

## 【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2024年01月17日
明治大学の所属学部・研究科	国際日本学部/国際日本学科(学部/学科/研究科/専攻等)
留学(渡航)した時の学年	2年生
帰国年月日	2023年01月16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	リール・カトリック大学(日本語名) Université Catholique de Lille(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(フランス語を学ぶ授業のみ)・英語
留学期間	2023年8月～2023年12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 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): ヨーロッパ政治社会学部・国際経営学部 (現地言語での名称): ESPOL・ESTICE  <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:-
形態	<input type="checkbox"/> 国立 <input type="checkbox"/> 公立 <input checked="" type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> 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: 8月下旬～12月下旬      2学期: 1月中旬～5月上旬 3学期: -~-      4学期: -~-
学生数	40,000
創立年	1875

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	-	-円	交換留学のため明治大学の学費のみ支払い
宿舍費	約 2765	約 442,400 円	約 503*5 ヶ月半
食費	約 320	約 51,200 円	-
図書費	-	-円	-
学用品費	-	-円	-
携帯・インターネット費	74.95	約 11,992 円	12.99*5 か月+SIM カード代
現地交通費	約 68	約 10,880 円	CDG 空港～寮往復(44 ユーロ)+ 公共交通機関のチケット代(5.3 は現金) (☑大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	約 30	約 4,800 円	美術館や教会などの入館料
被服費	-	-円	-
医療費	-	-円	-
保険費	363	約 58,080 円	形態:住宅保険(SMENO)47.94 ユーロ、 明治大学指定海外旅行保険 50,395 円
渡航旅費	1,470	235,110 円	往復航空券・経由便
ビザ申請費	198	約 31,680 円	VISA 申請 50 ユーロ+15600 円、 VISA 有効化手続き 50 ユーロ
雑費	約 15	約 2,400 円	調理器具(鍋・包丁)
その他	約 1,250	約 200,000 円	旅費(交通費・宿泊費・Disney チケット代)
その他	約 150	約 24,000 円	お土産代・交際費
合計	約 6705	約 1,072,800 円	1 ユーロ=160 円計算



## 渡航関連

渡航経路	
往路	出発地: 成田空港 目的地: シャルル・ド・ゴール空港 経由地: 台湾桃園国際空港
復路	出発地: 成田空港 目的地: シャルル・ド・ゴール空港 経由地: 台湾桃園国際空港
渡航費用	
① 往復チケットを購入した場合	航空会社: エバー航空 料金: 235,110 円(日本語サポート代約 10,000 円込み)
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	
<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: Skyscanner 経由: HIS) <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、大学の宿舎など)	
<input checked="" type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前: Valentine Charrondière) <input 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 checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" 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:	
大学から案内された All logment(学生寮のオフィス名)のサイトで探しました。 申込が開始されるタイミングですぐに予約できるよう、事前に各学生寮の特徴を見て選別しておきましょう。 私が Valentine Charrondière を選んだ主な観点は、 キャンパスからの距離の近さ・部屋数の多さ・平日の朝食付き・家賃(水道代・光熱費が含まれていること・金額)です。	
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)	
Valentine Charrondière は図書館の裏に位置しており、教室やキャンパスからの距離が非常に近いです。 基本はシャワー・トイレ共有ですが、一部の部屋は部屋の中にシャワーが付属しています。 シャワーが汚かったりトイレトーパーの在庫が切れていたりすることがありますが、 そんなときは自分が住んでいる階以外のシャワーやトイレを使いましょう。  フラットシェアなどの選択肢も有ると思いますが、私は学生寮をお勧めします。 共有部分や部屋の大きさを考えると、学生寮(特に Valentine Charrondière)の家賃は高く、 コストパフォーマンスは比較的低いと思います。 ただ、Valentine Charrondière は部屋の数が多い分友人を作りやすく、留学生・正規生問わず多様な人に出会えます。 寮主催のイベント(ピザパーティーなど)が各寮で行われたり、 All logment 主催で全ての学生寮を対象としたイベント(Welcome Party など)が開催されたりすることも魅力です。 学生寮は手続きが比較的簡単で、マニュアルを見ながら行えば問題ありません。何かあればオフィスが助けてくれます。	

## 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:

CAF(家賃補助)の申請が上手くいっておらず、補助金取得まで通常の 1.5 倍ほど時間がかかったこと。  
CAF 側のミスであったが、訂正をお願いするにはフランス語で申請し直す必要がありました。  
CAF はフランス語でのやり取りのみ受け付けているため、正規生の友人複数人に手伝ってもらい、  
電話・メール・オフィスに出向くことで、ようやく補助金を得ることができました。  
)

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？

外務省のたびレジを登録し、留学国であるフランスを含めたヨーロッパの周辺国の危険情報がメールに来るようにしていました。  
リールは比較的治安が良いものの、外出する際はスマートフォンに必ずストラップを付け、  
現金は最小限のみ所持・クレジットカードは複数枚一度に持ち歩かないようにしていました。  
旅行に行く際は特に防犯に気をつけました。

実際に犯罪に巻き込まれたことはありませんが、スマートフォンや財布の盗難にあった友人がいたため、  
防犯対策は必ずしっかりと行うべきです。  
リールは他の場所と比べて治安が良く、慣れてくると油断しがちです。気を付けましょう。

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。)

<携帯電話> Free の SIM カードを購入しました。時々接続が不安定になることがありましたが、特に問題なく使えました。  
当初は寮の中(特に地上階と地下)は Free の電波が非常に弱く困っていましたが、同じ寮に住む学生が Free に訴えたことである程度改善しました。

<寮> All logment から無料で Wi-Fi ルーターを借りることができたため、そのルーターを使用しました。  
数に限りがあり、申請を行い寮に到着する順に借りることができます。  
接続が上手くいかないことが多々ありましたが、電源を差し直す・ログインし直すなどをすれば大抵は回復します。  
スマートフォンで使用していたデータプランが非常に余裕のあるものであったため、  
Wi-Fi の調子が悪くてもデザリングで対応し、重大な問題は生じませんでした。

<街中> フリーWi-Fi は特には存在していないと思います。  
大学の Wi-Fi を使う以外、フランス国内国外問わず、基本的にデータ通信を使用していました。

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設し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。)

現地で銀行口座を開設しました。BNP Paribas という銀行です。  
CAF(家賃補助)の申請や医療費控除の申請(必須)の際に必要なになります。

日本出発前に、デビット・クレジットカード決済の引き落とし口座に一定の金額を入れておきました。  
現金は 200 ユーロ分日本で両替をして持って行きました。  
CAF の補助金を受け取ってからは、現地で開設した銀行口座のデビットカードを基本的に使用しました。  
必要な際はそこから現金を引き出しました。

**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。**

とにかく物価が高いので、持っていけるものはすべて持っていくと良いと思います。  
例えば、日本のダイソーで購入できるようなものは日本で購入して持っていくと良いです。

到着後すぐに購入する必要がないよう、シャンプーやトリートメント・化粧水など日常必需品は一定量持っていくことをお勧めします。  
日本食は非常に高いため、本格的な料理をする予定の方は調味料などを持参すると良いと思いますが、  
現地でも手に入れることはできます。  
フランスでは、メイク落としや洗顔はふき取りタイプがメジャーであるため、ジェルタイプなどを好む方は持参した方が良いでしょう。

**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。
30 ECTS 単位	<input checked="" type="checkbox"/> 単位認定申請中・申請単位数: 19 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 checked="" type="checkbox"/> 出発前 <input checked="" type="checkbox"/> 出発後 <input checked="" type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input checked="" 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):
FLE - Débutants complets (A0)	フランス語(A0)
科目設置学部・研究科	ESTICE(Only for international students)
履修期間	2023 年度秋学期前半
単位数	3ECTS
本学での単位認定状況	1(予定)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	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 2 回
担当教授	Ms. Laetitia SCAMPS
授業内容	フランス語の挨拶・数字や自己紹介・簡単な動詞を使った文章の作成など。 フランス語初心者向けの授業。
試験・課題など	試験: 担当教授と一人ずつ 15 分間行う Oral Exam。授業で扱った表現の確認。 課題: テキストの問題を解く・自己紹介を書く・親友についてのプレゼンテーション。
感想を自由記入	8 人のクラスで、みんなで楽しくフランス語を学ぶことができました。 教授は主に英語で説明してくれるため、理解しやすかったです。 フランス留学生活で実際に使える表現や話す技能を中心に学ぶ実践的な授業でした。 週二回の短期間集中クラスであったことも良かったと思います。



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):	
Contemporary French Business and Society		現代フランスのビジネスと社会	
科目設置学部・研究科	ESTICE(Only for international students)		
履修期間	2023 年度秋学期		
単位数	3ECTS		
本学での単位認定状況	2(予定)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	先生との対話や学生同士のディスカッションを含めた講義(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に 120 分が 9 回		
担当教授	Ms. Marine BONDUELLE		
授業内容	多様な観点からみた現代フランス社会・文化の特徴。 例)luxuary, communication		
試験・課題など	試験: 授業で扱った内容の確認・各トピックに対する自分の意見や経験について回答。 課題: グループプレゼンテーション。 Business & Society-Oriented Topic(15 分)+French Intercultural Knowledge(5 分)		
感想を自由記入	内容は興味深かったものの、教授の教え方が退屈なものでした。 留学生用の講義であるため、他の留学生と知り合うことができます。 日本や多文化との比較を通して現代のフランス社会・文化を理解することができたと思います。		

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):	
Public Policy		公共政策	
科目設置学部・研究科	ESPOL(Bachelor's in Political Scinces, 2 <sup>nd</sup> year course)		
履修期間	2023 年度秋学期		
単位数	6ECTS		
本学での単位認定状況	4(予定)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 12 回		
担当教授	Ms. VENOUIL Alexia		
授業内容	公共政策のプロセス		
試験・課題など	試験: オンラインで実施され、ワードファイルを提出する形式。 制限時間 3 時間のうち、5 つの質問の中から 4 つを選択し各 350 字程度で回答。 授業資料やノート、インターネットは全て利用可能。  課題: なし。		
感想を自由記入	初回授業では内容が非常に難しく思えて諦めそうになりましたが、講義が進むにつれて抽象的な概念から具体的な概念となり、徐々に理解しやすくなりました。諦めずに授業を選択して良かったと思います。 フランスやヨーロッパの公共政策が例示として示されるため、毎回の講義内容が興味深かったです。 個人的には、このような政治系の授業を履修してこなかったため、新たな知見を深めることができて良かったです。 教授が非常に優しく、メールで質問すると丁寧に答えてくださいます。 試験では、留学生は「留学生」と記入することで留学生基準で採点していただきました。		

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):
History, Geography, and Globalization	歴史・地理・グローバル化
科目設置学部・研究科	ESPOL(Bachelor's in International Relations, 2 <sup>nd</sup> year course)
履修期間	2023 年度秋学期
単位数	3ECTS
本学での単位認定状況	2(予定)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	グループプレゼンテーション+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 9 回
担当教授	Ms. Sankey Ingrid
授業内容	歴史や地理的観点から捉えた、各地域のグローバリゼーション
試験・課題など	試験:なし。 課題:20 分~30 分のグループプレゼンテーション。テーマは提示されたものから選択。
感想を自由記入	本来ならば、120 分の一回の授業で教授の講義時間とプレゼンテーションの時間が半分ずつになる予定であったが、授業中は基本的にプレゼンテーションを聴いていました。教授が配布する資料や講義内容、プレゼンテーションの内容に対するフィードバック(補足)は非常に興味深く、もっと話を聴きたいと思っていました。  初回授業でプレゼンテーションのテーマが提示され、その後すぐに、誰がどんなグループで何のテーマを扱うかを挙手制で決めることとなります。 1 人でもできますが、グループの方が楽なうえ他の学生と交流できるため、同じ授業を取る留学生を事前に見つけておくと楽です。 私の場合は、韓国からの留学生と隣に座っていた正規生の 3 人で行いました。



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 Political Sociology	国際政治社会学
科目設置学部・研究科	ESPOL (Bachelor's in International Relations, 2 <sup>nd</sup> year course)
履修期間	2023 年度秋学期後半
単位数	3ECTS
本学での単位認定状況	2(予定)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 9 回
担当教授	Ms. Regnier Cindy
授業内容	国際政治社会学の構成要素や各理論 ゲストスピーカーによる講義 3 回: 国際政治社会学における研究についての内容
試験・課題など	試験: 講義内容全範囲(ゲストスピーカーの講義含む)・提示される関連論文(各回 1 本)が対象となる 3 時間の試験 ①リサーチエッセイ ②概念や用語の提示・説明 ③国際政治社会学に対する自分の意見 (①:約 4 割分 ②③:約 6 割分) ①: 事前に準備可能。自分が国際政治社会学において研究をする場合のエッセイ。 何を対象とするのか・どのような要素を用いるのか・なぜ国際政治社会学なのか 等 課題: 次回授業に関する論文を読んでおく。 小テスト: 前回の授業内容のうち、重要用語や概念に関する内容。20 分・10 問ほど。
感想を自由記入	講義内容が抽象的かつ難しく、理解するのに時間がかかりました。 内容は興味深いもので、最近できた学問であるため学ぶことができ良かったと思います。 試験も非常に難しく、勉強した箇所が試験で問われた内容と一致しない部分が多かったです。 前年度以前は開講されていない授業でした。 教授が大学院生で初めての授業らしく、試行錯誤しながら講義を進めている様子でした。 教授の英語はとても早く、聞き取りが難しい場合がありました。



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):
Theories of International Relations	国際関係学
科目設置学部・研究科	ESPOL(Bachelor's in International Relations, 2 <sup>nd</sup> year course)
履修期間	2023 年度秋学期
単位数	6ECTS
本学での単位認定状況	4(予定)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 12 回
担当教授	Mr. GRZYBOWSKI JANIS
授業内容	国際関係学における各理論
試験・課題など	試験: 講義内容全範囲・提示される関連論文(各回 1 本)が対象となる 2 時間の試験。 選択問題 20 問(間違い-0.25 点・無回答±0 点)(10 点分)・ 与えられた引用文に対して理論を対応させるエッセイ(2 問中 1 問選択)(10 点分)  課題: 次回授業に関する論文を読んでおく。
感想を自由記入	国際関係学における各理論を 1 つ 1 つ学ぶことができました。 1 つの理論に対して、複数の学者の考察や批判など様々な観点から捉えることができ、理解が深まりました。  講義内容の中には理解が難しい部分もありましたが、教授が学生の理解度に合わせて講義内容やスピードを調整してくださったため助かりました。 履修者が多いためメールでの質問は受け付けられていませんが、各回の最後に質疑応答コーナーが設けられており、そこで学生からの質問に丁寧に答えてくださいます。



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):
Global History	世界史
科目設置学部・研究科	ESPOL (Bachelor's in International Relations, 1 <sup>st</sup> year course)
履修期間	2023 年度秋学期
単位数	6ECTS
本学での単位認定状況	4(予定)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 12 回
担当教授	Mr. FERNANDEZ SORIANO Victor
授業内容	1500 年代から現在までの世界史
試験・課題など	試験: 講義内容全範囲が対象となる 1 時間半の試験。 講義内容の一部をまとめるエッセイ形式の質問(2 問中 1 問を選択)・選択式問題・ 地図の説明・写真の説明  課題: なし。
感想を自由記入	基本的に高校時代に学習した世界史の内容と同じです。 私は世界史選択者だったため、基本的に講義内容の理解に困ることはありませんでした。 ヨーロッパ・フランス視点で物事を捉えることができたと思います。  教授の英語はとてもゆっくりで聞き取りやすいです。 また、メールで質問すると丁寧に答えてくださいます。



## 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)
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input checked="" type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:-
2)進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関など
-
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。
-

## 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	-
	4月～7月	明治大学入学
	8月～9月	交換留学について情報収集・TOEFL 受験
	10月～12月	交換留学出願・面接
留学開始年	1月～3月	渡航前オリエンテーション・オーストラリアでの語学研修・履修科目事前登録
	4月～7月	滞在先の確保・航空券購入・ビザ申請および取得・
	8月～9月	渡航
	10月～12月	Fall Break(11月上旬)・国際日本学部ゼミ試(11月末)・期末試験(12月)
留学/帰国年	1月～3月	Christmas Break・帰国・中野新歓実行委員会委員長としての活動
	4月～7月	明治大学での春学期開始・就職活動開始予定・フランス語検定取得予定
	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など、自由に記入してください。

### ①留学先を選んだ理由

英語文化だけでなく様々な文化・言語に触れたいという思いから、非英語圏への留学を志していました。特に、ヨーロッパの文化に興味があり、特にフランス人の価値観が好きだったためフランスを選びました。フランスの中でも国際色豊かであることや治安面、履修できる授業内容からリール・カトリック大学を選択しました。ヨーロッパ留学は気軽に他のヨーロッパ諸国を訪れ、気軽に多様な文化に触れることができるため、お勧めです。

### ②留学生生活全般

フランス留学は毎日が新鮮で、留学して良かった・この留学先にして良かったと思いながら生活していました。振り返ってみると、充実した生活だったと言えますが、授業内容が難しく何度も諦めそうになったり自分の無力さを感じ落ち込んだりすることもありました。しかし、困難と一緒に乗り越えてくれた留学生の友人・助けてくれた正規生の友人のおかげで、なんとか授業・テストを終えることができました。

一番留学して良かったと感じる観点は、素敵な友人に出会えたことです。日本に行く予定がありその時に会おうと言ってくれる友人が多くできたため、彼らが日本に来てくれるのを楽しみにしています。日本語を学んでいる友人・多様なバックグラウンドをもっている友人など、友人との会話を通して多様な価値観・文化を知ることができたと思います。

また、フランス国内・国外に旅にでかけることができたことも良い思い出です。現地で出会った友人たちと新たな経験をすることができました。

### ③渡航・リールへの移動

＜日本からフランスへの渡航＞

スーツケースの許容重量オーバーに注意。

一人で渡航する場合、荷物は自分が運びやすい個数・種類にしましょう。私はスーツケース 2 個・リュック・ボストンバックにしました。ボストンバックにはロストバゲージの可能性を考えて、着替えや旅行用のシャンプーなど数日分の必要物品を入れました。リュックの背中側にポケットがあったため、貴重品はそこにしまっていました。

空港では、観光客を狙ったスリや物乞いに注意してください。私の友人は声を掛けられて空港の案内をしてもらった結果お金を取られたと言っていました。

入国審査はただパスポートを見せて目的を答えるのみでした。職員の対応は優しくないですが、内容は特に心配する必要はありません。

＜空港からリールへの移動＞

TGV で空港のターミナル 2 から移動できます。ターミナル間の移動は無料のシャトルがあります。シャトルまで・TGV の乗り場までは案内板に従えば問題なく移動できるので心配ありません。

TGV は SNCF のアプリから予約できます。Web サイトでもできますがアプリの方がチケット表示などが断然楽です。私の場合、日本から予約する際にクレジットカードが認証されませんでした。複数のカードで試して認証されなかった場合は VPN をフランスに変更して予約することをお勧めします。

＜リールから寮への移動＞

TGV が到着する駅はリール・フランドル駅またはリール・ヨーロッパ駅です。どちらの駅からも大学までバスが出ています。学生寮に滞在する場合、寮の鍵をもらうために寮のオフィスに行く必要がありますが、大学から寮のオフィスは近いため、バスを利用する場合は大学前またはその 1 つ前で降りれば良いと思います。ただ、大量の荷物を持った移動は大変ですし防犯面での危険も高まるため、タクシーの利用をお勧めします。Bolt というアプリを使用すると安く利用できます。事前にインストール・会員登録・支払い方法登録をしておきましょう。その場でタクシーを捕まえた友人は私の数倍ほどの値段がかかったと言っていました。

寮のオフィスから寮までの距離・移動手段は寮によって異なります。事前にチェックしておきましょう。

### ④留学を志す方へのアドバイス

留学は自分の comfort zone から抜け出し成長できる良い機会になります。自分の目標に向かって突き進む意思があれば、大変なことがあっても乗り越えられます。困ったことがあれば周りの人に頼りましょう。応援しています！

リール・カトリック大学への留学を検討している方・留学が決まった方はお気軽にご連絡ください！留学体験記をブログにしています！