

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026 年 6 月 26 日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	文学部文学科フランス文学専攻
留学(渡航)した時の学年	3 年生
帰国年月日	2026 年 6 月 12 日
明治大学卒業予定年月	2028 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
留学期間	2025 年 8 月～2026 年 6 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: 現地言語での名称: ISTC,FLSH ☐ 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: 8 月下旬～12 月中旬 2 学期: 1 月上旬～5 月中旬 3 学期: 4 学期:
学生数	40,000 人
創立年	1875 年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (€) (1 現地通貨 = 185 円)	B 日本円	備考
授業料		0 円	明治大学の授業料
宿舍費	507×11	円	
食費	2500	円	
図書費		0 円	
学用品費		0 円	
携帯・インターネット費	10×11	円	
現地交通費	16×3	円	(☒ 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	50	円	
旅費(留学中)	3000	円	
被服費	30	円	
医療費		0 円	
保険費	59	114,510 円	形態: 明大サポート、住宅保険
渡航旅費		346,804 円	往復飛行機代+TGV
ビザ申請費	50+50	15,600 円	VISA 代 50€+15,600 円+VISA 有効化代 50€
雑費		円	
その他		円	
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	11,474 (=2,117,813 円)	476,914 円	
総計(A+B) ※円		2,594,727 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：福岡 目的地：パリ 経由地：シンガポール

復路 出発地：パリ 目的地：北九州 経由地：羽田

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：シンガポール航空 料金：178,240 円

復路 航空会社：Air France 料金：138,564 円 ∴合計：316,804 円

航空券購入方法

☐ 旅行代理店(店名：)

☒ インターネット(サイト名：Skyscanner)

☐ 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：Valentine Charrondière) ☐ 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：

大学から送られてくるサイト(All)

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)

大学から非常に近くとても便利だった。乾燥機やエレベータの故障など問題は多々あったが、慣れれば何も問題ない。また、留学生だけではなく現地の学生も住んでいるため、交流すれば交友関係が広がる。

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?

外務省海外安全ホームページに登録して、何かあれば gmail に連絡が来るようにしていた。普段から盗難に遭わないよう、外出時は気をつけていた。特に犯罪に巻き込まれることはなかった。

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。)

学校では WIFI を使用していたが、寮のインターネットは接続が弱く、毎回ログインが必要だったためほとんど使用していなかった。基本的には、WIFI に繋がなくても Free という現地の会社の sim のギガ数で全然事足りた。

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。)

Wise と日本のクレジットカードの併用

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。

コンタクト

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。
42 単位	☒ 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)
French as a foreign language (Intermediate)	
科目設置学部・研究科	ISTC
履修期間	1 学年間
単位数	4
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 90 分が 2 回
担当教授	Carine Masse
授業内容	Reading はほとんど行わず、Speaking がメインの授業。2～3 週間に一度くらいの頻度で、個人でのプレゼンテーションがある。
試験・課題等	個人でのプレゼンテーション
感想を自由記入	Beginner は 30 人くらいいたが、Intermediate は比較的少人数なので、質問等あれば気軽にきける。

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)
English Talk		
科目設置学部・研究科	ISTC	
履修期間	1 学年間	
単位数	2	
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 90 分が 1 回	
担当教授	Stephen Hindmarsh	
授業内容	毎週異なるトピックについて、ひたすら英語で話し合う。	
試験・課題等	グループ発表	
感想を自由記入	自分の意見を発言することを求められるが、先生が気さくで和気藹々としていて楽しかった。人によってはつまらないと感じ、何人かやめて行く人もいたが、現地のフランス人と知り合えることができる。	

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)
Introduction to French culture & society		
科目設置学部・研究科	ISTC	
履修期間	秋学期	
単位数	4	
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 60 分が 10 回	
担当教授	Raphael VILATTE	
授業内容	最初の授業は 6 時間あり、フランスについてみんなでディスカッションする。以降の授業は 1 回1時間、オンラインで行われる。そして、最終回の授業で、グループプレゼンがある。	
試験・課題等	最初と最後の授業でのグループプレゼンテーション	
感想を自由記入	フランス人からみたフランス像というものを知れることに加えて様々な国の人たちの意見も聞ける。ただ、通常の授業はオンラインのため、発言はしづらい。	

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)
Fashion and Communication		
科目設置学部・研究科	ISTC	
履修期間	秋学期	
単位数	2	
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 180 分が 5 回	
担当教授	Giuseppe MONTALI	
授業内容	古代から現代に至るまでのファッションの歴史とそれらが何を意味するかの分析	
試験・課題等	グループでブランドを一つ選び、そのブランドについてのプレゼンテーション	
感想を自由記入	現代におけるファッションについて学びたかったが、メインは中世だったため、学びたいことはあまり学べなかった。	

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)
Intercultural Communication		
科目設置学部・研究科	ISTC	
履修期間	秋学期	
単位数	3	
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 180 分が 6 回	
担当教授	Kate Price	
授業内容	異文化を理解することはどういうことか、理解するために何をすべきかを学べる	
試験・課題等	グループプレゼンテーション	
感想を自由記入	フランスに着いたばかりで新しい環境に対して不安だったが、この授業で学術的に異文化理解について学ぶことで、その不安が和らいだ。	

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)
Sport		
科目設置学部・研究科	ISTC	
履修期間	1 学年間	
単位数	2	
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 120 分が 1 回	
担当教授		
授業内容	Dance	
試験・課題等	なし	
感想を自由記入	毎週2時間ほどのクラスだったが、シラバス上は1時間となっているので、通年で履修したとしても単位にはならない。しかし、リフレッシュにはなるし、春学期には学校のイベントに出て素敵な思い出ができた。ピラティスのクラスにも時々行っていた。	

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)
Communication and Plans		
科目設置学部・研究科	ISTC	
履修期間	春学期	
単位数	2	
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 180 分が 5 回	
担当教授	Celine MELCHIOR	
授業内容	マーケティング戦略	
試験・課題等	中間・最終グループプレゼンテーション	
感想を自由記入	元々マーケティングについて全く勉強したことがなかったため、授業について行くのに必死だったが、自主学習と復習でなんとか理解できるようになった。最後まで簡単ではなかったが、興味深い授業だった。	

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)
Working in Multicultural Teams : Managing and Communicating		
科目設置学部・研究科	ITC	
履修期間	春学期	
単位数	3	
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 180 分が 6 回	
担当教授	Arnaud VAN DAELE	
授業内容	国際的な仕事環境におけるヒューマンリソースにおける課題	
試験・課題等	複数回の個人でのプレゼンテーション Final exam: 個人でのプレゼンテーションと授業の総括と video 視聴を踏まえた上での筆記テスト	
感想を自由記入	異なる文化背景を持った人々が同じところで働くには何を考慮すべきかを、実際に様々なバックグラウンドを持つ友人たちと考える機会が減多に無いため非常に充実していた。	

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)
Visual Communication		
科目設置学部・研究科	ISTC	
履修期間	春学期	
単位数	3	
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 180 分が 6 回	
担当教授	Thierry RAGOT	
授業内容	visual communication campaign をつくるための分析	
試験・課題等	グループプレゼンテーション	
感想を自由記入	基礎知識がなくても、一から教えてくれる。質問等あればすぐに答えてくれる。世の中の広告などがどのような考えに基づいて作られているかを知ることができる面白い授業。	

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)
Cultural studies – Understanding Popular Culture		
科目設置学部・研究科	ISTC	
履修期間	春学期	
単位数	1	
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 180 分が 5 回	
担当教授	Giuseppe MONTALI	
授業内容	ポップカルチャーの理解(主に coming of age の映画)	
試験・課題等	個人でのプレゼンテーション	
感想を自由記入	coming of age の時のアメリカ映画を沢山見た。映画自体は面白いものもあったが、他の留学生と比べると、欧米のポップカルチャーの知識の差がはっきりしてしまう。	

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)
Translation English to French for International students		
科目設置学部・研究科	FLSH	
履修期間	秋学期	
単位数	3	
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 120 分が 9 回	
担当教授	V.Roger	
授業内容	英語のテキストをフランス語に翻訳	
試験・課題等	中間・期末筆記テスト	
感想を自由記入	予習・復習の時間をしっかりとることができれば、より充実した授業になる。	

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。

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	選考
	4 月 ～ 7 月	出願
	8 月 ～ 9 月	
	10 月 ～ 12 月	DEL F 勉強
留学開始年	1 月 ～ 3 月	
	4 月 ～ 7 月	ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、寮予約
	8 月 ～ 9 月	渡航
	10 月 ～ 12 月	期末試験
留学/帰国年	1 月 ～ 3 月	
	4 月 ～ 7 月	期末試験、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。

幼少期から留学することが夢で、大学生のうちに長期留学はしようと決めていました。初めは、英語圏を考えていましたが、フランス文学専攻でフランス語を2年間も勉強してきたので、それを少しでも活かせたらいいなと思いフランスにしました。私は、出願の時に必要な DELF の資格を持っていなかったのですが、先生方にお力添えを頂き、出願しました。その後出発までに、資格は取りましたが、やはり留学準備は思っているより大変なので、逆算して、事前に準備できることはしっかりとすべきだったなと痛感しました。また、当時の私は、リールに行くことは考えていませんでした。正直なところ、そこしか選択肢がありませんでした。だけど、留学を終えた今、リールでの長期留学を経験することができて心から良かったなと思っています。(これは、きっとどここの地を選んだとしても、同じ考えに至っていたとは思いますが！)

まず、フランスは、学生に対する支援が手厚い(美術館や有名な観光地が無料で入れたり、経済的な支援があったり)ので、ヨーロッパ圏を考えていて、フランス国内を観光したい人におすすめです。尚且つ、リールは、イギリス、ベルギー、オランダと近隣諸国にも近いので周辺諸国への旅行がしやすいです。加えて、観光客は少なく留学生が多い街なので、比較的暮らしやすいと思います。

そして、私が通ったリールカトリック大学(ISTC という学部)は、英語で開講されている授業が多いので、フランス語に不安な人でも授業は面白いと思います。(日常生活ではフランス語は必須ですが)

秋学期は現地の友だちをつくれずに、留学生同士で仲良くしていましたが、春学期に入るとだんだんとフランス人の友達が増え、留学生活がより充実してきたなと実感することができました。そのため、もし一学期間か一学年間で悩んでいるのであれば、ぜひ一学年間をお勧めします。

この1年間で身をもって感じたフランス生活での心得は、「諦めること」です。全てが思い通りには行かないこのまちで、過度な期待はしない方がストレスフリーです。そして、全てのハプニングは笑い話になります。

みなさんの留学生活が素敵なものになりますように。