大学と随時メールで連絡を取るようになっていました。
その他、生活に関することは留学経験者や SNS などを通して情報収集をしていました。

【アドバイス】

交換留学ではあるものの、入学手続きは正規留学生と同じです。そのため、教授からの推薦状が必要になるので、自分のことを良く知ってくれる教授とのコネクションを作っておくといいです。

また、手続きにあたり、最低でも 50,000 スイスフラン（日本円で 900 万程度）の口座残高証明が求められます。出願する際には、この額を証明できるかどうかの確認を事前に行っておくといいです。

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：	申請先：
ビザ取得所要日数： （申請してから何日 / 何週間要したか）	ビザ取得費用：
1. 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？	
2. 具体的な申し込み手順を教えてください。	
3. 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？	
4. 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、荷物運送等）。

基本的にカード決済で生活できますが、念のため現地でお金をおろせる用のカードを一枚作っておくと何かあったときに便利だと思います。

Ⅲ. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	エミレーツ航空				
航空券手配方法	エミレーツ航空公式 HP ※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				
大学最寄空港名	ジュネーブ空港	現地到着時刻	13:05		
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 checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関 (<input type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> 電車)	<input checked="" type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他 ()
移動の所要時間	1 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 ジュネーブ空港から Vevey という近くの駅まで直通で行けます。そこから寮まで歩くと 20 分程度、タクシーだと 7 分程度です。乗り換えて最寄りの La Tour-de-Peilz 駅で降りると、寮まで徒歩 5 分ほどです。					
大学到着日	9 月 15 日 16 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 checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> その他 ()	
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> 二人部屋 <input type="checkbox"/> その他 ()	
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input checked="" type="checkbox"/> 他国からの留学生 <input type="checkbox"/> その他 ()	
住居を探した方法	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で探した <input type="checkbox"/> その他 ()	
住居の申込み手順	大学から案内のメールがくるので、それに従えば大丈夫です	
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？		
ありませんでした		

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	2025 年 9 月 19 日
参加必須ですか？	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は？	<input checked="" type="checkbox"/> 無料 <input type="checkbox"/> 有料（金額： ）
内容の様子は？	授業やシステムに関する説明とキャンパスツアー
留学生用特別ガイダンス	<input type="checkbox"/> あった <input checked="" type="checkbox"/> なかった
授業開始日	9 月 23 日から

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？

あります。

必要書類：パスポート・CV・モチベーションレター・銀行残高証明書・スポンサーレター

滞在許可証の手続きに関しては、到着後 3 日以内に学校側が手伝ってくれるので、その指示に従えば大丈夫です。

必要な書類を持って指定の Population Office に提出し、その後連絡を受け次第、管轄の移民局で残りの手続きを済ませます。Population Office での手続きは 10 分程度で完了します。

料金：154 スイスフラン（28000 円程度）

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？

ありません

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？

していません

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？

事前に eSIM を購入していきました。

SIM に関しては、オリエンテーションの時に案内がありました。

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（ 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（学校側が決めます）

登録時に留学生として優先されることはありましたか？

☐ 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？

学校側が決めるため、特に登録はしていません。

2. 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？

変更・追加は可能です。

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

	月	火	水	木	金	土	日
5 : 00							
6 : 00							
7 : 00					起床		
8 : 00	起床	起床	起床	起床	支度	起床	起床
9 : 00	支度		支度	支度	フランス語		
10 : 00			授業	授業	↓		
11 : 00	昼食		↓	↓	帰宅		
12 : 00		昼食	昼休み				
13 : 00	授業		授業				
14 : 00	↓		↓				
15 : 00	帰宅		帰宅				
16 : 00							
17 : 00							
18 : 00							
19 : 00	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食
20 : 00							
21 : 00							
22 : 00							
23 : 00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝
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、生活全般について等、自由に書いてください。

<留学先について>

この大学はとても規模が小さく、全体の学生数もそこまで多くはありません。授業も少人数で行われるため、他の学生や教授、スタッフともすぐに仲良くなれます。

教授は実際にビジネスの世界で成功を収めた方々で、実践的でリアルな内容のものばかりです。そのため、今後の自分のキャリアを考えるのにとっても役に立ちますし、何よりとても面白いです。授業は一コマ 2 時間と長いですが、教授と生徒の二人三脚で進めていくのであっという間に感じます。

ただ注意点として、人によっては出身地域の訛りが強く聞き取りづらいことがあるので、日本にいる間に色々な英語に触れておくといいと思います。

また大学はもちろん、街にも日本人が全くいません。そもそも東アジア圏の人がほぼいないので、周りからは少し物珍しく見られることがあります。

たいてい英語は通じますが、フランス語圏なこともあり街中はフランス語ばかりです。そのため、簡単なフランス語を学んでから来ることをおすすめします。

<宿舎について>

寮は 2 人部屋と 1 人部屋から選べます。寮費は、2 人部屋で月 14 万円、1 人部屋で月 25 万円です。

ホテルを宿舎として利用しているので、週に 1 度清掃が入ります。そのため建物自体は古いですが、部屋はそれなりに綺麗です。ただ、2 人部屋の場合パーソナルスペースはほとんどないので、ルームメイト次第ではかなりしんどいです。

キッチン・洗濯機は共用です。ここも毎日清掃が入るので比較的清潔です。調理器具やカトラリー、お皿はすべて揃っていますが、共有物なので自分用のものを持参することをおすすめします。冷蔵庫や冷凍庫、棚が各自用意されているので、食品や調味料の保管は問題ありません。

私が入居した当初、1 週間ほど部屋に害虫が出てとても困ったことがありましたが、大学の宿舎担当者に連絡した所すぐに対応してくれました。

また、大きなスーパーが近くに 2 つあるので、買い物には困りません。ただし、平日は 19 時まで、土曜は 17 時までの営業で、日曜・祝日は閉店しているので注意が必要です。

最低限の生活するうえで特に困ることはないですが、ここの寮の住んでいる友達のほとんどは、あまり居住環境は良くないと言っており、隣の Montreux 周辺の方が安くて住みやすい物件が多いと聞きました。そのため、ご自身でどこが住みやすいかを事前にしっかり調べておくことをおすすめします。

<生活全般について>

スイスは「世界一物価が高い国」とも言われていますが、本当にその通りです。スターバックスでコーヒーを飲むだけでも 1000 円以上します。そのため、基本は自炊が中心となります。スーパーの食材も日本に比べると高いですが、量が多く日持ちするので、工夫次第で節約が可能です。また、街の至る所から水が湧き出ており、基本的にすべて飲めるので水筒は必須です。

物価が高い反面、治安は日本と同じぐらい良いです。都心部でもゴミが落ちてくることはほとんどないですし、公共のトイレもきれいに保たれています。

さらに、景色の美しさは格別です。寮から歩いて 3 分ほどの距離にレマン湖があるのですが、ここからの景色は息をのむほど絶景ですし、暖かい時期には地元の人が泳いだり読書をしたりと、映画のような光景が広がります。

電車からの景色もととてもきれいですし、他国にもバスや電車で簡単に行けるので、非日常的な世界を味わってみたい人・旅行が好きな人にはとてもおすすめの環境です。