

## 【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2023年2月27日
明治大学の所属学部・研究科	国際日本学部
留学(渡航)した時の学年	2年生
帰国年月日	2023年2月22日
明治大学卒業予定年月	2025年3月
留学先大学について	
留学先国	オーストリア
留学先大学	ウィーン大学(日本語名) universitat wien(現地言語名)
現地使用言語/ 授業使用言語	ドイツ語/英語
留学期間	2022年8月~2023年2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):社会文化人類学部 (現地言語での名称):Socian and Cultural Anthropology  <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 checked="" type="checkbox"/> 国立 <input type="checkbox"/> 公立 <input 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:10 月上旬~1 月下旬      2 学期:3 月上旬から 6 月下旬 3 学期: 4 学期:
学生数	88900 人
創立年	1365 年

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	
宿舍費	605euro	84700 円	1 ユロ=140 円(以下同様)
食費		円	
図書費		円	
学用品費		円	
携帯・インターネット費	9.99euro	1400 円	SIM カード代金
現地交通費	78euro	10920 円	学生は学期ごとにウィーン市内の公共交通が 乗り放題の Semester-Ticket を 78 ユロで購入で きる。( <input type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車 )
教養娯楽費		円	
被服費		円	
医療費		円	
保険費		円	形態:
渡航旅費		30 万円	往路、復路、同様にエミレーツ航空を使用。 ドバイで乗り換え。
ビザ申請費		円	
雑費		円	
その他		円	
その他		円	
合計		円	

渡航関連	
<b>渡航経路</b>	
往路 出発地:成田空港 目的地:ウィーン国際空港 経由地:ドバイ国際空港	
復路 出発地:ウィーン国際空港 目的地:成田空港 経由地:ドバイ国際空港	
<b>渡航費用</b>	
① 往復チケットを購入した場合 航空会社:エミレーツ航空 料金:300,000	
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:	
<b>航空券購入方法</b>	
<input checked="" type="checkbox"/> 旅行代理店(店名:明大サポート) <input type="checkbox"/> インターネット(サイト名: ) <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、大学の宿舍など)

学生寮(寮の名前:Gasgasse 2)    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    )

## 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:

ウィーン大学と提携を結んでいる不動産会社、OEAD housing を利用して家を探した。university of vienna housing と検索すると、提携会社一覧のサイトにたどり着ける。oead housing は、Gasgasse 2 だけでなく他の寮も運営している。ウィーン大学自体は学生寮を持っていないので自分で家を探す必要がある。

## 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)

## ・部屋について

OEAD housing の Gasgasse 2 という寮に滞在した。8月から1月までは完全個室。2月上旬から中旬まではキッチンのみ4人で共用の部屋に住んでいた。完全個室部屋は oead housing の公式サイトに掲載された写真通りの部屋であり、騒音に悩まされることもなかった。非常に快適な部屋だった。4人でのシェアスタイルの部屋も各部屋にしっかりと鍵がかかり、隣室の音が聞こえることもなかった。キッチンのみが共用で、トイレとシャワーは各部屋に備えつけのため、大きな不便もなかった。しかし、シェアキッチンをどう使うかは完全に人によるので、ルームメイトの清潔感にかかっている。

## ・立地について

Gasgasse 2 の最寄り駅は、Westbahnhof というウィーンで主要な駅であり(とても簡単にいうと新宿駅や渋谷駅のようなイメージ)、駅構内にスーパーや、ドラッグストア、洋服店やスターバックスコーヒーもある。IKEA も駅から徒歩1分、寮から徒歩5分ほどのところにあるので日用品も揃えやすい。westbahnhof 駅からウィーンの中心地までは電車で約5分、ウィーン大学のメインビルディングまでは電車と徒歩で約20分、マリアヒルファーストラッセ(Mariahilfer StraÙe)というショッピングストリートまでは徒歩1分である。

## ・懸念点

westbahnhof 駅は便利である一方で、インターネット上で Westbahnhof と検索すると治安が悪いといった情報も出てくる。深夜に westbahnhof 駅を利用したこともあるが、幸いなことに半年間の滞在中で私は危険な目にあったことはなかった。しかし、2,3 か月に一回ほど変な人に遭遇したこともあった。ウィーン自体が治安がよいため、危険な目にあう確率は非常に低いとは思いますが、westbahnhof は他の地区や駅に比べやや治安が悪いという事実もある。実際に現地の友人から夜にマリアヒルファーストラッセのあたりは出歩かない方がよいと言われたこともある。Gasgasse 2 は立地もよく部屋も快適であるが、予算や治安の面を最重要視するのであれば、他の寮を探すことも選択肢の一つであると思う。

## ・滞在先を決めた経緯

留学で不安なことのひとつと言えば住居が挙げられ、どこの会社を経由して滞在先を決めるかは非常に重要である。私はウィーン大学への留学が決まってから1か月後、2022年2月・3月あたりに寮を予約した。oead housing の gasgasse 2 を滞在先にした決め手は、完全1人部屋があること、部屋が綺麗そうなこと、寮の口コミがそれなりによかったこと、大学まで20分ほどでいけることであった。oead housing に連絡をすると3日以内に返信がき、非常にスムーズに滞在先が決定した。寮を決定するまでの過程、滞在中に oead housing(不動産会社)とトラブルになったことはなかった。oead housing の他にも stuwo という不動産会社にも連絡を取ったが、stuwo からは返信を得られなかった。しかし、stuwo の寮に住んでいる日本人の友人もいたのでタイミングや連絡方法に問題があった可能性が高い。私は幸運なことに寮が非常にきれいだったため不満はなかった。しかし、寮によっては衛生面や騒音に問題がある場合もある。そのような場合は引っ越してしまえばよいと思う。もちろん初めに選んだ寮に住み続けることが理想的かもしれないが、最初に決めた寮に住み続けなければならないと思いきず、引っ越すという選択肢をもつと気楽に寮を探せるのではないかと思う。実際に、1年で3,4回引っ越した友人や寮の契約期間が半年のため引っ越した友人(1年滞在)もいるのでどうにかなる。留学期間を重ねるとともに友人も増え現地に頼れる人もできるので本当になんとかかなる。引っ越すという選択肢も頭に入れておくとうれいと感じた。

## ・oead housing(不動産会社)について

oead housing は比較的良い不動産会社であると思う。会社とのやり取りは基本的にホームページの個人ページのメッセージ欄で行う。滞在中にも何度もメッセージのやり取り(問い合わせ)をしたが、基本的に1,2日以内に返信が来た。対応は早いと思う。oead housing 事務所のゲ-グルマップ上での評価は2.8と非常に低く大丈夫かと心配になるかもしれないが、鍵を事務所にとりに行った時の対応も非常によく、職員の方は優しい人であると感じた。

## 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: )

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?

ウィーン到着後に外務省に在留届を提出した。在留届を提出するとオーストリアの危険情報(テモがいつ行われるか)などが定期的にメールアドレスに送られてくる。特にこれといった防犯対策は行わなかった。席にものをおいて立たない、ポケットにスマホや財布を入れないといった基本的な対策はしていた。犯罪等に巻き込まれたことはなかった。

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。)

・SIM カードについて

留学前に日本で使用していた SIM カードを抜き、SIM カードフリーの状態を携帯をウィーンに持って行った。ウィーンでは、Hofer というスーパーの SIM カードを使っていた。料金は月々 20 キガで 9.99 ユロだった。Mein HOT というアプリでプラン変更やキガ容量の確認が簡単にできる。

・wifi について

寮の wifi が繋がりにくいということではなかった。ウィーン大学の wifi も繋がりにくいということではなかった。ウィーン大学の wifi(無料)は明治大学の wifi と同様に自動的に繋がるわけではないので、初回利用時に登録が必要。街にある大抵のカフェには wifi は通っていたと思う。

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。)

ピザを取る必要がなかったため、ウィーンで口座は開設しなかった。基本的にクレジットカードをメインに使っていた。自分の口座と繋がっているクレジットカード(上限各月 10 万円)2 枚と家族カード 1 枚の 3 枚を主に使っていた。家族カードの方が上限金額が高いので家族カードで家賃の支払いや大きい金額の買い物をしていった。現地で現金を引き出す手段としては、money t global カードというカードを使っていた。

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ください。

・化粧品と常備薬

常備薬は小さめのサイズではなく普通のサイズをもっていった方がいいと思う。私は小さめサイズのハファリンを持参し、ウィーンで風邪をひいたときに薬が 2 日分ほど足りなかった。風邪薬はもちろん、女性の場合は生理痛の薬は絶対に持っていった方がよい。生理痛の薬は頭痛など痛み全般に効くので多めにもっていった方がよかった。基礎化粧品も日本製の物はウィーンで買えないので持っていくことをおすすめする。

・生理用品

生理用ナプキンも多めにもっていったほうが良いと思う。正直、生理用ナプキンはかさばるためスーツケースの場所をとるが、服を少し減らしてでも多めに持って行った方がいいと思う。現地でも生理用品は売っているし、実際に現地で購入して使用していて、特に不便なこともなかったが、日本製のほうが質が良いし、なによりいつも自分が使っている製品の方が安心感があるので、不安を少しでも減らしたいのなら持っていくことをおすすめする。

・防寒具

ヒートテックは持って行った方がよい、ウィーンの冬は凍えるほどではないが、日本よりは寒いのでヒートテックのレギンスや靴下、長そでを多めに持って行った方がよいと感じた。通常のヒートテックより極暖を多めに持って行った方がよいと思う。また、ウルトラライトダウンの長そでを持参するとコートの下に着用するなどして防寒対策になるので便利だった。マフラーも持っていくとよい。

・小分けの容器、旅行用の小さいパックの化粧品など、留学中に旅行に行くことがあると思う。飛行機で移動する場合は、預入ではなく、機内に持ち込む液体の規定が 100ml までなので、無印用品や 100 円ショップで売っているような化粧品を小分けにできる容器があると便利だった。また、容器ではなくトラベル用のシャンプーやコンディショナー、化粧品を持っていくといい。トラベルのシャンプーやボディーソープは現地でもドラッグストアで購入できるが、基礎化粧品はトラベル用があまり売っていないので、容器があると特に助かると思う。

・ipad

あるとなにかと便利。

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。
9ects 単位	<input type="checkbox"/> 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 checked="" type="checkbox"/> オンライン <input 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):
introduction to the anthropology of art	
科目設置学部・研究科	社会文化人類学部
履修期間	1 学期間
単位数	3ects
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 90 分が 1 回
担当教授	Melanie Janet Sindelar
授業内容	芸術人類学の歴史や考え方を学ぶ
試験・課題など	筆記試験(すべて記述)
感想を自由記入	自分にとっては難しい講義だった。芸術人類学の知識が全くない状態で講義を受けたので授業内容を理解するのに苦労した。芸術人類学の歴史や考え方、著書について学びながらも、現代の芸術が抱える問題点についてもディスカッションをした。授業内容は難しかったが、芸術について人類学という観点から学ぶことは面白かった。教授は優しく、質問に対しても丁寧に回答してくれた。試験は筆記試験で 1 題 10 点の大問が 10 つの 100 点満点だった。すべて記述式なので大変だった。

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):	
Machine Translation			
科目設置学部・研究科	翻訳学科		
履修期間	1 学期間		
単位数	4ects		
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 90 分が 1 回		
担当教授	Brockmann, Ciobanu		
授業内容	機械翻訳について学ぶ		
試験・課題など	試験は選択問題形式		
感想を自由記入	機械翻訳(グーグル翻訳などの人間ではなくコンピュータ上など機械を使って行う翻訳)についての講義だった。国際日本学部には翻訳に関する講義があまりないので面白い講義だった。オンデマンド、オンライン、対面の 3 つの形式で受講できるので、復習もしやすく試験対策もスムーズに行えた。機械翻訳が人間の仕事を奪うといわれている社会で機械翻訳の精度がどれほど正確で、人間にかわるのは現実的なのかについて学ぶことができる。		

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):	
Language skills and text competence for translation English			
科目設置学部・研究科	英語科		
履修期間	1 学期間		
単位数	4ects		
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 90 分が 1 回		
担当教授	Simicevic		
授業内容	英語の仕組みについて		
試験・課題など	記述と選択式の試験問題		
感想を自由記入	英語の概念や仕組みについて、英語の歴史をふまえながら学ぶ。英語を文法的な観点だけでなく言語学的な観点からも学ぶことは新鮮だった。		

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):
Summer Intensive German course	
科目設置学部・研究科	
履修期間	
単位数	2ects
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	(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に 分が 回
担当教授	
授業内容	ドイツ語を学ぶ
試験・課題など	口頭試験と筆記試験
感想を自由記入	夏休みに行われるドイツ語の集中講座。私はドイツ語が全く分からない状態でウーンいったので、ドイツ語の基礎を学べ、ドイツ語に少しでも慣れることができて良かった。

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):
introduction to visual anthropology	
科目設置学部・研究科	culture and social anthropology
履修期間	2022w
単位数	3ects
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(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	sanderien verstappen
授業内容	映像人類学について
試験・課題など	ペーパーテスト
感想を自由記入	映像人類学についての講義。教授がしている映像と文献を読んで、それらをもとに授業内でディスカッションをする。予習とテストが難しく、大変だったが、様々な国からの生徒の意見を聞いたことは有意義だった。

## 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:

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	
	8月～9月	toefl 勉強
	10月～12月	toefl 受験、留学に応募
留学開始年	1月～3月	留学先決定、滞在先を探す
	4月～7月	留学準備、航空券購入
	8月～9月	渡航
	10月～12月	期末試験
留学/帰国年	1月～3月	帰国
	4月～7月	
	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など、自由に記入してください。

### ・留学前に取り組むべきだったこと

留学前に取り組んだ方がいいと感じたことは、英語のリスニング力とコミュニケーション能力を鍛えることだ。私は英語を話すときと突然コミュニケーション能力が高くなる人間ではなく、日本語でのコミュニケーション能力が英語を話すときにも引き継がれる人間なので人に積極的に話しかける、会話を続けるといったコミュニケーション能力を鍛えておけばよかったと思う。また、会話で重要なのは話すだけでなく相手の話を聞く能力も必要なのでリスニング能力を鍛えるといいと思った。ウィーンは特に、英語が第一言語の人が少ないため、フランス語訛り、ドイツ語訛りなど様々な人がいるので耳を鍛えておくことでコミュニケーションが円滑に進むと思う。ただし、日本人が全ての日本人と友人にはなれないように、英語を話すからと言って全ての人と友達になれるわけではないと思う。人はそれぞれ異なる性格を持っているので、英語であれドイツ語であれ、自分が話していて心地よいと思う人と友人になればよいと思う。留学中は友人をつくらうと努力することは必要だが、無理をしてまで友人をつくる必要はないと思うので、自分一人が心地いいなら自分の時間を大切にしつつ、友人をつくっていくことも大切だと感じた。

### ・留学中に大切なこと

留学前は不安なことは多いと思うが、大抵のことはどうにかなる。便利な時代であるので、日本にいる家族や友人、明治大学にも簡単に連絡がとれる。まず留学前や留学中に困ったことがあったら、とにかく誰かに相談することが大事だと思う。些細なことでも私はすぐにウィーン大学側にメールを送っていた。自分一人ではどうにかしなければならない必要は全くないので、まずは誰かに相談すればよいと思う。留学前、私はウィーンに知り合いが誰もおらず不安だったが、明治大学が行っているタンデム会で1度だけ話したことがあったウィーン大学の子のインスタグラムを知っていたので、その子に連絡してウィーン国際空港まで迎えに来てもらった。きっと迎えに来てくれた友人も私の顔を覚えていなかったと思うが、お願いしたら快く迎えにくることをひきうけてくれた。誰かの助けが必要なときはまず聞かなければ始まらないので、まず誰かに聞くことが大切だと覚えておくとよいと思う。分からないことを聞くのは全く恥ずかしいことではないので。

### ・ウィーン大学の講義について

ウィーン大学の講義は基本的にドイツ語で行われるので、英語で開講されている講義の数はあまり多くない。私が所属していた社会文化人類学部も英語の講義は少なかった。また、社会学に興味があったが社会学部も英語の講義は少なかった。その一方で、英語学科や翻訳学科など言語に関する学部、学科は英語の講義を多く開講していた。ウィーン大学は、多くの学部・学科を持つ上に、留学生は所属学部に関わらず自分の興味のある講義を自由に選択できるため、講義の選択肢が非常に多いが、1つ1つの学科をよくみて授業を決めるとよいと思う。講義の形式も様々で VO という聞くことがメインの形態や SE というセミナー形式の講義など種類が多いので、自分と受講したい講義がどんな形式かを確認するとよいと思う。VO や SE など各形式がどういう意味かは大学のホームページに載っている。また、ウィーン大学の講義は1講義あたりの ECTS が決して多くないこともあるので、ECTS 数にも注意した方がいいと思う。留学中の講義を全てパスできるとは限らないので、明治大学にいるときはフル単をしていたほうが良いと思う。講義のレベルもどんな講義を取るか、教授がどんな人かによって変わるので一概に言えないが、どうにもならないほど難しいと感じた講義はなかった。明治大学で受けている講義がそのまま全て英語で行われているイメージだと思う。心配であれば、国際日本学部の場合は type1 の講義を受けておくといいと思う。正直なところ、講義の内容自体は明治大学で受けていた講義の方が面白いと感じた。

### ・ウィーンでの生活について

ウィーンは非常に暮らしやすい都市であると思う。移動は公共交通機関を使えば問題なく行え、交通機関もほぼ時間通りに運航している。交通機関が汚いということもなかった。基本的にウィーンの人々はルールを厳守とまではいかないが守る人々なので、電車やバスで大騒ぎをしているという光景に出会ったこともなかった。交通機関は、平日が午前1時頃まで、休日は24時間運航している。平日も終電後はナイトバスがでている。ウィーンは治安がよいので、滞在中は危険な目にあつたことはなかった。とはいえ、ウィーンの駅には改札がなく基本的に誰でも立ち入ることができるので、ごくたまにホームレスの人がお金を求めたり、宗教勧誘の人がいたりしたこともあった。治安は確かに良いが絶対に何も起きないといいきることはできない。基本的に深夜にむやみに出かけるといったことはしないほうがよいと思う。

醤油やみりんといった調味料も基本的にウィーンにあるアジアンスーパーマーケットで手に入る。しかし、日本の3倍くらいの値段なので安くはない。生活に必要なものは基本的に手に入る。スーパーやドラッグストアに売ってなくても Amazon を使って購入できるので特に困ったことはなかった。日本で売っているものすべてがウィーンに売っているわけではないが、生活するために必要なものはウィーンで全て購入できる。ウィーンでは基本自炊を中心にしていた。お米も売っているのでフライパンで炊いて食べていた。大抵の料理はフライパンがあれば作れると思う。個人的には、中華系調味料のもと(ウェイパ-)はもって行ってよかったと思う。鍋の元を持っていたが、鍋に必要な具材が揃わず作らなかったので鍋の元は必要なかった。前述したように調味料は基本的に現地ですぐ手に入るの、優先度は低いと感じた。水筒と緑茶やほうじ茶は持って行ってよかった。