

# 【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 11月 2日
留学先大学/国名	ウッチ大学 (日本語名) 国名: ポーランド University of Lodz (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: 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	2025年10月～2026年2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	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。**

ウッチ大学に留学されていた先輩方に留学報告書等をよく読み込んだ。必要であれば、直接先輩にコンタクトを取ることをお勧めしたい。

個人的に準備不足だと感じたのは、英語力。実際、周りの留学生は基本英語が流暢で、文法のミスがあっても、話すスピードがネイティブ並みの人が多かった。そのため、ある程度リスニング力、スピーキング力を高めておくと、より深いコミュニケーションができると思った。

## 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: ポーランド大使館
ビザ取得所要日数: 1 か月 (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?

パスポート、入学許可書、戸籍謄本、航空券のコピー、残高証明書、保険加入証明書等が必要だった。

### 2. 具体的な申し込み手順を教えてください。

ポーランド大使館の HP から、フォーム提出、来訪日を選択し予約をして、大使館に必要書類を提出しに行く。

### 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?

特になかった。

### 4. ビザ取得に関して困った点・注意点

初めは予約枠が埋まっていまい、なかなか予約が取れなかった。また、申請からビザの受け取りまで予想より時間かかった。さらに、問い合わせの電話が繋がらずだったため、連絡をとるのが大変だった。

書類準備等、時間がかかるため先延ばしせずに余裕を持って書類準備、予約することをお勧めする。

## 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)。

寮のデポジットの支払いが義務付けられていたため、多少余裕をもって現金は 10 万円ほど成田空港で換金した。  
また、現金を使う場面は公衆トイレぐらいで、基本はクレジットカードだが、現地の日本人学生は Revolut か Wise を日本で作り、それを使用している人が多い。

携帯に関しては、出国前に Orange Flex というアプリからデータ通信プランを契約した。

## Ⅲ. 現地到着後のながれ

### 1. 到着時の様子

利用航空会社	LOT				
航空券手配方法	LOT 公式サイト ※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	06:00		
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 type="checkbox"/> 公共交通機関 ( <input checked="" type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車)	<input type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他 ( )
移動の所要時間	2 時間程度				
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 FlixBus を使い、寮最寄りの駅に行った。バスのチケットは事前に日本で FlixBus アプリで購入した。 最寄りの駅である、Lodz Fabryczna 駅に到着したら、地上まで上がり、トラムを使う。トラムのチケットは Jakdojade で乗る前に購入した。					
大学到着日	月 日 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	大学の入寮アンケートに答えた。				
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?					
渡航前に大学から寮の番号、住所が送られてきた。					

<b>3. 留学先でのオリエンテーションについて</b>	
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	10/1
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: )
内容と様子は?	ウッチ大学についての説明等
留学生用 特別ガイドンス	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	10月2日から
<b>IV. その他、渡航してから必要な手続きについて</b>	
<b>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?</b>	
必要なかった	
<b>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?</b>	
なかった	
<b>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?</b>	
していない	
<b>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?</b>	
していない	
<b>V. 履修科目と授業について</b>	
<b>1. 履修登録はいつどのような形で行いましたか?</b>	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前に(5~6月 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( )	
<b>登録時に留学生として優先されることはありましたか?</b>	
<input type="checkbox"/> あった <input checked="" type="checkbox"/> なかった	
<b>優先が「あった」方はどのように優先されましたか?</b>	
<b>優先が「なかった」方はどのように登録しましたか?</b>	
自分の所属学部の英語開講講義を選択した。	
<b>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?</b>	
<p>オンライン出願時は時間割が公開されていないため、授業時間が被っている科目は変更する必要があった。また、興味のある授業(他学部も可能)の追加も可能だった。</p> <p>授業変更の際には、学部のコーディネーター、担当講義の教授、明治大学の署名が必要だったため、手続きに多少時間を要した。</p>	

**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				イベント参加 休息 旅行など	イベント参加 休息 旅行など	イベント参加 休息 旅行など	イベント参加 休息 旅行など
6: 00							
7: 00	起床	起床					
8: 00	授業	授業					
9: 00	↓	↓					
10: 00	帰宅	↓	起床				
11: 00		昼食	勉強				
12: 00	昼食	授業	↓				
13: 00		↓	昼食				
14: 00	勉強	↓					
15: 00	↓	↓					
16: 00	↓	帰宅					
17: 00	授業		授業				
18: 00	↓		↓				
19: 00	帰宅	夕食	帰宅				
20: 00	夕食		夕食				
21: 00							
22: 00							
23: 00							
24: 00	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。

ポーランドは英語圏ではないため、街中では英語を話せない人が多い。スーパーの商品表示や案内もすべてポーランド語で表記されている。

ウッチ大学は多くの留学生を受け入れており、留学生向けのイベントも頻繁に開催されているため、交流は盛んである。留学生はヨーロッパ圏出身者が多く、中国、韓国、日本など東アジアからの学生は比較的少ない印象。ただ、国際教養大学など他大学から来ている日本人学生も一定数おり、日本人同士の交流もある。

授業はプレゼンテーションが多く、他国の留学生はプレゼンに慣れている学生が多い。ディスカッションも行われるため、アカデミックな内容を英語で話せるようにしておくことを勧める。教授の都合で休講になることが多い。

寮については、寮母が英語を話せないため、翻訳アプリの使用が必須である。私は 10 番寮に住んでいるが、前に住んでいた人から冷蔵庫などの家電やフライパンなどの調理器具を引き継げればよいが、ない場合は一から揃える必要がある。

10 番寮は目の前にケバブ店やスーパーがあり、生活面では便利である。ただし、個人的には改装されたばかりで冷蔵庫も備え付けられている 8 番寮を勧めたい。

トラムのチケットは時折確認があり、未購入の場合は罰金を科されるため、「Jakdojade」アプリで事前に購入し、バス内にある QR コードを読み取る必要がある。

ポーランドの治安は比較的良く、安全であると感じる。まれに「お金をください」と声をかけてくる人がいる程度。