

【大学間協定留学】 留学近況報告書

記入日	2024年 11月 3日
留学先大学	ウヅジ大学（日本語名） Uniwersytet Łódzki（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：国際政治経済学部 現地言語での名称：Faculty of International and Political 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：
留学期間	2024年9月～2025年6月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	国際日本学部
学年 ※出発時の本学での学年	2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。

正直自分はかなり準備を怠った状態で留学にきてしまったのだと、現地に気づいてから実感しました。具体的には空港についてから滞在先へ向かうために必要な交通手段の確認や、現地についてから自分の寮の付近にはどのような施設があり、逆に何が無いのかなど、事前に調べてわかるものは渡航前に一通り確認しておくべきだったと後悔しています。また、語学面においても、英語はもちろん、ポーランド語の簡単な挨拶程度はできるように準備をしておいた方が良くと思います。現地の人は英語が全く喋れない人も少なくないため、スーパーや銀行、商業施設などでは英語で話しかけてもポーランド語で返ってくる人が多いです。

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：学生ビザ	申請先：在日ポーランド大使館
ビザ取得所要日数：1 週間 (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？	
<p>ビザ申請書 - ビザ申請オンラインシステム e-Konsulat で入力し、印刷・署名する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・写真 (1 枚) - パスポート規格 ・パスポート - 過去 10 年以内に発行され、空白ページが 2 ページ以上残っているもの。 ・パスポートの顔写真ページのコピー ・往復航空券または予約確認書 - 申請者氏名および日時、フライトナンバーが記載され、ポーランド-日本間のすべての経路が確認できるもの ・滞在場所の証明 - 学生寮の予約証明書、賃貸契約書のコピーや滞在当初期間分のホテル予約確認など。学校発行のレターに記載がある場合は原則不要 ・海外旅行傷害保険の加入証明 - ポーランドを含むシェンゲン圏で有効な、救援・治療・入院や死亡および緊急一時帰国などの費用を補償するもの。 ・滞在資金の証明書類 (クレジットカードの利用限度額が載った書類。三菱のクレカを使っている場合、発行までに 1 ヶ月近くかかる上に、手続きも非常に面倒だった。三井住友カードや楽天カードがある場合は、この二つのカードの書類を用意することをお勧めします。特に楽天カードは自宅で即日プリント可能です) ・ポーランドの学校からの入学許可証または在学証明書 - 申請するビザの期間にわたり、在学が認められていることを証明する書類。 ・学費支払いの証明 ・スポンサー (親権者または扶養者) からの同意書 ・スポンサーの現在の就労先からの在職証明書 - 勤務開始日、役職および給与額が記載されたもの。 ・スポンサーとの家族関係が証明できる書類 - 戸籍謄本 	
2. 具体的な申し込み手順を教えてください。	
書類を揃えて、大使館のホームページから申請の日時を予約し、大使館に行き書類を提出する	
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？	
面接等特になかった	
4. ビザ取得に関して困った点・注意点	
<p>ビザの取得に関してはできるだけ余裕を持って行った方が良いです。私は 8 月中旬から下旬にかけてビザ申請の予約、大使館訪問をしたのですが、8 月上旬になって 滞在資金の証明書類が足りていないことに気づき、慌ててカード会社に発行を要求したところ、発行までに 1 ヶ月ほどかかると言われてかなり焦りました。ですので、留学が決まった時点で可能な限り書類はすぐに用意し、8 月上旬にはビザ申請を完了できるようにしておくと、出国前の準備がよりスムーズになるのではないかと思います。</p>	

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）。

現金は5万円ほど持っていき、ポーランドについてから換金しました。また、空港での交換レートよりも、街中でのレートの方が得なことが多いです。ほとんどの店がクレジットカード対応していますが、中には現金しか使えない場面もあり、特に公衆トイレは有料な上に、クレジットカードが使えない場所も少なくないので、念の為、常に少しは持ち歩くようにしておくと思います。携帯に関しては新しく買うことはしておらず、orange という会社の e-sim を利用しています。荷物運送の予定は今のところありません。

III. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	カタール航空				
航空券手配方法	trip.com ※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	ワルシャワシヨパン空港	現地到着時刻	午前7時40分		
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 type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他 ()
移動の所要時間					
<p>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 ワルシャワ空港から電車でワルシャワの中心街へ行き、そこから電車を使って1時間半ほどでウッジに到着します。ただ注意点として、ポーランドの駅には改札等ないため、チケットを買ったら電車内で電車に乗った時刻を打刻をする必要があり、点検を受けたらその切符を見せなければいけません。ワルシャワからウッジへ行く電車では、事前に指定された時間のチケットを購入し、電車に乗車したら打刻等する必要はなく、点検を受けたらチケットを見せます。ウッジの駅に着いたらトラムという路面電車に乗りますが、そこでもチケットを買って電車内で打刻をする必要があります。もし打刻をし忘れたら罰金があるので注意してください。</p>					
大学到着日	9月28日15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 入学許可証とともにどの寮に割り当てられたかを知ることができます。どの寮に入るかは大学側が決めるので自分では決められません。				
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？					
特にトラブルはありませんでした。					

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	10月2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？	ポーランド国内で気をつけること、やってはいけないことなど、生活面に関する注意事項が説明されたり、大学の説明など学校内での生活に関することなどを説明されました。また、クイズもあり、当たった人には景品が配られていました。
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3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？	特にありません。
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？	特に何もしていません。
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？	銀行口座等は開設していない
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？	携帯電話は買っていないが orange という会社の e-sim を購入した。現地についてからしばらくは日本の携帯会社の契約を使うことができたが、(ahamo) 15日経つと通信速度が遅くなるのでそれまでに準備をした。
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？	<input checked="" type="checkbox"/> 出発前に（5月25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？	オンライン出願時に自分の所属学部の英語で行われる授業を選択しました。
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？	オンライン登録時は時間割が公開されていないため、現地に到着してから授業の時間が被っている場合は変更をする必要があります。また、オリエンテーションで留学生向けの授業が紹介されるので、新しく授業を追加することも可能です。

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					自由時間、 旅行など	自由時間、 旅行など	自由時間、 旅行など
6:00							
7:00	起床	起床	起床	起床			
8:00				授業①			
9:00				↓			
10:00		授業		予習			
11:00	昼ごはん	↓		授業②			
12:00		帰宅、昼ご 飯		↓			
13:00	授業		授業①	授業③			
14:00	↓		↓	↓			
15:00	帰宅	洗濯、買い 出し		帰宅			
16:00							
17:00			授業②	洗濯、買い 出し			
18:00	夕飯	夕飯	↓				
19:00			帰宅、夕飯	夕飯			
20:00							
21:00							
22:00							
23:00	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。

ウッジ大学は日本以外にも多くの国から留学生を受け入れており、ヨーロッパ以外にもアジア系の留学生もそこそこの人数がいます。いろいろなバックグラウンドを持った人がいて、話を聞くとかなり面白いので、ぜひ積極的にいろいろな人に話しかけて交流を深めていくことをお勧めします。自分自身、とても内向的で最初の方は友人を作ることになり苦労しましたが、日本から来たというと、アニメや漫画の話をしてくれる人もいるので、有名どころの漫画やアニメ（ワンピース、ナルト、進撃の巨人など）を渡航前に見ておけば、話のネタになると思うので、見ておくことをお勧めします。また、寮の近くにはバレーやバスケ、サッカーができる屋外コートがあり、そこで友達を作ることができます。自分は一時期ほぼ毎日ようにルームメイトと一緒にバスケをしていて、そこで多くの友達を作ることができたので、体を動かすことが好きな人にはお勧めです。

治安に関してはポーランド国内は比較的安全です。自分は念の為、旅行に行く際はウエストポーチを服の中に身につけていますが、国内旅行ではこれといって怖い思いをしたことはまだありません。しかし、ポーランド以外の国では治安がそこまで良くない地域もたくさんあるので、スリなどの被害にあう人も決して少なくないと思います。そうならないためにも、ウエストポーチを用意して服の中にしまう、財布は最低二つ用意して、別々のカバンに入れておく、AirTagなどの所持品の位置情報を確認するためのものを用意しておくなど、可能な限りの準備をしておくとある程度は安心できると思います。

寮に関しては、寮母さんは基本的に英語を話すことができないので、やりとりはかなり苦労すると思います。翻訳機を使うなり、現地生に頼んで通訳をしてもらうなりして、スムーズにやり取りをするための工夫が必要です。洗濯に関しては、寮に四つしかなく、好きな時間に洗濯ができるわけではなく、事前に予約をする必要があります。洗濯物を干す際は、去年までは、鳩がベランダに来るため外干しをすることが衛生的に望ましくない状態だったのですが、今年から、鳩防止ネットが寮に導入されたため、室外干しでも問題ないと思います。また、Wi-Fiは非常に不安定で、パソコンでは問題なく使えるのに対して、スマホに繋げるとすぐに使えなくなったりと、不便な思いをすることも多々あります。自分は諦めてデータ容量を取るような You Tubeなどはパソコンで見るようにしていました。寮では基本的に二人部屋でプライバシーがないことに耐えられない人にとっては辛いかもしれません。これらのこともあって、もしお金に余裕があるのなら大学の寮ではなく、自分で手配をして寮を見つけることをお勧めします。

自分自身、ポーランドに到着してから数日は、これからちゃんと生活していけるかだったり、友達を作ることができるかなどの不安で頭がいっぱいでしたが、数週間もすれば生活に慣れていき、友達も徐々に増えていき、楽しいと思える時間が圧倒的の大多数になっていきました。また、ウッジ大学は明治大学以外にも他の大学から留学をしに来る日本人もいるので、何か困ったこと等あれば日本人同士で助け合うことで、充実した時間が過ごせると思います。