

## 【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2024年6月21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	2年生
帰国年月日	2024年6月21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	フランス
留学先大学	トゥールーズ政治学院(日本語名) Sciences Po Toulouse(現地言語名)
現地使用言語/ 授業使用言語	フランス語/英語・フランス語
留学期間	2023年8月～2024年6月
留学先大学で在籍した学年	2 年生
留学先の所属学部等	<input 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: 現地言語での名称:  <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 checked="" type="checkbox"/> その他: Sciences Po Toulouse は政治、法学、地域学を中心に学び、学部を分けない。
形態	<input type="checkbox"/> 国立 <input type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input checked="" type="checkbox"/> その他: Instituts d'Études Politiques (Grandes Écoles)
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 月中旬 2 学期: 1 月中旬～6 月上旬 3 学期: ~ 4 学期: ~
学生数	1,581
創立年	1948

## 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	大学間交換留学
宿舍費	628	107,633 円	1DK(1月ごとに)最初の保証金は家賃分だけ支払わなければならない。
食費	400	68,556 円	外食物価が非常に高い。
図書費	0	0円	大学で提供してくれる。
学用品費	0	0円	
携帯・インターネット費	11	1,885 円	1 月ごとに
現地交通費	11,20	1,890 円	1 月ごとに更新 ( <input type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車 )
教養娯楽費	500	85,695 円	学生を対象に美術館の入場無料及び割引が非常に多い。
被服費	700	119,973 円	
医療費		円	
保険費		194,680 円	形態: 海外旅行保険
渡航旅費	500	85,965 円	フランス国内旅行及び周辺国旅行
ビザ申請費		20,800 円	キャンパスフランスを利用
雑費	300	51,417 円	
その他		円	
その他		円	
合計	3050,2	738,494 円	1ヶ月間の費用だけを表示した項目が多いため、10ヶ月分を合わせるとより多くの費用がかかる。

## 渡航関連

渡航経路	
往路 出発地:ソウル 目的地:パリ 経由地:	
復路 出発地:ウィーン 目的地:ソウル 経由地:	
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:ASIANA AIRLINES 料金:520,609 円	
復路 航空会社:KOREAN AIR 料金:475,338 円	∴ 合計:995,947 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:ASIANA AIRLINES, KOREAN AIR)	
<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 type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前: )	<input checked="" type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ
2) 部屋の形態	
<input checked="" type="checkbox"/> 個室	<input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 )
3) 共有部分	
<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input 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:	
Toul'Box のサイトで 100 ユーロを払い、手伝ってもらいました。	
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)	
思ったより費用がたくさんかかるとは思いますが、この機会でなければ帰ってこない貴重な経験になるでしょう。多くのことを学び、視野を広げ、絶対に後悔しないと思います。	

## 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: 現地の薬局)

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?

友達と旅行中、Airbnb 宿所に泥棒が入り、友達と私の貴重品が盗まれて警察を呼んだ。しかし、解決できなかった。

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。)

無制限料金プランを使用しました。インターネット接続が問題なく非常にうまくいった。

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。)

現地に銀行口座を開けて韓国の親から送金してもらった。現地の電話番号と居住地がないと開設できない。開設したら1週間以内にクレジットを受け取り、EUで便利に使用できた。

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。

特になし。

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。
2 単位		<input checked="" type="checkbox"/> 1 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 type="checkbox"/> 出発前 <input checked="" type="checkbox"/> 出発後 <input type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input type="checkbox"/> オンライン <input checked="" 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)
French		フランス語
科目設置学部・研究科	International&Comparative	
履修期間	秋学期、春学期	
単位数	5ECTS	
本学での単位認定状況	1 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	チュートリアル(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 120 分が 10 回	
担当教授	Nathalie Pelissier	
授業内容	フランス語深化過程	
試験・課題等	一学期に 3 回の試験・復習必修	
感想を自由記入	フランス語以外の言語での使用は全面禁止であるため、はじめには適応しにくかった。しかし、フランス語だけを使うことで実力を向上することができる。	

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)
The Political Regime of France		フランスの政治体制
科目設置学部・研究科	International&Comparative	
履修期間	秋学期	
単位数	5 ECTS	
本学での単位認定状況	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	講義形式(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 120 分が 10 回	
担当教授	Jean-Michel Eymeri-Douzans	
授業内容	フランスの政治体制を学ぶ。	
試験・課題等	テスト 100%	
感想を自由記入	フランスの政治及び法の成立について歴史からシステムについて学ぶことができた。	

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)
From Biological Racism to the Construction of Systemic Racism: Comparative study between France and the USA	生物学的人種差別から体系的人種差別の構築まで—フランスとアメリカの比較研究
科目設置学部・研究科	International&Comparative
履修期間	秋学期
単位数	5 ECTS
本学での単位認定状況	2 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	講義形式(討論を中心に)(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	Mathilde Debbiche
授業内容	人種差別の本質的な原因を分析、フランスとアメリカを比較分析をする。
試験・課題等	授業への参加度(小テスト)30%、期末レポート 100%
感想を自由記入	現代社会で最も敏感な主題であるため、興味深い良い学びになった。

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)
Law and Literature	法律と文学
科目設置学部・研究科	International&Comparative
履修期間	秋学期
単位数	5 ECTS
本学での単位認定状況	2 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	講義形式(討論中心)(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 120 分が 10 回
担当教授	Mariana Teixeira Marques-Pujol
授業内容	19 世紀席文学にある法律を確認し、時代を反映した法律を分析する。
試験・課題等	授業への参加度、グループワーク 20%、分析シート 20%、期末レポート 60%
感想を自由記入	文学を通じて法律を学ぶことが新鮮であった。

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)
Stories that Stick: Personal, Political, and Cultural Narratives	物語:個人的、政治的、文化的な物語
科目設置学部・研究科	International&Comparative
履修期間	秋学期
単位数	5 ECTS
本学での単位認定状況	2 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	講義形式(討論中心)(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 120 分が 10 回
担当教授	Nancy BOISSONNET
授業内容	有名な小説や作家について分析する
試験・課題等	グループ発表が多い、期末テスト
感想を自由記入	グループワークが多い、多少大変であったが、積極的に参加ができて良かった。

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)
The Evolution of American Political Campaigns	アメリカの政治運動の進化
科目設置学部・研究科	International&Comparative
履修期間	春学期
単位数	5 ECTS
本学での単位認定状況	2 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	講義形式 (チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 120 分が 10 回
担当教授	Elio DI PAOLANTONIO
授業内容	アメリカの現代政治の理解を深め、NBC や NEWYORK TIMES などのニュースを参考して授業を行う。
試験・課題等	期末テスト 100%
感想を自由記入	ニュースを読むことでリテラシー能力を高めることができ役に立つ授業であった。

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)
The Psychology of Contemporary Issues	現代問題の心理学
科目設置学部・研究科	International&Comparative
履修期間	春学期
単位数	5 ECTS
本学での単位認定状況	2 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	小人数授業(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 120 分が 10 回
担当教授	Ashun SIERRA-DIAZ
授業内容	現代問題における心理学を学ぶ。
試験・課題等	グループプロジェクト 40%、レポート 40%、授業への参加度 20%
感想を自由記入	小人数授業であるため、発言の機会が多い。そして、学生お互いに力を合わせなければならないプロジェクトが多いため、団結できた。

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)
Media and Society	メディアと社会
科目設置学部・研究科	International&Comparative
履修期間	春学期
単位数	5 ECTS
本学での単位認定状況	2 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	講義形式 (チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 120 分が 10 回
担当教授	Olivier Baisnée
授業内容	現代社会で現れている社会問題とメディアの役割・限界点を学ぶ。
試験・課題等	期末テスト 100%
感想を自由記入	フランスのメディアと社会問題を学ぶことができ興味深かった。

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)
Great Britain and the European Union: From Membership to Partnership	イギリスと EU: 加盟からパートナーシップへ
科目設置学部・研究科	International&Comparative
履修期間	春学期
単位数	5 ECTS
本学での単位認定状況	2 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	講義形式(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 120 分が 10 回
担当教授	Stephanie Mc Lellan
授業内容	イギリスと EU の関係を Brexit の以前・以降を把握し、理解を深む。
試験・課題等	期末テスト 100%
感想を自由記入	イギリスと EU の関係に非常に興味深かったため、授業に積極的に参加できた。

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)
Comparative Government & Public Administrations in Europe	ヨーロッパにおける比較政府と公共行政
科目設置学部・研究科	International&Comparative
履修期間	春学期
単位数	5 ECTS
本学での単位認定状況	2 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	講義形式(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 120 分が 10 回
担当教授	Jean-Michel EYMERI-DOUZANS
授業内容	欧州連合のシステムと行政について比較研究を行う。
試験・課題等	期末テスト 100%
感想を自由記入	留学前から EU のシステムを主に勉強したかったため、非常に役に立つ授業であった。

## 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:大学院進学を迷っています。

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:留学中の就職活動へ向けた準備、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。

今後、この留学経験を生かして外資系企業を志願するか海外の大学院に国際関係専攻で志願するか迷っています。二つの可能性を実現するために各々の情報を集めています。個人的にはあまりにも性急に進路を確定させるより色々な情報を集めて準備を徐々にしていくことが重要だと思います。

## 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	TOEFL テスト
	4月～7月	
	8月～9月	語学の勉強
	10月～12月	交換留学志願
留学開始年	1月～3月	面接、選考、留学前事前説明会
	4月～7月	ビザ申請・取得、航空券購入
	8月～9月	留学生イベント、授業の始まり
	10月～12月	留学中の中間試験、期末試験、短い休み
留学/帰国年	1月～3月	短い休み、新学期の始まり
	4月～7月	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。

フランスへの留学を選んだ理由は、個人的な関心分野と学問的な目標の両方を満たすことができる環境を提供したからです。フランスは、豊かな歴史と文化、優れた教育システム、そしてさまざまな研究機会を提供する国です。特にトゥールーズ・シアンスポは政治学と国際関係学分野で名声が高く、私の学業目標とよく合いました。ここでは、フランスへの留学を選んだ理由と留学生活全般、そしてこれから留学を準備している学生たちへのアドバイスを取り上げていきます。

フランスでの留学を選んだ理由

### 1. 優れた教育システムフランス

フランスは世界的に認められている優れた教育システムを持っています。特に、シアンスポは政治学、社会科学、国際関係学の分野で卓越した教育と研究を提供し、私の学問的関心事とよく合いました。教授陣の優れた専門性と多様なカリキュラムは、私の学問的成長を助ける重要な要素でした。

### 2. 文化的豊かさ

フランスは芸術、文学、哲学など多様な分野で世界的な名声を誇ります。パリ、トゥールーズなど主要都市は豊かな歴史と文化を持っており、学業以外にも多くのことを学べる機会を提供しました。このような文化的環境は私の全般的な知識と視野を広げるのに大きく役に立ちました。そして、フランスでは学生を対象に文化支援を惜しみなくするの無料美術館観覧および多様な文化生活を割引してくれる制度があって文化を満喫するのに非常に良かったです。

### 3. 国際的ネットワーク

フランスは、さまざまな国籍の学生が集まる国際的な環境を提供します。Sciences Po では様々な背景を持つ学生たちと交流し、グローバルネットワークを形成することができました。これらの経験は、将来の国際的な活動と研究にとって大きな資産になると思います。

全般的な留学生活

### 1. 言語の障壁の克服

最初にフランスに到着したとき、フランス語は最大の挑戦課題の一つでした。しかし、大学で提供するフランス語の授業と現地人との継続的な会話を通じて言語能力を向上させることができました。言語は単なるコミュニケーションツール以上のもので、文化を理解し、人々と深く交流する重要な要素です。また、その国で留学をしようと決心した以上相手国の言語を学び、活用しようと努力することが礼儀だと思います。

### 2. 適応過程

新しい環境に適応することは常に難しいことです。寮生活、一人暮らしなど多様な形態の居住経験を通じて自立心と適応力を育てることができました。また、現地の友達との交流を通じてフランスの日常生活と文化を理解するのに多くの助けを受けました。

### 3. 学業と生活のバランス

フランスでの留学生活は、学業と個人生活のバランスを取ることが重要でした。学業に集中しながらも、フランスの多様な文化的活動に参加し、旅行に行って新しい経験を積むことが留学生活をより豊かにしました。これはストレスを減らし、学業へのモチベーションを持続させるのに重要な役割を果たしました。

留学準備生のためのアドバイス

### 1. 言語学習

フランスに留学する前に、基本的なフランス語の実力を身につけることがとても重要です。現地で言語の授業を受けることもできますが、基本的なコミュニケーション能力をあらかじめ準備しておけば生活はるかに楽になるでしょう。フランス語を学ぶには、オンライン講座や語学学校で勉強することをお勧めします。

### 2. 文化の理解

フランスの文化やマナーを事前に勉強することも役立ちます。フランスは他の国と違う固有の文化と生活方式を持つ

ているため、これを理解して尊重する態度が必要です。フランス人との円滑なコミュニケーションのために、文化的な違いを理解し、受け入れることが重要です。

### 3. 徹底した準備

留学に行く前に必要な書類と手続きを徹底的に準備しなければなりません。ビザ、宿所、保険など留学生活に必要なすべてのことをあらかじめ計画して準備することが重要です。これにより、予期せぬ問題を最小限に抑え、安定した留学生活を始めることができます。

### 4. 積極的な態度

新しい環境に適応するには時間がかかる場合があります。最初は困難があっても、積極的に現地の人々と交流し、多様な活動に参加することが重要です。このような経験は留学生活をより豊かで意味のあるものにすると思えます。

### 5. 柔軟な思考

留学中は予期せぬ状況が発生する可能性があります。このような状況に柔軟に対処し、前向きな態度で問題を解決しようとする努力が必要です。これを通じて、より成熟して強靱な個人に成長することができます。

フランスでの留学は私に多くのことを教えてくれた貴重な経験でした。優秀な教育システム、豊かな文化、国際的ネットワーク形成など多様な利点を通じて私は学問的、個人的に大きく成長することができました。留学をするまで多くの心配をし、多くの制約を思い出しがちですが、このような貴重な経験をするということは誰にでも与えられることではありません。ぜひ勇気を出して広い視野を得ることができればと思います。