

【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 11月 4日
留学先大学/国名	パリ第3大学(ソルボンヌ・ヌーベル大学)(日本語名) 国名: フランス L'Université Sorbonne Nouvelle(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: 演劇学部 現地言語での名称: Institut des Études théâtrales (IET) <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9月～2026年1月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	大学院文学研究科仏文学専攻
学年 ※出発時の本学での学年	博士前期課程 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。

同じように協定留学でフランスに留学した先輩方・後輩と連絡を取り、手続きの流れや現地での生活について事前に話を聞いていました。また、他の国でも留学経験のある人と連絡を取ったり、他大学の留学体験談や Campus France の留学関連ページ、フランス滞在に関するブログなども読んでいました。また私の場合、偶然演劇祭で留学先の学生が日本に来ていた時に知り合えたため、履修のことも相談できました。なかなか難しいかもしれませんが、交換留学生で留学先大学の学生が明治大学に来ていないか探してみるのもいいかもしれません。このように情報を集めながら、Todo リストを作り、事前にやっておくことや持っていきたいものなどを思いついた時にすぐ記入するようにしていました。

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: 学生長期滞在ビザ(VLS-TS)	申請先: 在日フランス大使館
ビザ取得所要日数: 2 週間程度 (申請してから何日/ 何週間要したか)	ビザ取得費用: 50 ユーロ相当の日本円(私の時は 8,462 円でした)

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?

予約票、VISA 申請書、証明写真、パスポート、パスポートコピー、留学先大学の受入許可証、経済証明書(私の場合、保証人の残高証明書+保証人パスポートコピー)、住居証明書、Etude en France 登録証明書、Etude en France 領収書、レターパック赤

2. 具体的な申し込み手順を教えてください。

オンラインで VISA 申請書を作成し、大使館の予約を取ります。留学生は水曜日午前中に優先的に予約を取れる話を聞いていたので、その時間帯は前もって空けておきました。大使館のビザセクションの入り口でパスポートの確認と荷物検査があり、待合室に通されます。窓口は 4 つあり(日本語×2、英語、仏語対応)、名前が呼ばれたら窓口まで行き、持ってきた書類一式を提出して問題なければ申請料を払い、指紋採取があつて終了です。

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？

4. ビザ取得に関して困った点・注意点

残高証明書は英文で郵送されるのに 1 週間ほどかかりました。証明写真は背景が白でなかったりコンタクト着用していたりして指摘されている人を見かけたので VISA 申請ページの注意事項をよく読んでおくことをおすすめしますが、ビザセクションの中に証明写真機があったので現地でも撮り直しはできます。

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)。

奨学金申請、海外で現金を引き出せるデビットカード契約、書類をコピー & クラウドと USB に保存、到着後数日間のための eSIM 契約、たびレジ登録

III. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	JAL				
航空券手配方法	航空会社ホームページ ※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	オルリー空港	現地到着時刻	10:45		
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 type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車)	<input checked="" type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他 ()
移動の所要時間	40 分				
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 Uber アプリで配車					
大学到着日	8 月 31 日 11:30 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 type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート <input checked="" type="checkbox"/> その他(シェアハウス)	
部屋の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> その他(キッチン、リビングルーム、トイレなど共用スペースもあり)	
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input type="checkbox"/> 他国からの留学生 <input checked="" type="checkbox"/> その他(他国から & パリ外から移住してきた社会人、留学生)	
住居を探した方法	<input type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input checked="" type="checkbox"/> 自分で探した <input type="checkbox"/> その他()	
住居の申込み手順	入居希望のオンラインフォームを送り、メールと電話でやりとりがあったあと契約書のサインもオンラインで行いました。	

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？

当初大学寮に入居する予定でしたが、割り当てられた地域の治安が不安だったため辞退し、自身で探すことになりました。9 月からの契約は人気なので、空きがほとんどなく、かなり大変でした。フランスの不動産会社は基本的に電話でしかやり取りしてくれないので、こちらからかけると国際通信料がかかりますし、言語が心配な方にはあまりおすすめできません。結果的に、英語で検索してヒットしたシェアハウスに決めました。

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	9/8
参加必須ですか?	<input type="checkbox"/> 必須 <input checked="" 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?	学生証と記念品の配布、学生生活やサポートについての案内、履修についての説明
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	9月22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?	
到着後 3 ヶ月以内にオンラインでビザ有効手続きをします。この時に滞在税(50 ユーロ)をオンラインの小切手を使って払う必要がありました。	
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?	
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?	
現地の電話番号を使って Revolut の口座を開きました。携帯電話ですぐ開設できますが、海外送金の場合マイナンバーカードの登録が必要なので持ってきてよかったです。	
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?	
Free の SIM カードを店舗の自動販売機で購入しました。月 19.99 ユーロで 350G 使い放題、35G までならヨーロッパ・イギリスなど国外でも使えるプランにしています。	



オリエンテーション

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？

- ☐ 出発前に(月 日頃)
☐ オンラインで登録 ☐ 志願書類に記入して登録 ☐ できなかった ☐ その他()
- ☒ 到着後に(9 月 10 日頃)
☐ オンラインで登録 ☐ 国際オフィス等の仲介 ☐ できなかった ☒ その他(学部事務室に登録フォームをメールで提出)

登録時に留学生として優先されることはありましたか？

- ☐ あった ☒ 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？

学部ホームページから登録フォームをダウンロードし、記入したものを事務室にメールで提出しました。Licence の授業は 1 週間ほどで登録完了のメールが届きましたが、Master の授業は満員だというメールが授業に 2 回出た後に届いたため、先生に一筆書いていただいてそのまま参加しています。単位が必要ならば、聴講扱いになるかもしれないことを念頭に履修を組んでおくと安心かと思います。

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？



留学生向けパン作りワークショップ

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							
6: 00							
7: 00							
8: 00					授業		
9: 00		授業					
10: 00	自習			洗濯や掃除			
11: 00							
12: 00		昼食	授業				
13: 00	昼食	自習		昼食			
14: 00	散歩や美術館、観劇		昼食	自習	昼食		
15: 00			自習		散歩や美術館、観劇		
16: 00							
17: 00							
18: 00		映画上映会	集中講座	観劇			
19: 00	テニス				ジム		
20: 00		夕食		夕食	夕食		
21: 00	夕食	ハウスメイトと交流	夕食	ハウスメイトと交流	ハウスメイトと交流		
22: 00	ハウスメイトと交流		ハウスメイトと交流				
23: 00							
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。

ソルボンヌ・ヌーヴェル大学は、文化大学と謳っているだけあって、文化活動に関するイベントやプログラムがたくさんあります。ほぼ毎週火曜日には映画が、木曜日には大学内のスタジオで演劇が上演されており無料で見られます。またパリ市内の劇場と提携して、プロの演劇従事者を講師とした集中講座が開かれていたり、学生自身が作品作りをするアトリエという授業があったりもします。授業は全てフランス語で行われるためついていくのは大変ですが、どの授業も内容が興味深く、学生も皆前向きに取り組んでいるのでとても雰囲気が良いです。特にマスターの授業は予習復習必須ですが、ディスカッションを理解できた時や発言できた時は達成感があります。留学生向けのイベントなども定期的に行われるので、現地の学生だけでなく他の留学生とも知り合う機会には恵まれていると思います。

課外活動においては、ハウスメイトと日常会話を通してフランス語・英語の上達を図り、土日には一緒に出かけたり旅行に行ったりしています。またパリにはたくさんの劇場や美術館、図書館があり、学生料金が設定されていることがほとんどなので、毎日のようにさまざまな文化に触れることができます。



観劇