

<b>留 学 報 告 書</b>
------------------

記入日:2019年4月12日

所属学部／研究科・学科／専攻	国際日本学部国際日本学科
留学先国	ポーランド
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: ウッチ大学 現地言語: Uniwersytet Lodzki
留学期間	2018年10月～2019年2月
留学した時の学年	3年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	年生(留学先大学で在籍した学年)
留学先での所属学部等	言語学部 <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。
帰国年月日	2019年2月26日
明治大学卒業予定年	2020年3月
<b>留学先大学について</b>	
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	1学期:10月上旬～2月下旬 2学期: 3学期: (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)
学生数	30139
創立年	1945

留学費用項目	現地通貨 (ズウォティ PLN)	円	備考
授業料	0PLN	0円	
宿舍費	2200PLN	66000円	1ヶ月440PLN(約13000円)
食費	1680PLN	50000円	1ヶ月約1万円
図書費	0PLN	0円	
学用品費	0PLN	0円	
教養娯楽費	0PLN	円	
被服費	675PLN	20000円	
医療費	0PLN	0円	
保険費	405PLN	12000円	形態:
渡航旅費	5745PLN	170000円	
雑費	4055PLN	120000円	旅行費、交際費
その他		円	
その他		円	
その他		円	
<b>合計</b>	14760PLN	436689円	JASSO 奨学金1ヶ月7万円支給あり

## 渡航関連

**渡航経路:** 東京(成田空港)→ヘルシンキ(ヴァンター空港)→ワルシャワ(シヨパン国際空港)

渡航費用

チケットの種類	OPEN TICKET
往路	85000 円
復路	85000 円
合計	170000 円

渡航に際して利用した旅行会社やガイドブックを教えてください。

HIS(旅行会社)、地球の歩き方(ガイドブック)

## 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)

寮(大学の宿舎)

2)部屋の形態

個室 OR  相部屋(同居人数2)

3)住居を探した方法:

大学の斡旋

4)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)

自分が滞在していた Dorm7 は最近できたため生活しやすく、衛生面も問題なかった。しかし、寮母はポーランド語しか話せないため、現地の友人に助けてもらう必要がある。

## 現地情報

1)現地で病院にかかったことはありますか？大学内の医務室/診療所や付属病院等で医療サービスを受けることは可能でしたか？

利用する機会が無かった  
 利用した:

2)学内外で問題があったときには誰に相談しましたか。留学先大学に相談窓口はありましたか。

メンター制度を利用したため、何かあった時はメンターに相談した。

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？

治安は悪くないが、日本とは違うのでスリ対策として現金をあまり持ち歩かないようにしていた。

4)パソコン、携帯電話、インターネット(接続について)現地での利用はいかがでしたか。

(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。)

入寮後はインターネット接続ができなかった。学期が始まってから Eduroam を所属学部からもらいそれからアクセスできたが、寮内は安定してるとは言い難い。

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け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。)

基本的にクレジットカードで済まし、現金が必要な時は ATM から下ろしていた。

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。

味噌などの調味料、ファブリーズ

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、渡航前に留学先大学から指示があった、渡航後のオリエンテーションで支払いに関する案内があった等)

## 卒業後の進路について

1) 進路
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2)進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など
四季報、業界地図
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、或は入社すると決定した企業の名前のみでも構いません) ※1～3年生で、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。
メーカー
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。) ※1～3年生で、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。
留学先で日本の技術の世界的な影響力を様々な生徒と話していて実感したので、最初は旅行業界に生きたと思っていたが、メーカー志望が強まった。また、現地ではしっかりと留学に集中するべき。
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、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

## 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してください)

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。
20 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)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):
Language performance -doing things with language	言語の役割
科目設置学部・研究科	言語学部
履修期間	冬学期
単位数	5
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	ディスカッション形式(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	Iwona Witczak
授業内容	言語は日常生活でどのような役割を担っているのか、またその背景など
試験・課題など	プレゼンテーション
感想を自由記入	アクティブなクラスだったのでとても身になり、主張できるようになってきた。

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	異文化コミュニケーション
科目設置学部・研究科	言語学部
履修期間	冬学期
単位数	5
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(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に120分が15回
担当教授	Monika Kopytowska
授業内容	各国のコミュニケーションと取り方を文化背景を考察しながら紐解いていく授業
試験・課題など	グループプレゼンテーション、筆記試験
感想を自由記入	教授が日本人のことが好きだったので発言する機会をよく求められたが、その分大勢の前で発言することにためらいがなくなった。

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 Immigration and Refugee Law	移民・難民の法律
科目設置学部・研究科	法学部
履修期間	冬学期
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	ディスカッション形式(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	Jacek Chelebny
授業内容	ポーランドにおける移民、難民の取り扱いについて、またEUの判例などを使ってディスカッション
試験・課題など	教授との口頭試験
感想を自由記入	法律を日本で勉強したことがなかったのでとても苦労した。また、日本は移民に対して閉鎖的な国だったのでよく意見を求められることが多く大変であった。

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):
European Integration -a Failed Political and Social Union?	欧州統合
科目設置学部・研究科	社会・経済学部
履修期間	冬学期
単位数	6
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	Peter Herrmann
授業内容	EUの統合は本当に欧州にとって有益なものだったのかなどを欧州議会などEU期間の事例を用いて考える授業
試験・課題など	エッセイ10枚
感想を自由記入	エッセイではフランス人の留学生と取り組み触れたことのない価値観を提供してくれたため、とてもいいものが書けた。

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、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等

2017年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	TOEFL 受験→協定留学の志望理由書、面接対策→出願
2018年 1月～3月	語学の勉強
4月～7月	留学先の手続き、語学の勉強、航空券の手配
8月～9月	VISA の発行
10月～12月	履修登録、授業
2019年 1月～3月	期末試験
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	

留学体験記
-------

<b>留学しようと決めた理由</b>	学部柄、周りの友人が留学していたので、話を聞いているうちに海外で挑戦してみたいと思いました。また、欧州で生活してみたいと思っていたので留学がちょうどいい機会であると思いました。
<b>留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備</b>	語学力の向上に努めることです。それは、特に日本人は世界から見ると独特な文化を持っているため、よく興味を持たれ授業中に尋ねられることがよくあります。それと日本食が好きな人が多いので、食文化は事前に勉強しておくことで多くの友人を作ることができると思います。
<b>この留学先を選んだ理由</b>	周りとは違った経験をしてみたいと思い、今まで誰も行ったことなかったポーランドを留学先として選びました。また、日本とは違った歴史観を感じることができると思ったので、ポーランドへ行くことで価値観が大いに広がると思ったから。
<b>大学・学生の雰囲気</b>	留学生が多いのでとてもアットホームな雰囲気です。特にスペイン人トルコ人が多いので、文化柄とても明るく日々笑顔で大学に行くことができました。
<b>寮の雰囲気</b>	寮では共有スペースがあったので、交流するには最適な場所でした。
<b>交友関係</b>	留学当初からイベントなど積極的に顔を出したので、計25カ国の友達を作ることができました。また、10月に行われた留学生用の2泊3日のキャンプに日本人1人で参加したのでそこで作った友人たちと旅行に行ったり、ご飯を一緒に食べに行くことができました。
<b>困ったこと、大変だったこと</b>	寮母は英語を話すことができなかったのが最初はとても苦労しました。また寮内はインターネットのつながりがよくなかったのでストレスが貯まるが多かったのですが、時間の経過とともに現地の文化に適応し、あまりストレスを感じなくなりました。
<b>学習内容・勉強について</b>	私は学部は形式上言語学部だったのですが、EU のことや移民のことも勉強していました。日本では勉強していない科目もあったので、とても苦労しましたが、友人を作ることで勉強会を開いてもらい乗り越えることができました。わからないことがあったらクラスメイトに聞くことを常に心がけていました。
<b>課題・試験について</b>	課題は比較的大変ではなかったですが、面接形式の試験が多かったです。それは、しっかりアウトプットできているかを確認されていたのでしっかり勉強する必要性がありました。しかし答えれた時は成長を感じとても充実感がありました。

大学外の活動について	友人と料理会を開いたりしました。また、日本食レストランに連れて行き日本文化を肌で感じてもらいました。あとは、物価が安かったので友人と飲みに行くこともよくありました。
留学を志す人へ	積極的に友人を作るようにしてください。それはコミュニティを広げることで価値観を広げることができ、世界から見られた日本とはどんなものかを感じることができるからです。また、もちろんうまく伝えることができなくて苦労することもあります。それを経験していくことで語学の向上だけでなく、主張できるようになり、自分の成長を実感できると思います。とにかく自分から積極的に様々なイベントに飛び込んだり、授業で友人を作ってください。

## 一週間のスケジュール(例)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前中							
	授業	自習	授業	自習	授業	旅行	旅行
午後	授業	自習	授業	買い物			
	授業	授業	課外活動	買い物			
夕刻	夕食	授業	夕食				
夜	交流会		交流会				