

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2025 年 8 月 18 日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	法学部法律学科
留学(渡航)した時の学年	3 年生
帰国年月日	2025 年 7 月 1 日
明治大学卒業予定年月	2027 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	ヴィリニウス大学(日本語名) Vilnius Universitatas(現地言語名)
現地使用言語/ 授業使用言語	リトアニア語 / 英語
留学期間	2024 年 7 月～2025 年 7 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: 法学部 現地言語での名称: Faculty of Law ☐ 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～1 月下旬 2 学期: 2 月上旬～6 月下旬 3 学期: 4 学期:
学生数	25000 人
創立年	1579 年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (ユーロ) (1 現地通貨 = 166 円)	B 日本円	備考
授業料	0	円	交換留学だったため明治の学費のみ
宿舍費	105	円	デポジットで 100 ユーロ
食費	150	円	1 か月あたり
図書費	0	円	教科書購入不要、必要分は持って行った
学用品費	0	円	文房具類は持って行った
携帯・インターネット費	9.9	円	1 か月あたり
現地交通費	18	2988 円	バス 3 か月定期 1 回あたり(☐ 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	20	円	映画やスポーツ観戦
旅費(留学中)	4217	円	14 か国
被服費	16	円	古着を 2 回ほど購入
医療費	0	0 円	薬は日本から持って行った量で足りた
保険費		104780 円	形態: 明治大学指定のもの(11 ヶ月)
渡航旅費		205300 円	往復
ビザ申請費		0 円	学生免除
雑費	17	円	1 か月あたり(洗濯)
その他		円	
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	4552 (=755781 円)	310080 円	
総計(A+B) ※円		1065861 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：羽田空港 目的地：ヴィリニウス空港 経由地：イスタンブール空港

復路 出発地：ヴィリニウス空港 目的地：成田空港 経由地：イスタンブール空港

渡航費用

① 往復チケットを購入した場合
航空会社：ターキッシュエアライン
料金：205300

② 片道ずつチケットを購入した場合
往路 航空会社： 料金：
復路 航空会社： 料金： ∴合計：

航空券購入方法

☒ 旅行代理店(店名：JTB)

☐ インターネット(サイト名：)

☐ 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：サウレテキオ) ☐ 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 1)

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：

留学許可が下りたのちにヴィリニウス大学から入寮の希望を聞かれた。

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)

大学の寮は全部で 3 つあり私が住んでいたのは新キャンパスから徒歩 10 分未満の場所です。寮に入るには希望を出した後に入寮可能か不可かの連絡を待たなければなりません。私は運よく寮に入ることができましたが中にはいれずアパートを借りていた人もいました。学期が始まった後に寮に直談判しにいくと空きがあれば寮に入れてもらえることもあるようでした。シャワー、トイレ、キッチンともに設備が整っていると言い難かったですが十分に生活することができ、他のアパートなどと比較しても格安だったため満足しています。何より寮生はみんなヴィリニウス大学の留学生のため、交流を持つ機会が多かったこともとてもよかったと思います。

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: リトアニア人のバディ)

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?

外務省の旅レジに登録しており、時々デモのお知らせや盗難の注意喚起がメールで届いていました。非常に安全な国であったため盗難なども含め、犯罪に巻き込まれたことは一切ありませんでした。

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。)

寮のWi-Fiは有料だったので利用していませんでしたが使い放題のプランが学割で安く使えたのでそこまで困ることはありませんでした。しかし画像のバックアップなどWi-Fi環境下でしかできないことは近くのカフェか図書館まで出向く必要があり不便でした。パソコンはスマホとテザリングして使用していました。SIMの入れ替えがうまくいかず 3 時間ほど要しました。

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。)

基本はクレジットカードで支払いをしていました。毎月両親からの仕送りを日本の銀行口座に入れてもらい、生活に必要なお金はそこから引き落としをしていました。電話番号が変わってしまい認証メールが届かないなどでカードが使えないことがあったので 2 枚以上持っていくといいです。使えない時は持って行っていた現金を使用しました(3 万円分ほど)。銀行口座は開設しなかったです。突然現金が必要になる場合もあるので ATM でキャッシングできる設定に変えておくと思います。

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。

文房具は購入できますが日本のものの方が質が良いです。インスタントの味噌汁は重宝しました。寮の場合選択が有料で節約のためにまとめて洗濯していたのでヒートテックをもっと持っていくべきでした。

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。
40 単位	☒ 未定単位 ☐ 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)
Lithuanian Language A1, I / II p.	リトアニア語 A I
科目設置学部・研究科	Faculty of Philology
履修期間	Autumn Semester
単位数	5 Credits
本学での単位認定状況	未定単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	少人数授業 (チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が 3 回
担当教授	Elvyra Petrasuniene
授業内容	リトアニア語の基礎クラス
試験・課題等	中間テスト 1 回、期末テスト 1 回
感想を自由記入	せっかくなら自分の所属する学部以外の、その国でしか学べないこともやりたいという気持ちと、言語を学ぶのが好きということが合わさって履修しました。文法だけをコツコツやるわけではなくクラスメートと会話したり、教授が大学の中を巡りながら教えてくれたりととても充実していました。覚えた表現や単語を日常生活の中で使っていくことが楽しくてモチベーションでした。

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)
intercultural Communication	異文化コミュニケーション
科目設置学部・研究科	Faculty of Philology
履修期間	Autumn Semester
単位数	5 Credits
本学での単位認定状況	未定単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	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 90 分が 1 回
担当教授	Loreta Chodzkienė
授業内容	言語の違いや生活様式などに基づいて各国の文化の違いについて話し合い、理解を深める
試験・課題等	テレコラボレーションでチリの大学とオンライン上でペアを組み、毎回出される課題に取り組む
感想を自由記入	授業内で発言する機会が多く、また文化の比較をしていく中でアジア人が私と韓国の子 1 人しかいなかったのが嫌でも発言しないとイケない状況が自分の成長にとってもよかった。さらにテレコラボレーションの課題ではペアのチリの学生と時差や言語などいろいろな問題がある中で課題をこなし、多文化理解を肌で感じる事ができた。また、課題をこなすだけでなく個人的に仲が深まり今でも連絡を取る友人になれたこともよかった。

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)
Resistance Movements in Occupied Lithuania	占領下のリトアニアでの抵抗運動
科目設置学部・研究科	Faculty of History
履修期間	Autumn Semester
単位数	5 Credits
本学での単位認定状況	未定単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義 (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	Antanas Terleckas
授業内容	ソ連占領下のリトアニアの抵抗運動について資料を用いた講義
試験・課題等	市内の 3 つの博物館を実際に訪れて先生の提示するテーマで比較するレポートの提出
感想を自由記入	リトアニアは旧ソ連の国であり、ソ連からの影響を大きく受けてきた国です。今の社会情勢への興味もあり、間近で話を聞ける機会はまだないと思い履修した。比較のレポートを書く中でそれぞれのフォーカスの当て方の違いも興味深く、日本の似たような博物館との比較も全く異なって面白かった。

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)
Human Rights in Europe		ヨーロッパの人権
科目設置学部・研究科	Faculty of Law	
履修期間	Autumn Semester	
単位数	5 Credits	
本学での単位認定状況	未定単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)	
授業形態	講義又はセミナー (チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 90 分が 1 回	
担当教授	Lina Urbaite	
授業内容	EU の機関の説明と各条文で実際におこなわれた裁判のプレゼン、ディスカッション	
試験・課題等	オンラインの中間テストと対面の期末テスト、プレゼン	
感想を自由記入	はじめはEUの機関について学び、そのあとは人権が問題になったケーススタディーについて自分の割り当てられものをプレゼンした。人生で初めての英語でのプレゼンは緊張したしあまりうまくいったとは言えなかったがもっと努力しようというモチベーションにつながり、貴重な経験だった。	

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)
Bendrasis Lietuviu Kalbos Kursas Pazengusiesiems		上級レベル向けリトアニア語一般コース
科目設置学部・研究科	Faculty of Philology	
履修期間	Spring semester	
単位数	5 Credits	
本学での単位認定状況	未定単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)	
授業形態	少人数授業(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 90 分が 3 回	
担当教授	Rita Migauskiene	
授業内容	リトアニア語のより難しい文法、単語	
試験・課題等	中間テスト 1 回、期末テスト 1 回	
感想を自由記入	前学期から継続して履修しました。このコースを完了すればリトアニア語でA1レベルとのことでした。学生だけではなく社会人の方もクラスに参加しており幅広い人たちと交流できました。内容は難しく、さらに週に 3 回あったので進むスピードが速く大変でしたが毎週できることが増えるのでとても楽しく学習することができました。	

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)
Legal Remedied under EU Law		EU法に基づく法的救済策
科目設置学部・研究科	Faculty of Law	
履修期間	Spring semester	
単位数	5 Credits	
本学での単位認定状況	未定単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)	
授業形態	講義、セミナー(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	Karolina Mickute	
授業内容	ケーススタディについてのプレゼンをもとにディスカッション	
試験・課題等	プレゼン 2 回、期末テスト	
感想を自由記入	1 回の授業につき 2～3 人ほどがプレゼンを準備してきてEU法と国内法の衝突事例などを主に発表していました。発表を聞き質問や意見などを述べる時間は初めのうちは緊張していたが下準備をしっかりと行うことで何とかクラスの一員として参加することができていました。内容が難しいだけにかなり自分の英語の成長につながったのではないかと思います。	

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)
EU Labor Law		EU 労働法
科目設置学部・研究科	Faculty of Law	
履修期間	Spring Semester	
単位数	5 Credits	
本学での単位認定状況	未定単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)	
授業形態	講義(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	Jelena Jonis	
授業内容	EU における労働法について学ぶ。特に移動の自由が保障されていることによる音大や差別の禁止に重点を置いて学んだ。	
試験・課題等	期末テスト	
感想を自由記入	講義形式だったので何か発言するようなことはありませんでしたが、教授の鼻スペースが早く、1 度聞き逃すとそこからもとに戻るのが大変でした。1 年間を投資て受けた授業の中で最も教授の話が面白く受けるのが楽しみな授業でもありました。	

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)
International dispute resolution: court (arbitration) proceeding moot		国際紛争解決:裁判所(仲裁)手続き上の議論
科目設置学部・研究科	Faculty of Law	
履修期間	Spring Semester	
単位数	5Credits	
本学での単位認定状況	未定単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)	
授業形態	模擬仲裁、プレゼン、講義 (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	Rimantas Simaitis	
授業内容	仲裁の基本をプレゼンを通して学び、2 チームに分かれて実際に模擬仲裁をする	
試験・課題等	プレゼン、模擬仲裁、仲裁のジャッジレポート	
感想を自由記入	模擬仲裁の授業は履修は自分の中でとてもチャレンジな選択でした。どのように仲裁を行うかの基礎知識をはじめに教わり、そのあとに教授が提示した状況の中で 2 チームに分かれて請求書、回答書を作ったのちに実際に模擬仲裁を行いました。チームの中で担当を分け、自分の担当する箇所については反論の余地がなく矛盾もない論を展開することに注力しました。仲裁を行う前は不安で事前に来そうな質問を考えておいたりもしました。いざ当日になると予期せぬ質問が飛んで来て、チームメイトの力をかりつつ何とか返答することができました。	

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)

☐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

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。

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	IELTS 受験
	10 月 ～ 12 月	面接、派遣決定
留学開始年	1 月 ～ 3 月	英会話
	4 月 ～ 7 月	出願、留学許可、航空券購入、入寮の手続き、
	8 月 ～ 9 月	VISA 取得、 出国、履修修正
	10 月 ～ 12 月	中間テスト、期末テスト
留学/帰国年	1 月 ～ 3 月	休暇、履修修正、中間テスト
	4 月 ～ 7 月	航空券日程変更、期末テスト、帰国
	8 月 ～ 9 月	
	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。

私がイタリアを選んだ理由は主に 2 つあります。1 つは私は EU の法律の在り方に興味を持ち、EU 法ゼミに所属していたことです。実際に EU に加盟している国でより深いことについて学びたいという動機がありました。もう一つは物価の安さです。実際行ってみて思ったよりも生活費がかかってはしまいましたが、それでも他のヨーロッパの国と比べると安い傾向にありました。また、大学とその周辺は世界遺産となっているくらい美しい町並みが広がっています。その美しさに惹かれたことも、留学先を選ぶ一つの要素となりました。

留学生活に関するアドバイスとしては、理想を追い求めすぎないことです。誰もが自分の中の理想の留学生活というものを思い浮かべ、期待をもって留学生活をはじめると思います。もちろんそれが 100% 実現できればそれに越したことはありませんが、たいていの場合は壁にぶつかったり、理想と現実のギャップに悩むことがあると思います。私も同様に渡航直後には人間関係、勉強面などで悩むことがありました。周りの学生でも、授業についていけない、友達ができないという理由で悩み、中には帰国してしまう人もいました。せっかくなにか取り、たくさん準備してきた留学がそのように終わってしまうのは後悔が尽きないと思います。そこで私が重要だと考えたのは落ち込んでいる暇があったらその隙に何かできることを探してまずは始めてみようという気の持ち方です。例えば友達ができないと感じるなら毎晩寮で 1 人には絶対に話しかけるノルマを自分の中で設定したり、勉強についていけないなら教授に頼んで録音して後で聞き返したりすることができます。このように慣れない生活の中だからできないことがあっても当たり前、それをどれだけ理想の状態に近づけるかというように考えが変わってからは自分にとってプラスの多い留学生活を送れたと感じています。もちろん部分的にはくやしい気持ちで終わったこともあります。今ではその経験も今後のモチベーションにすることができています。

完璧主義をやめることはさぼるというのとは違います。まずは自分にできる小さな一歩を確実に積み重ねていくことで気づけば最初に設定した大きな目標を達成しているというのが最高の留学経験を作るのに大事な姿勢であると考えています。