

【大学間協定留学】 留学近況報告書

記入日	2024年 11月 1日
留学先大学	ウヅジ大学（日本語名） University of Łódź（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：国際政治学部 現地言語での名称：wydział studiów międzynarodowych i politycznych <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	2024年10月～2025年2月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	経営学部
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。

ウヅジ大学に行く明治学生が多くいたので、その間で情報交換したり、個人的にイベントなどに参加してポーランド人の知人を作ることを心がけました。これらのことは今現在生活などで困ったと気など大きな助けになっています。

準備不足だと感じたことは、留学前の英語のスピーキングの勉強です。留學生活ではポーランド語を喋れない限り主に英語で生活します。当たり前のことなのですが、日本での生活とは全く違う寮生活、授業において、自分の意見を正しく伝えることが重要な場面が多く、そのような場面に出くわした際に自分の発言が相手に正しく伝わっていないなど感じる事が多くありました。そのため留学前に自分の意見を正しく伝えられるくらいのスピーキング力をつけることをおすすめします。

他には、留學生活でポーランド以外の国に行くことはあまりないのだろうなと思っていたのですが、ヨーロッパ間の交通料金は予想以上に安く簡単に行くことができます。ですので、いきたい国のリストアップやその国の歴史を調べることで授業以外でも留學生活を充実させることができると思います。

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：ナショナルビザ (学生ビザ)	申請先：ポーランド大使館
ビザ取得所要日数：2週間程度 (申請してから何日/何週間要したか)	ビザ取得費用：0円
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？	
<ol style="list-style-type: none"> 1 ビザ申請書(大使館ホームページより作成) 2 証明写真(規定あり) 3 ハズポート 4 ハズポートの顔写真ページのコピー 5 入学許可証 6 学費証明書(入学許可証に記載あり) 7 住居証明書(入学許可証に記載あり) 8 在学証明書 9 戸籍謄本 10 親の在職証明 11 親の同意書 12 保険証明書 13 滞在資金証明 14 航空券 <p>ビザ申請の際は大使館 hp から情報を入力した上で日にちを予約しなければいけないのである程度余裕を持って申請したほうが良いと感じました</p>	
2. 具体的な申し込み手順を教えてください。	
<p>書類の準備が整ったら、ポーランド大使館のホームページから訪問日を選んで申請書を発行します。その際、訪問日は選べますが、時間は自動で決定されるため、予定のない日を選ぶとよいでしょう。大使館は、中目黒駅または目黒駅から徒歩約 25 分の住宅街に位置しています。到着したら、領事館の門のインターホンを押してビザ申請の目的で来たことを伝え、中に入り書類を提出しました。提出書類の一部が返却時に必要になる可能性があるため、申請用と自宅保管用のコピーを各 1 部ずつ準備すると便利です。約 2 週間後にビザが発行されたとの連絡がメールで届いたので、大使館に出向き、申請時に受け取ったレシートと引き換えにビザが印刷されたパスポートを受け取りました。</p>	
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？	
特になし	
4. ビザ取得に関して困った点・注意点	
ある程度余裕を持って書類準備と申請をしたほうが良いと感じます。書類準備は手間がかかるものが多く、申請しに行ったとしても書類不備になる可能性があります。	

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）。

留学栄勝においてクレジットカードを主に使うのですが、ルームメイトたちとの生活用品費の割り勘の際など現金が必要になる場面が多くあったのである程度の現金を持ってくるか、現地でキャッシングするのいいと思います。

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	トリップドットコム ※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	ワルシャワ・ショパン空港	現地到着時刻	8:10		
キャンパスへの移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 知人の迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関 (<input checked="" 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					

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
トラムや電車のチケットの買い方がわからないならば、誰かに聞くかしてしっかり正しいチケットを買うべきです。間違っていたり、買っていなかったりしたらなかなかの値の罰金が課せられます。

大学到着日	9月27日 19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 checked="" type="checkbox"/> 日本人学生 <input 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	大学のサイトに個人情報や履修希望科目を登録をする時に、寮に入りたいか聞かれます。入りたいと回答すると7月中旬ごろに入寮の可否やとの寮に割り当てられたかのメールが来ます。との寮に入るかは決められませんでした	

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？

特に問題はなかったのですが、住居が元々14番寮だったのですが10番寮に急遽変更になりました。

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	10/7
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？	学校や授業、寮に関する説明がありました。警察の人もいて、気をつけなければいけないことなどを教えてくれました。
留学生用特別ガイダンス	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	10月1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？	特になし。
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？	学生書発行の手続きがあり、近くのコンビニで22ズロチ払いました。
3. 現地で銀行口座を開設しましたか？ 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？	購入していません。
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？	<input checked="" type="checkbox"/> 出発前に（5月20日頃） <input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 志願書類に記入して登録 <input type="checkbox"/> できなかった <input type="checkbox"/> その他（ ）
	<input type="checkbox"/> 到着後に（ 月 日頃） <input type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 国際オフィス等の仲介 <input type="checkbox"/> できなかった <input type="checkbox"/> その他（ ）
登録時に留学生として優先されることはありましたか？	<input type="checkbox"/> あった <input checked="" type="checkbox"/> 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？	履修登録などのホームページがあり、そこで気になる授業を単位などを確認しながら履修しました。
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？	現地で授業の2重などを確認できたので、変更・追加しました。

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				授業			
9:00				授業			
10:00	起床	起床	起床		起床	起床	起床
11:00							
12:00							
13:00	授業			授業			
14:00	授業			授業			
15:00	授業			授業			
16:00	授業		授業				
17:00	授業		授業				
18:00	買い物		授業				
19:00							
20:00	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食
21:00	風呂	風呂	風呂	風呂	風呂	風呂	風呂
22:00							
23:00							
24:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

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。

留学における授業、生活様式などの情報は他の先輩方や同期の方々の留学報告書や留学近況報告書に載っているため、私は留学生活で楽しみ、学び、経験をたくさんするためにどのように心がけて生活しているかを書きたいと思います。

留学生活では、特に寮に住んでいるとさまざまな国のバックグラウンドを持つ人々と関わると感じます。その際に私はもちろん他の国から来た留学生と積極的に交流するのですが、特に現地のポーランド人と交流することを心がけています。留学において大切なことの一つにその国の文化、習慣、宗教観を文字ではなく肌で体感することがあると考えています。現地のポーランド人と交流することで、ポーランドにおける若者と年長者の宗教観の違い、ポーランド人の客人に対する接し方の日本との違いなど、まだ1ヶ月しかポーランドに住んでいませんが様々なことを学んでいます。

もう一つは、旅行をたくさんすることです。ポーランドに来て驚いたことの一つに他のヨーロッパ諸国への旅費がとても安いことがあります。例えば安い値段を探せばポーランド（グダニスク）からイギリス、スウェーデンなどの国へ片道3000~4000円行くことができます。日本では得られない経験をたくさん得ることができる旅行は一人でも友達とでも時間とお金が許す限りたくさん行き、たくさんの経験をするをおすすめします。

しかし、留学では楽しいことだけではなく寮生活などで辛く、孤独を感じたりするなど、マイナスな面があるのは事実です。その時は一人で抱えこまず、家族、日本の友人などに頼って欲しいです。

それらのマイナスな面を差し引いても留学は私を成長させてくれるものだ確信しています。皆さんが自分らしい素晴らしい留学生活を送れることを願っています。