

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2024年7月30日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	商学部商学科
留学(渡航)した時の学年	3年生
帰国年月日	2024年7月3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	リトアニア
留学先大学	ミーコラス・ロメリス大学(日本語名) Mykolo Romerio Universitetas/MRU(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	2023年8月～2024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	<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:人間社会学部 現地言語での名称:Faculty of Human and Social Studies <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 checked="" type="checkbox"/> 国立 <input 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～12 月下旬 2 学期:1 月上旬～6 月下旬 3 学期: ～ 4 学期: ～
学生数	7500人
創立年	1990年

留学費用			
留学費用項目	現地通貨 (ユーロ)	日本円	備考
授業料	0	0 円	協定留学なので支払いは無し
宿舍費	1,000	170,000 円	10 ヶ月分・3 人部屋
食費	2,500	425,000 円	10 ヶ月分
図書費	0	0 円	
学用品費	50	8,500 円	ノートなど
携帯・インターネット費	100	17,000 円	10 ヶ月分
現地交通費	58	9,860 円	10 ヶ月分・1 ヶ月バス乗り放題チケット (<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	500	85,000 円	
被服費	50	8,500 円	衣服のほとんどを日本から持ち込んだため、2着買っただけです。
医療費	0	0 円	
保険費	950	161,710 円	形態: 11 ヶ月分・明治大学より加入義務化される海外旅行保険
渡航旅費	1,590	270,000 円	
ビザ申請費	110	18,900 円	
雑費	500	85,000 円	
その他	5,000	850,000 円	旅費
その他		円	
合計	12,408	2,109,470 円	

渡航関連

渡航経路
往路 出発地: 羽田 目的地: ヴィリニユス 経由地: イスタンブール 復路 出発地: ワルシャワ 目的地: 成田 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: 料金: ② 片道ずつチケットを購入した場合 往路 航空会社:ターキッシュ・エアラインズ 料金:140000 円 復路 航空会社:エミレーツ航空 料金:130000 円 ∴合計:270000 円
航空券購入方法
<input type="checkbox"/> 旅行代理店(店名:) <input checked="" type="checkbox"/> インターネット(サイト名:各航空会社公式サイト) <input type="checkbox"/> その他()
滞在形態関連
1) 種類(留学中の滞在先)(例:アパート、大学の宿舍等)
<input checked="" type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前:MRU Student House) <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ
2) 部屋の形態
<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 3 人)
3) 共有部分
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可)
4) 住居を探した方法:
留学先大学からの斡旋。メールを通して学生寮の案内をいただきました。
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)
学生寮には様々な国籍を持つ学生たちが住んでおり、良くも悪くも異文化を日常的に目にし体験します。覚悟を固めてください。

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?

外務省のウェブ上で在留届を提出することで、在日本大使館よりリアニア国内の危険地域情報を受け取ることができます。リアニアは比較的治安は良いですが、万が一のため、外出時は常に携帯品を所持するなど対策は必要です。盗難は経験しましたが、高額なものではなかったので無視しました。

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。)

学生寮にはwi-fi設備があり、不安定になることは滅多にありませんでした。simは現地のezysというキャリアを利用していました。

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。)

ソニー銀行の口座・デビットカードを留学前に発行し、親にその口座に送金をお願いしてもらっていました。月4回まで海外atmの利用手数料が無料、為替レートの低さなどの利点から、ソニー銀行はおすすめです。

6) 現地では調達できない日本から持っていきべき物があれば教えてください。

全ては無理ですが、日本の調味料や米は現地でも手に入ります。留学へ挑む勇気があればなんとかなると思います。

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。
48 単位	<input checked="" type="checkbox"/> 28 単位 <input type="checkbox"/> 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	
<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 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)
Creative Writing and Advertising Texts	クリエイティブ・ライティングと広告
科目設置学部・研究科	人間社会学部
履修期間	2023/9-2024/1
単位数	6(ECTS)
本学での単位認定状況	4 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	対面授業(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が 2 回
担当教授	Dr. Rūta Latinytė
授業内容	広告で使われるような文章・表現を中心に学びます。自ら文章を作成、また他の学生と対話する機会もある、実践的な内容でした。
試験・課題等	1 週間に 1 回、自ら作成した文章を提出するなどの課題があった。期末試験は最終授業でのプレゼンテーションでした。
感想を自由記入	この授業での文章作成の演習によって培った力は、他の授業にも応用できるもので、今後のライティングへの自信に繋がりました。

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)
Basic Lithuanian	初級リトアニア語
科目設置学部・研究科	人間社会学部
履修期間	2023/9-2024/1
単位数	6(ECTS)
本学での単位認定状況	0 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	対面授業(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が 2 回
担当教授	Doc. dr. Vitalija Karaciejūtė
授業内容	基本的な文法や単語などを座学に加え、他の学生との会話などの実践を通して学ぶことができます。自己紹介、簡単な事象の説明ができる程度のレベルに到達できました。
試験・課題等	前回の授業で学んだ単語・表現の小テストが度々あった。期末試験は授業で学んだ文法・単語を活かした、口頭による自己紹介でした。
感想を自由記入	初めて触れる言語でしたが、楽しく学ぼうという雰囲気抵抗を感じることはありませんでした。

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)
Basics of Marketing and Social Networks	マーケティングの基礎と社会関係
科目設置学部・研究科	人間社会学部
履修期間	2023/9-2024/1
単位数	6(ECTS)
本学での単位認定状況	4 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	対面授業(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が 2 回
担当教授	Dr. Isabel Palomo Dominguez
授業内容	授業科目名通り、マーケティングの定義や歴史、そして社会に貢献していく過程などを学びました。グループディスカッションもあり、他の学生と共にアイデアを発表する機会もありました。
試験・課題等	アイデアの提出などの課題がありました。期末試験はオンラインでマークシート式の試験でした。
感想を自由記入	そもそもマーケティングが自分の興味ある分野であり、内容はしっくりきました。グループを組み、ディスカッションなどを行うことが多く、それも挑戦でありつつも楽しかったです。

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)
New Media Communication and Journalism in the Era of Disinformation	誤情報の時代における新しいメディア・コミュニケーションとジャーナリズム
科目設置学部・研究科	人間社会学部
履修期間	2023/9-2024/1
単位数	6(ECTS)
本学での単位認定状況	4 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	対面授業(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が 2 回
担当教授	Dr. Rūta Latinytė, Doc. dr. Alvydas Medalinskas, Doc. dr. Viktorija Mažeikienė
授業内容	IT の発達により多くの情報が飛び交うようになった世の中で、情報をどう扱うのかを主体的に学ぶことができます。
試験・課題等	期末試験は 3 人の先生が各々別の試験を用意していました。プレゼンテーション、オンラインの記述を含んだ試験、レポートでした。
感想を自由記入	時間割作成の都合上、急遽別の科目に代わりとることになった授業だったが、プレゼンテーションやレポート作成など演習が多く、これはこれで学びがありました。

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)
Creative Mangement and Social Network	クリエイティブな経営と社会関係
科目設置学部・研究科	人間社会学部
履修期間	2024/1-2024/6
単位数	6(ECTS)
本学での単位認定状況	4 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	オンライン授業(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が 2 回
担当教授	Prof. dr. Aelita Skaržauskienė
授業内容	経営に関して、男女関係やメンタリティなどの様々な観点を交えつつ考え、学ぶことができる授業。
試験・課題等	取り扱ったテキストに関する感想やレポートの提出が度々あった。期末試験はレポート提出でした。
感想を自由記入	リモート授業も行われたものの、課題の負担の方が多く自発的に学ぶ姿勢の方が問われているというように感じました。とりわけレポート提出が他の履修科目に比べて多く、英語を使った論述力の向上につながったと思いました。

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)
Basics of Creative Industries	クリエイティブ産業の基礎
科目設置学部・研究科	人間社会学部
履修期間	2024/1-2024/6
単位数	6(ECTS)
本学での単位認定状況	4 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	対面授業(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が 2 回
担当教授	Dr. Rūta Latinytė
授業内容	映画や漫画などのクリエイティブ産業を専門的に学ぶ授業。
試験・課題等	度々アイデアの提出などの課題がありました。期末試験として、他の学生とグループを組み、クリエイティブ産業の一分野に関するプレゼンテーションを行いました。
感想を自由記入	クリエイティブ産業は日本の重要産業の一つなので、そもそも興味のある分野でした。プレゼンテーションやディスカッションのようにグループで活動することが多く、楽しかったです。

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)
Introduction to Digital Marketing	デジタル・マーケティングの基礎
科目設置学部・研究科	人間社会学部
履修期間	2024/1-2024/6
単位数	6(ECTS)
本学での単位認定状況	4 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	対面授業(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が 2 回
担当教授	Dr. Isabel Palomo Dominguez
授業内容	SNS など IT ツールを利用したマーケティングであるデジタル・マーケティングの基礎を学べる授業。
試験・課題等	IT ツールを利用した課題の提出が毎週ありました。期末試験はオンラインでマークシート式でした。
感想を自由記入	IT が必要不可欠なこの世の中で間違いなく役に立つマーケティングの一つで元々興味がありました。興味があることは、学ぶモチベーションの高さにもつながると感じました。

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)
Basics of Public Relations	PRの基礎
科目設置学部・研究科	人間社会学部
履修期間	2024/1-2024/6
単位数	6(ECTS)
本学での単位認定状況	4 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	対面授業(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に90分が2回
担当教授	Dr. Isabel Palomo Dominguez
授業内容	企業の重要な活動であるPRの基礎を学ぶことができる授業。
試験・課題等	グループで考え出したアイデアの提出など毎週課題はありました。期末試験はオンラインでマークシート式でした。
感想を自由記入	知識を詰め込むというよりも、グループを組みディスカッションなどを通して考えるということが重視されていて、それが内容理解に間違いなくつながっていたと思いました。

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)
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> 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
特に無し
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。
メーカー・商社
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: 留学中の就職活動に向けた準備、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。
リアニア、その他ヨーロッパ各国を周る中で日本の製品・サービスを度々目にしました。それと留学をする中で、日本企業を通して日本のみならず海外の国々に貢献したいと思うようになりました。
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、滞在先の確保、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	TOEFL 対策
	8月～9月	TOEFL 対策・受験
	10月～12月	協定留学への出願・選考
留学開始年	1月～3月	協定留学
	4月～7月	学生ビザの取得・航空券の購入・履修登録・滞在先の確保
	8月～9月	リアニアへの渡航・生活における必需品の購入・秋学期の開始
	10月～12月	授業・中間試験・期末試験
留学/帰国年	1月～3月	期末試験・冬休み・春学期の開始
	4月～7月	授業・中間試験・期末試験・帰国
	8月～9月	
	10月～12月	

留学体験記

※ この留学先を選んだ理由、留学生活全般について、また、これから留学を志す後輩学生へのアドバイス等、自由に記入してください。

10ヶ月間のリトアニア留学でした。今振り返ってみると、この10ヶ月間は決して短くなく、私が予想していなかった出会いやトラブルなど様々な経験が凝縮されていて、でももっとリトアニアで過ごしてもよかったという思いがいまだに残っています。協定留学の選考の段階では、私は絶対リトアニアに行つてやるという決意はありませんでした。しかし、リトアニアだからこそできた出会い、教訓、センセーショナルな経験が間違いなくあったと自負しています。

リトアニアは北ヨーロッパに位置している国家、いわゆるバルト三国の一つです。ポーランドのワルシャワからバスで7時間、隣国ラトビアのリガからはバスから4時間程度とベラルーシやロシアも含めて他国との距離も近いですが、しかし公用語がリトアニア語であるなど、リトアニアは独自の文化をもっており、そしてかつてソ連を構成する共産主義国家であった歴史的背景から、街並みを中心にその面影も残っていることも特徴です。留学先大学であった MRU がある首都ヴィリニウスはその文化が大きく反映されています。また治安は日本ほどではないですが、ヨーロッパの中では比較的良好な方であるという実感があります。バスによる交通手段も発達しているので、移動に関して特に困るようなこともありませんでした。物価はとりわけ外食する時など、日本と比べて高いと感じる場面は多かったです。しかし学生寮の月額が極めて安かったので、物価に対して抵抗を持つことはありませんでした。

基本的に現地では何語を使ってコミュニケーションを取るのか、リトアニアは非英語圏だからこそ気になるポイントだと思います。実際のところ、私はほぼ英語を使っていました。とりわけヴィリニウスは若者を中心に英語の認知度が日本と比べて極めて高く、レストランでの注文なども英語で通用するほどのレベルです。MRU に在籍していた他の留学生ももちろん英語、現地で知り合ったリトアニア人の友達とも英語で会話していたので、特別リトアニア語を覚える必要性をそこまで感じませんでした。私はあくまでも現地の文化を知るためにリトアニア語を MRU で履修していたという感じです。英語は現地で生活を送る上で欠かせない意思疎通手段です。しかし最初は英語を利用したコミュニケーションがうまくいかない、自分が表現したいことを説明できないなど困難は必ず付くものだと思います。しかし言語は習慣を通じて身につくもので、決して才能によるものではないと思います。自分で新たなことに踏み出し、習慣化する、このような行動力が大きなキーになると思います。それが目標達成、そして目標のレベルアップすることにつながると思います。

留学を行う上で大学で学問を学ぶことは必須のことだと思いますが、もし休暇があったら勉学以外のことにもチャレンジしてみてください。私は勉学以外では旅行に一番興味を持って行っていました。この留学期間でラトビアやエストニアの他のバルト三国、ポーランドやチェコなどの中央ヨーロッパの国々、アルバニアやコソボなどの南東ヨーロッパの国々を周りました。私が旅した国々は全て広くヨーロッパに位置すると定義づけられていますが、それぞれの国々がそれぞれ異なる言語や食文化を持ち、それぞれの国民が異なった価値観をもっているということを、旅行中にあった様々な経験から伺い知ることができました。このような気づきは旅行のみならず、他の留学生との交流を通しても得ることができました。MRU はイタリア、フランス、スペインなどのヨーロッパの国々のみならず、アゼルバイジャンやジョージアなどの中東の国々、台湾、韓国、マレーシア、ウズベキスタン、カザフスタンなどのアジアの国々の他、ブラジルやアメリカからきた学生も在籍しており、まさにグローバルを体現した場所でした。彼らと食事やレジャーを楽しみつつ交流できる機会があり、文化や価値観の違い、あるいは共通点を探ることができ、このような活動にも確実に学びがありました。

留学によって得られるものは英語力、そして留学先大学で学べる教養だけではありません。そして出会いの数だけ学びがあり、本人が行動した分だけ身につくものがあると考えています。留学には不安もつきものでしょう。しかし留学を決断できたあなたなら大丈夫です。頑張ってください。留学を検討している方も含めて、私の留学体験記に目を通してくれたことを感謝いたします。