

【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 10月 29日
留学先大学/国名	リールカトリック大学(日本語名) 国名: フランス Université catholique de lille(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: 現地言語での名称: ISTC,FLSH <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8月～2026年6月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	文学部文学科フランス文学専攻
学年 ※出発時の本学での学年	3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。

自分が留学する予定先の大学だけではなく、フランス全体の様子を知るために、明治大学の先輩方でフランスの大学に留学された留学体験記をほとんど読みました。わからないことは、実際に連絡を取って確認しました。また、インターネットで調べると、参考になる情報もたくさんあると思います。各手続の仕方もインターネットに載っているので、参考にしながらやり進めていくと問題ないかと思います。時々、同時期にフランスに留学する友達に確認しながら行うと、安心感がグンと上がるし、間違いにも気づけるので、遠慮なく頼っていいと思います。

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: 長期学生ビザ	申請先: 在日フランス大使館
ビザ取得所要日数: 1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: 15,600 円(オンラインで) + 50€(フランス大使館でビザ申請時に)

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?

- ・パスポート
- ・長期学生ビザ申請書 1部(ネットで必要事項を記入し、印刷して提出)
- ・証明写真 1枚(背景白、35×45mm)
- ・入学許可書
- ・経済証明書(銀行残高証明書)
- ・住居証明書
- ・ビザ申請料(50€相当の日本円、お釣りが出ないようにピッタリ準備する必要があります!)
- ・レターパックプラス(赤)

全ての書類のコピーを取っておいたほうがいいです。

2. 具体的な申し込み手順を教えて下さい。

- 1 Campus France での手続き(明治大学から送られてくるメールの手順に従い、登録、必要事項の入力、手続き料金 15,600 円の支払い)
- 2 銀行の残高証明をオンラインで申請(両親名義の銀行口座は、さらに証明書が必要だったので、私の銀行口座に 1ヶ月あたり最低 615€相当 × 12 ヶ月分のお金を振り込んでもらいました)
- 3 フランス大使館の来館予約(交換留学生専用のビザ申請枠を予約しました)
- 4 在日フランス大使館でビザ申請

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？

面接はありませんでした

4. ビザ取得に関して困った点・注意点

念の為、全ての書類のコピーを取つておいた方が良いと思います。留学先大学からのメールはこまめにチェックし、ビザ申請を着実に進めていければ問題ないです。私は、フランス大使館の来館予約をしようと思った時に、空きがなくとも焦つたので、必要書類がいつ届くかわからなくても来館予約しておいてもいいと思います。しかし、交換留学生用の枠でも、特に待たされることはないので予約できなくても、大丈夫です。(逆に、友人はなぜ交換留学の枠を予約してこなかったのかと言われたそうなので)全ての手順をなるべく早めに済ませておくと安心です。

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)。

現金は 150€ほど持つていきました。しかし、現地で現金を使うのは、マルシェでの買い物時のみです。ほとんどカードしか使いません。クレジットカードは日本から 3 枚持つて行きました。

私は、交換留学 1 ヶ月前は語学学校に行っていたためその時は esim を、Lille に着いてからは、FREE で sim を購入してそれを使っています。

フランスの荷物運搬のシステムは本当に頼りにならないので、できる限り持つていけるものはすべて持参した方が良いです。

III. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	シンガポール航空				
航空券手配方法	スカイスキャナー ※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	シャルルドゴール空港		現地到着時刻	11:50	
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 checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関 (<input checked="" type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車)	<input type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他 ()
移動の所要時間	2 時間弱				

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

事前に TGV のチケットを購入しました。SNCF connect というアプリ(TGV の公式アプリ)をダウンロードして、そこから購入しました。Carte Avantage Jeune という 1 年間で 49€支払えば、ほぼ全ての電車が割引になるものがあり、現時点で既に元が取れているので、フランス国内やその周辺を電車で移動しようと思っている人は活用する価値があると思います。Lille には Lille Europe 駅と Lille Frandres 駅に TGV が停まりますが、どちらも比較的近いのでどちらでも良いと思います。私は、荷物が多かったので、Lille Europe 駅から大学最寄りのバス停まではバスを使いました。メトロでも良いと思いますが、バスだとバス停が鍵を受け取る場所からすぐ近くなので楽でした。

大学到着日	8 月 25 日 10:30 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 checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> その他(_____)			
部屋の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 <input type="checkbox"/> その他(_____)			
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 type="checkbox"/> その他(_____)			
住居を探した方法	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で探した <input type="checkbox"/> その他(_____)			
住居の申込み手順	大学から送られてくる留学生用の資料の中に寮の情報が記載されていました。All logement というサイトから選びました。第五希望まで申請できました。			
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?				
大学からくるメールを確認し、その指示に従えば、問題ないと思います。寮が決まり次第、住宅保険(SMENO)と VISALE に登録する必要があります。SMENO は寮によって入るべき保険が違うのですが、誤った保険に加入したため、変更手数料を払って保険を変更しました。お金の無駄にならないように、自分の寮がどの保険に該当するのかを確認する必要があります。また、寮の場所と鍵を受け取る場所が違うのと、到着する日にちや時刻によっては開いていないことがあるのでメールを確認してください。全てそこに書いています。				
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"/> なかつた			
日程	8月25日			
参加必須ですか?	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input 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?	履修登録の方法、成績の付け方、キャンパスや施設の使い方等			
留学生用 特別ガイダンス	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかつた			
授業開始日	9月1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？

長期ビザの有効化を 50€で行う必要があります。必須のため、忘れないうちにやっておきましょう。証明書のダウンロードもやっておきましょう。（セキュリテソシアルの登録時に必要です。）

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？

予防接種は現地の大学が必要としている物を打ってなかったので、日本で追加で接種しました。どの種類のものを、何回打つべきかがよくわからず、お医者さんにも聞きましたが、向こうが必要としているものがわからないと言われたので、大学のメディカル担当の者に都度メールして確認し、接種しました。その際、英文診断書も予防接種した病院で書いてもらい、それをスキャンして現地の大学に送りました。（これがないと、スポーツのクラスが受けれません。）予防接種は、種類によっては 2 回以上、そして期間を開けないといけないので、早めに確認しておくべきもの一つだと思います。

現地到着後は、セキュリテソシアルの登録が必須です。長期学生ビザを有効化した後にオンラインで登録を行いました。必要な書類は、パスポート、学生ビザ、大学の登録証明書（入学許可証ではダメで、本来は現地のお一明治のようなものに送付されているはずなのですが、私はなかったため、学部窓口に行き、登録証明書をもらいました。）、滞在許可証（長期学生ビザを有効化した際にダウンロードしておいた書類、パスポートに送付されているものではダメでした。）、IBANコード（フランスの銀行口座番号）、出生証明書（日本には出生証明書がないため、戸籍謄本にアポスティーユをつけ、法定翻訳したものがそれに該当します）です。私の場合は、特に問題なく進みました。

3. 現地で銀行口座を開設しましたか？ 手続方法、必要書類、日数、料金は？ トラブルは？

BNP Paribas で口座開設を行いました。予約なしで大丈夫でした。一度、銀行に出向いた時に、留学生担当の人がおらず、次の日にまた来るように言われました。次の日に行くと、地下に案内され、留学生や学生のみが集まっており、書類に必要事項を記入しました。フランス語がわからず、担当者に尋ねましたが、英語がわからず、スマホを使おうとしても、地下なのでスマホが使えず大変でした。が、なんとかなります。違うグループを担当していた方は英語で説明していたので、担当者によると思います。大学の登録証明書、パスポートのコピー、住居証明の書類が必要でした。書類に不備があれば、その旨がメールで送られてきます。アプリをダウンロードして待機していました。カードとパスワードが 1 週間以内に届く旨が書いていましたが、結局 3 週間くらいかかりました。気長に待ちましょう。ちなみに、パスワードは自分で決めることはできません。

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？

携帯電話ではなく、現地の SIM を購入しました。大きなショッピングモール内の FREE に行き、自分が欲しい契約プランを伝えると、店員さんが全て対応してくれました。必要書類や予約は特に必要なく、15 分ほどで終わります。SIM 代が 10€と月々の支払いが 9.99€です。

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(5月17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2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(FLSHの現地生徒の方が手伝ってくれました)

登録時に留学生として優先されることはありませんか？

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？

留学生専用の開講科目があり、それらを事前に参照しながら授業の選択ができました。

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

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？

どちらの学部も変更や追加が可能でした。ただし、明治大学と同様に変更や追加できる日にちが決まっているため、悩んでいる場合は注意が必要です。また、授業によっては定員を設けているものもあるので、早めの登録が必要です。基本的には、希望通りの授業が取れましたが、授業はイレギュラーなものが多い印象です。一回の授業が3時間あるが、10月で最後の授業が終わるもの。また反対に、私が取りたかった授業は10月の終わりから始まるために、一度も授業を受けることがないまま、履修が確定してしまうのが怖く、諦めました。

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					旅行や課題	→	→
6: 00							
7: 00							
8: 00	起床・朝食	起床・朝食	起床・朝食	起床・朝食			
9: 00	授業	自習	買 い 物				
10: 00	↓	↓		自習		ジム	
11: 00	↓	↓	授業	↓			
12: 00	↓	昼食	↓	↓			
13: 00	昼食	授業	昼食	昼食			
14: 00		↓					
15: 00		tutoring		授業			
16: 00	授業		授業	↓			
17: 00	↓		↓ 夕食				
18: 00	↓	夕食	ダンス	授業			
19: 00	↓		↓	夕食			
20: 00	夕食	ジム	ジム	ジム			
21: 00							
22: 00							
23: 00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝
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。

リールカトリック大学は、キャンパスも綺麗で、留学生へのサポートが手厚い印象です。手続きに関することから心身の問題まで、わからないことや不安なことがあれば、すぐに対応してくれる窓口があります。

授業は一回の授業時間が長いものが多く、日本での授業のように、教授の話を聞くだけの授業は少ないです。私の場合は、10月は毎週のようにプレゼンテーションがあります。個人でのプレゼンテーションではなく、グループでのものがほとんどなので、英語は必須です。でも、教授含め、友人も優しいので乗り越えられます。

寮は、Valentine にしましたが、メリット・デメリットはいろいろあります。メリットとしては、学校や図書館、食堂やジムから近いこと。キッチンが広いこと。(IH だけでなく電子レンジやオーブンが使えます。)沢山の人が住んでいるので顔見知りが増えることです。デメリットは、大勢の人が暮らしているので、トイレやお風呂、キッチンの問題が時々起ります。(と言っても、クリーニングレディが毎日掃除しにきてくれるの、私は今のところ問題ないです。)また、階によってはトイレやシャワーの個数が異なるので、時間帯によっては被る可能性があります。ちなみに、私の階はシャワーが1つしかない階なのですが(他の階は3つ)、誰とも被ったことはないであります。トイレやシャワーが狭すぎてあまり使えないことから、どの寮も一長一短のように思えます。自分の直感で選べば良いと思います。

スーパーも徒歩圏内に何店舗かあり、ドラッグストアやアジアンスーパーもあるので、基本的に生活に困ることはないです。ヨーロッパへの旅行もしやすいです。