

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2025 年 8 月 5 日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	政治経済学部地域行政学科
留学(渡航)した時の学年	3 年生
帰国年月日	2025 年 7 月 27 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	デンマーク
留学先大学	コペンハーゲン大学(日本語名) University of Copenhagen(現地言語名)
現地使用言語/ 授業使用言語	英語/英語
留学期間	2024 年 8 月～2025 年 6 月
留学先大学で在籍した学年	3 年生
留学先の所属学部等	☒ 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: 人文学部 現地言語での名称: Faculty of Humanities ☐ 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 ☐ その他:
形態	☒ 国立 ☐ 公立 ☐ 私立 ☐ 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～12 月下旬 2 学期: 2 月上旬～6 月下旬 3 学期: 4 学期:
学生数	約 38,000 人
創立年	1497 年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (デンマーククローネ) (1 現地通貨 = 21 円)	B 日本円	備考
授業料	0	0 円	大学交換留学のため 0 円
宿舍費	60,000 DKK	1,260,000 円	月 5,000DKK*12
食費	24,000 DKK	288,000 円	月 2,000DKK*12
図書費	0	0 円	学業に関する書籍の購入はなし
学用品費	100 DKK	2,000 円	印刷費、ノートとペンを購入
携帯・インターネット費	200 DKK	4,200 円	Lyca Mobile の eSIM
現地交通費	500 DKK	10,500 円	中古自転車(☑大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	1000 DKK	210,000 円	本、雑貨などを購入
旅費(留学中)		2,000,000 円	13 か国
被服費	150 DKK	3,150 円	夏用ズボン 1 着のみ購入
医療費	0	0 円	疾患なし
保険費		136,350 円	形態: 明治大学指定の保険
渡航旅費		275,000 円	行: ポーランド航空 帰:
ビザ申請費		4,500 円	
雑費		円	
その他	400 DKK	8,400 円	お土産を購入
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	(= 円)	円	
総計(A+B) ※円		3,942,100 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：成田空港 目的地：コペンハーゲン空港 経由地：ワルシャワ ポーランド

復路 出発地：コペンハーゲン空港 目的地：成田空港 経由地：ドバイ UAE

渡航費用

① 往復チケットを購入した場合

航空会社：

料金：

② 片道ずつチケットを購入した場合

往路 航空会社：ポーランド航空 料金：約 130,000 円

復路 航空会社：エミレーツ航空 料金：約 145,000 円 ∴合計：275,000

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：Skyscanner → Trip.com)

☐ 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：Tietgenkollegiet) ☐ 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：

大学提携の Housing Foundation Copenhagen の選択肢から探しました。部屋や寮の雰囲気は分からなかったため、学校への近さ、インターネットにある写真、家賃から決めました。

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)

私はコペンハーゲン大学サウスキャンパス隣接の Tietgenkollegiet に 1 年間滞在し、「もう一度選べるなら迷わず同じ寮を選ぶ」と断言できるほど満足しました。各個室には専用のトイレ・シャワー、十分な広さのベッドスペース、備え付けの棚やクローゼットがあり、プライバシーはしっかり確保されています。一方、約 12 名で使う共有キッチンではいつでも英語で会話ができ、他のの学生やデンマーク人との交流機会が豊富です。このプライベートとコミュニティのバランスが、私にとって最も大きな魅力でした。

寮の住人は 12 名中デンマーク人が 10 名、留学生は 2 名と少数派ですが、これは逆に現地コミュニティに溶け込む絶好のチャンスでもありました。デンマーク人学生は皆親切で、英語が拙い私にも積極的に声をかけてくれ、寮内イベントや食事会、スポーツにも誘ってくれました。その結果、交換留学生同士だけで固まることなく、自然なかたちで現地の友人が増えたのは大きな収穫です。この寮は申し込み開始直後に満員になるほど人気が高く、「世界でもトップレベル」と評される環境で過ごした一年間は、私にとってかけがえのない経験となりました。

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:)

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?

たびレジに登録していたため、緊急事態の時などはメール経由で大使館から連絡が来ました。現地のニュースなどは確認していませんでした。実際に犯罪等に巻き込まれることはありませんでした。

4) 携帯電話や、インターネットについて、現地で利用・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、寮で使えない時はカフェに行った。)

寮やキャンパスでは、基本的には安定しており、接続切れや速度低下をほとんど経験しませんでした。ただし、寮で日本と電話をすると、すこし不安定でした。街中では、日本から持参した Lica mobile の eSIM を利用。アプリを入れるだけで即使用可能で安価ですが、国をまたぐと接続が不安定になることがあり、長距離移動が多い場合は現地 SIM の併用がおすすめです。

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。)

日本で開設していた UFJ 銀行の口座をメインバンクとして利用し、留学中の生活費はすべてこちらに親から送金してもらって管理していました。現地でアルバイトを始めた後は、レジデンスカードなどの受け取り後に「Lunar」というインターネットバンキングアプリをインストールするだけで簡単に口座を開けました。

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下さい。

特にないと思います。アジアスーパーもあり、少し高いですが、日本の食材も必要であればそろいます。日用品、雑貨などもスーパーへ行けば簡単に手に入ります。

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。
60 ESTC 単位	☐ 単位 ☐ 単位認定の申請はしません(理由:)
2) 履修登録の時期・方法及び履修制限	
☒ 出発前 ☐ 出発後 ☐ 派遣先大学の事務室 ☐ オンライン ☐ メール ☐ その他() ☐ 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)
Pre-semester Course	プレセメスターコース
科目設置学部・研究科	
履修期間	夏休み 本セメスター前の 8 月の 1 か月のみ
単位数	7.5 ETCS
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、ディスカッション、フィールドトリップ (チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 120 分が 4 回
担当教授	Peter Edelberg
授業内容	プレセメスターコース(8 月)は留学生向けの導入課程です。約 20 人のデンマーク語クラスでは文法・発音・基本表現を学び、ロールプレイやペアワークで買い物や道案内など実用的な日常会話を練習します。大人数の文化クラスでは歴史、福祉、教育、職場や生活習慣を広く紹介し、留学初期の不安を和らげ学術・生活面での適応と留学生同士の交流を支援します。授業は出席・参加重視で、フィールドワークやメンター制度があれば実践力が高まります。
試験・課題等	出席、最終レポート
感想を自由記入	夏休み中の 8 月に開講されたプレセメスターコースで、デンマークの歴史・文化・言語を一か月間学びました。講義そのものはやや基礎的で退屈に感じる部分もありましたが、フィールドトリップではガイド付きでコペンハーゲンの名所や歴史的建造物、文化的スポットを巡る貴重な体験ができました。 何より、秋学期が始まって忙しくなる前に現地の生活リズムや雰囲気慣れに慣れるきっかけとなり、ストレスなく授業に臨めたのは大きな収穫です。加えて、同じコースを受講していた仲間とは自然に親しくなり、今でも連絡を取り合うほど深い交友関係を築けたことも、このコースを受けて本当に良かったと思える理由です。

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)
Introduction to Japan's History, Culture and Society 1		日本の歴史、文化、社会 1
科目設置学部・研究科	人文学部	
履修期間	2024 年秋	
単位数	7.5 ETCS	
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、ディスカッション(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 120 分が 1 回	
担当教授	Margaret Mehl	
授業内容	日本の歴史・文化・社会の授業は主に戦後の日本を扱い、留学生は少なく日本好きのデンマーク人や欧州出身の学生と受講しました。講義では戦後の社会変動や福祉・経済の成り立ちを概説し、後半に行った戦後の占領期とアメリカの影響についての議論が特に印象に残りました。	
試験・課題等	4 回のレポート	
感想を自由記入	履修した目的は、ヨーロッパ視点で日本がどのように捉えられ、学ばれているのかを知りたかったことと、「日本」という共通テーマで英語初心者でも友人をつくりやすい環境を得ることでした。結果として、授業を通じて日本文化を英語で学ぶ楽しさを実感でき、毎回の講義後にはクラスメートとランチをしながら各国の視点を交えた意見交換ができたことで、友人関係も築くことができました。 ただし、カリキュラムの内容は日本の義務教育レベルで扱う基礎知識が中心であり、深い歴史研究を求める人には物足りなさを感じるかもしれません。英語学習の入り口としては適しているものの、全員におすすめできる授業ではないと感じました。	

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)
Course in Danish Culture 1		デンマークの文化 1
科目設置学部・研究科	人文学部	
履修期間	2024 年秋	
単位数	7.5 ETCS	
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、フィールドトリップ(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 120 分が 1 回	
担当教授	Peter Edelberg	
授業内容	留学生向けに英語で毎学期開講される科目で、同大学に入学した国際学生のみが受講できます。歴史・文学・美術を軸にデンマーク文化を広く紹介し、講義に加え博物館見学や街歩きなどのエクスカージョンを行い、理論と実地体験の両面から文化理解を深めることを目的としています。	
試験・課題等	出席のみ	
感想を自由記入	プレセメスターコースと多くの内容が重なっており、新鮮さはあまり感じられませんでした。講義ではデンマークの歴史や習慣、社会制度などを再度基礎から学び直す形となり、深い学びというよりは復習のような印象を受けました。しかし、この科目は留学生向けに開講されているため、多国籍のクラスメイトと自然に交流できる環境が整っています。実際、他国から来た留学生たちとグループワークやディスカッションを通じて仲良くなれたのは大きな収穫でした。同じ授業でも、単位の取得数と試験方式が変わるため、登録の際には注意する必要があります。	

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)
DCC Sustainable Development of Denmark in the world		世界におけるデンマークの持続可能な開発
科目設置学部・研究科	DCC	
履修期間	2024 秋学期	
単位数	15 ETCS	
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、ディスカッション、フィールドトリップ (チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 120 分が 2 回	
担当教授	Asger Magne Birckkjær Hougard	
授業内容	本講義は豊かな社会が抱える持続可能性の課題を、デンマークの社会環境史を通して考察します。社会的結束、汚染、エネルギー、生物多様性、気候変動、ガバナンス、経済やグリーン雇用など多面的なテーマを扱い、セミナーやワークショップで技術的解決と草の根の要求を比較・分析します。	
試験・課題等	最終レポート	
感想を自由記入	サステナブル先進国とされるデンマークを事例に、政治・経済・社会学・エネルギーなど多様なテーマを「持続可能性」を軸に学べた。留学生主体のディスカッションで多様な視点に触れ、理想面だけでなく課題や改善点も議論できた点が印象的だ。現地フィールドワークや気候活動家の講演で理論と実践が結び付き、政策と市民行動の相互作用を具体的に理解できた。学んだ知見は自分の研究にも応用できる示唆を与えてくれた。	

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)
Danish Architecture and Urban Design		デンマークの建築と都市デザイン
科目設置学部・研究科	人文学部	
履修期間	2025 秋学期	
単位数	15 ETCS	
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、小ディスカッション、フィールドトリップ(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 120 分が 1 回	
担当教授	Andreas Holm Hammershøj	
授業内容	建築を単なる建物制作以上の広い実践と捉え、過去 100 年のデンマーク建築・都市計画を人間中心の視点で概観する。見学やフィールドワークを重視し、北欧福祉国家の文化・気候・スケール・持続可能性が設計に与える影響や、事例を通じた社会空間的特性と国際潮流への適応を議論する。	
試験・課題等	最終レポート	
感想を自由記入	都市社会学を学ぶ私にとって、本講義は非常に興味深かった。デンマーク建築の歴史や建築物の読み方、これまでの都市開発のあり方、そして社会の変化に合わせた今後の都市開発の方向性を学べた。交換留学生向けに基礎が中心だったが、概要を押さえ自身の研究テーマに結びつける土台を得られた。コペンハーゲンでのフィールドトリップを通じ、幸福な社会の中で意図と機能を持つ開発事例を具体的に観察できた点も有益だった。また、人間中心の設計や福祉国家としての都市戦略、持続可能性の視点が都市計画にどう反映されているかを学べたことが、自分研究に対する関心と接続した。	

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)	
Towards Green Transition in Africa		アフリカにおけるグリーン移行	
科目設置学部・研究科	大学院アフリカスタディーズ		
履修期間	2025 年春学期後半		
単位数	7.5 ETCS		
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、ディスカッション(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1 週間に 180 分が 2 回		
担当教授	Mads Petry Yding		
授業内容	アフリカの自然資源管理とグリーントランジションを扱う講義。食料・水・森林・観光資源が暮らしと産業の基盤であることを踏まえ、資源ガバナンスがなぜ重要かを学びます。授業の目的は①地方～国際レベルでの資源ガバナンスをめぐる議論、②関連する理論・主要概念の理解、③アフリカ事例を通じた保全・利用の検討です。主な論点は利害関係者の役割、希少性と豊かさの議論、国家・市場・市民社会の保全責務、気候変動の影響と適応戦略の検討です。		
試験・課題等	最終レポート		
感想を自由記入	大学院レベルの講義で内容は高度、授業前に読む論文の量も多く、準備不足だとディスカッションで発言しにくかった。能動的な参加と綿密な予習が求められる一方、アフリカをフィールドに持続可能性を学べたことは非常に有益で、先進国視点では見えない政策的ジレンマや現地の適応戦略など多くの知見を得られた。優秀な受講生やゲスト講師との議論は刺激的で、自分の研究視点を広げる良い機会になった。		

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

就職活動: Youtube(pivot 公式チャンネル、八木仁平の自己理解チャンネルなど)、就職活動対策本(面接対策、SPI 対策など)など

大学院進学: Youtube(トビタテ!留学チャンネル【文部科学省】、伊ワツキ教授など)、海外の友人に相談など

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。

留学中だからといって就職の道が閉ざされるわけではありません。まず、面接対策や業界研究は紙の本だけでなく、YouTube 動画やオンライン記事、ウェビナーなどで最新情報を手軽に入手でき、OB・OG 訪問も Zoom や Teams で気軽にアポが取れます。加えて、留学生向けのサマーインターン選考を実施する企業も増えており、日本に戻る前に選考を進められるケースもあります。

さらに、私が参加したロンドンキャリアフォーラムのように、海外志向の企業が英語話者を求めて開催する就職イベントでは、その場で内定やオファー面談につながるチャンスもあります。オンライン・オフラインを問わず、情報収集やネットワーク構築の手段は多様に用意されているので、早めにリストアップし、自分に合った方法で動き始めれば、留学経験を強みにした就活ルートは十分に確保できるはずです。

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。

留学中だからといって就職活動を後回しにして不安を感じる必要は全くありません。私自身も最初は「留学したら就活どうしよう…」と悩みましたが、留学も就活も「いつでもできる」ものだと考えるようにしました。自分にとって大切だったのは、自分の人生で今いちばんワクワクする選択を優先し、順序をつけて行動することです。理想を夢に、夢を目標に、その目標を達成するための具体的なステップを踏んでいけば、おのずと進路は見えてきます。

実際、私は三年次の秋に留学を決め、帰国後に焦らず動けるように情報収集と自己分析を進めました。その過程で出会った人や得たアドバイス、価値観の変化が、自分の進路を「就職」「大学院」「ギャップイヤー」という選択肢の中で整理する大きな助けになりました。今は海外大学院進学を視野に入れていますが、これは留学で得た経験とネットワークがあってこそ描けたプランです。就活においても同じように、自分が本当にやりたいこと・大切にしたい価値観を軸に順を追って動けば、不安は次第に自分への期待へと変わっていくはずです。

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	
	4 月 ～ 7 月	
	8 月 ～ 9 月	留学決意
	10 月 ～ 12 月	IELTS 受験→学内選考→合格発表
留学開始年	1 月 ～ 3 月	コペンハーゲン大学出願
	4 月 ～ 7 月	寮の契約、ビザ申請取得、航空券手配、引っ越し準備等
	8 月 ～ 9 月	留学開始 秋学期開始
	10 月 ～ 12 月	秋学期期末試験
留学/帰国年	1 月 ～ 3 月	春学期開始
	4 月 ～ 7 月	春学期期末試験 留学終了・帰国
	8 月 ～ 9 月	留学振り返り
	10 月 ～ 12 月	

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、留学生活全般等について、アドバイスを記入してください。

私は大学で都市社会学を学ぶため、デンマーク・コペンハーゲンへ 1 年間留学しました。費用は約 400 万円かかりましたが、もしこの一年間とその金額を交換するかと問われれば、私は迷わず「買う」と答えます。なぜなら、この一年で得た学び・出会い・経験は、単なる観光や語学学習を超えて、私の人生の見え方を根本から変えてくれたからです。

振り返ると、この 1 年は濃密でした。香港、台湾、スペイン、オランダ、フィンランド、ドイツ、カナダ、アメリカから来た友人と出会い、ヨーロッパを中心に 11 か国 20 都市以上を訪れました。現地で自力で外貨を稼ぐ経験もしましたし、日常生活ではデンマーク人を含む世界各国の友人と過ごすことが当たり前になりました。飲み屋で知らないおじさんに絡まれたこともあれば、夜遅くまで友人と議論を交わしたこともあります。どれも教室の外でしか得られない、生々しい学びです。

この一年で私に起こった変化は、大きく分けて三つあります。

まず一つ目は「人の変化」です。留学先で日々接するのは、さまざまな文化・価値観を持った人たちです。授業も買い物も食事も旅行も、常に誰かと共有してきました。新しい人と出会うということは、新しい価値観に出会うということです。相手の考え方を知るたびに、自分の常識がゆるがされ、視野が広がりました。英語力がほとんどなかった私も、最初の秋学期で日常会話ができるようになり、二学期目には都市開発に関わる研究機関や建築事務所の方々に直接インタビューするまでに至りました。人と人との交流は、学問だけでなく将来の選択肢そのものを増やしてくれます。

二つ目は「場所の変化」です。20 年間慣れ親しんだ環境から離れて生活することで、日常の見え方が別物になります。普通の買い物や通学路ですら新鮮な学びになりますし、街全体がフィールドワークの対象になります。コペンハーゲンを拠点にしたことで、週末や休暇を利用してヨーロッパ各地の都市を比較観察できたことは、都市を学ぶ上で大きな資産になりました。教科書で見えていた景色が目の前に広がる瞬間は、本当に刺激的です。

三つ目は「時間軸の変化」です。日本でのルーティンとは違い、留学先では自分で時間を設計する機会が増えます。学びたいテーマに時間を集中できること、フィールドワークや企業訪問などを自分で組み立てられることは、学びの深度を格段に上げてくれます。実際、私は留学中に自分の進路(就職、大学院、ギャップイヤーなど)についてじっくり考え、最終的に海外大学院進学へと進む決断をするに至りました。友人や現地の専門家から直接受けた助言が、その決断を後押ししてくれました。

なぜデンマークを選んだのか。それは、私は「人を幸福にする都市づくり」を学びたかったからです。デンマークは幸福度が高い国として知られ、公共空間や自転車インフラ、持続可能な都市設計といった分野で実践例が豊富です。現地で都市の「使われ方」を観察し、都市を作る人々の話を聞くことで、教室だけでは得られない実務的な知見を身につけることができました。これが私にとって最大の成果の一つです。

もちろん、留学は簡単な道ではありません。語学の壁、資金の問題、住居問題、孤独感——さまざまな不安があります。しかし、それらは行動と工夫で乗り越えられます。私自身、最初は十分に英語が話せず戸惑いましたが、日々の対話と失敗を重ねることで伸びました。資金面では計画的な予算管理や現地での収入の工夫が役に立ちました。何より、周りに支えてくれる家族や友人、そして現地で出会った人たちの助けが大きかったです。

これから留学を目指す学生へ。もし少しでも「行ってみたい」と思うなら、その気持ちを大切にしてください。留学は贅沢な経験かもしれませんが、それは将来への投資でもあります。自分の視野を広げ、選択肢を増やし、時間の使い方を自分でデザインする経験は、必ず力になります。迷っているなら、まず情報を集め、相談し、少しずつ準備を始めてください。私はその一歩を全力で応援します。

この一年、私を支えてくれた家族、明治大学の皆さん、現地で手を差し伸べてくれた友人たち、関わって下さったすべての方々に心から感謝します。