

|                  |
|------------------|
| <b>留 学 報 告 書</b> |
|------------------|

記入日:2020年02月21日

|                          |   |
|--------------------------|---|
| 所属学部／研究科・学科／専攻           | 国際日本学部  |
| 留学先国                     | ポーランド   |
| 留学先高等教育機関名<br>(和文及び現地言語) | 和文: ウッチ大学<br>現地言語: ポーランド語   |
| 留学期間                     | 2019年10月～2020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                  | 3年生(留学先大学で在籍した学年)   |
| 留学先での所属学部等               | International and Politics<br><input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。  |
| 帰国年月日                    | 2020年2月19日  |
| 明治大学卒業予定年                | 2021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:2月下旬～6月上旬 2 学期:10月上旬～2月上旬<br>3 学期: 4 学期:<br>(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                      |   |
| 創立年                      |   |

| 留学費用項目      | 現地通貨<br>(PLN) | 円              | 備考   |
|-------------|---------------|----------------|--|
| 授業料         | 0             | 0円             | 明治大学の学費は支払う  |
| 宿舍費         | 440           | 約12000×4か月円    | 初月にまとめて払って1割引を受けました                                |
| 食費          |               | 約10000×4か月円    |  |
| 図書費         |               | 0円             |  |
| 学用品費        |               | 0円             |  |
| 携帯・インターネット費 |               | 約10000(全滞在期間)円 | 最初の設定で最大ギガを購入(6000円ほど)<br>ポーランド以外での通信費(4000円ほど)    |
| 現地交通費       |               | 約5000(全滞在期間)円  | 3か月定期(3000円)( <input type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車) |
| 教養娯楽費       |               | 0円             | ?  |
| 被服費         |               | 約20000円        | 服は日本からほとんどもっていかず現地で調達                              |
| 医療費         |               | 0円             |  |
| 保険費         |               | 約40000円        | 形態:明治大学海外保険ベーシックタイプ                                |
| 渡航旅費        |               | 約120000円       | 行きカタールエアライン(70000円ほど)<br>帰りアエロフロート(40000円ほど)       |
| ビザ申請費       |               | 0円             |  |
| 雑費          |               | 約10000円        | 食器や洗剤など日用消耗品                                       |
| その他         |               | 約200000円       | 旅行   |
| その他         |               | 円              |  |
| <b>合計</b>   |               | 約500000円       |  |

| <b>渡航関連</b>   |  |
|---|--|
| <b>渡航経路</b>   |  |
| 往路 出発地:羽田空港 目的地:ワルシャワフレデリックショパン空港 経由地:カタール  |  |
| 復路 出発地:ワルシャワフレデリックショパン空港 目的地:成田空港 経由地:モスクワ  |  |
| <b>渡航費用</b>   |  |
| ①往復チケットを購入した場合<br>航空会社: _____<br>料金: _____  |  |
| ②片道ずつチケットを購入した場合<br>往路 航空会社:カタールエアライン 料金:約70000<br>復路 航空会社:アエロフロート 料金:約40000 ∴合計:約120000  |  |
| <b>航空券購入方法</b>  |  |
| <input type="checkbox"/> 旅行代理店(店名: _____) <input checked="" type="checkbox"/> インターネット(サイト名:skyscanner) <input type="checkbox"/> その他( _____ )  |  |
| <b>滞在形態関連</b>   |  |
| <b>1)種類(留学中の滞在先)(例:アパート, 大学の宿舎など)</b>   |  |
| <input checked="" type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前: _____) <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ  |  |
| <b>2)部屋の形態</b>  |  |
| <input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 2)   |  |
| <b>3)共有部分</b>   |  |
| <input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン( <input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可) |  |
| <b>4)住居を探した方法:</b>  |  |
| 大学指定寮   |  |
| <b>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)</b>   |  |
| 生活する上で不便は一切なかった。しかし、私は運よく新築の寮に入れたからであって、他の寮の状態はあまりよくないように感じた。   |  |
| <b>現地情報</b>   |  |
| <b>1)留学期間中、病気やケガをされましたか。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)</b>   |  |
| <input checked="" type="checkbox"/> なし<br><input type="checkbox"/> あり(治療を受けた場所: _____)  |  |
| <b>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)</b>   |  |
| <input checked="" type="checkbox"/> なし<br><input type="checkbox"/> あり(問題の内容や相談した人等: _____)  |  |
| <b>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?</b>   |  |
| 特にこだわった情報収集先はなかったが、一人で夜の外出を避けるなど基本的な防犯対策で十分と思われる。空港近くのバスでスリにあったが、幸い財布はほぼ空だったので大きな害はなかったが、アジア人はやはり狙われやすいようなので注意が必要だと思った。   |  |
| <b>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。)</b>  |  |
| 大学、寮ともに WIFI は完備されておりつながらないということはあまりなかった。住み始めてから数週間手続きが完了するまでは使えなかったが、携帯に安価で十分なギガ数を購入していたので困ることはなかった。   |  |
| <b>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。)</b>  |  |
| 現地で現金が引き出せるカード(私は cash passport を使用)とクレジットカードを複数枚持っていく使用していた。   |  |
| <b>6)現地では調達できない日本から持っていきべき物があれば教えて下さい。</b>  |  |
| 高機能防寒具、日本食  |  |
| <b>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。)</b>  |  |
|   |  |

### 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<br>※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。                                    |
| 19(ECTS)単位  | <input type="checkbox"/> 単位<br><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 checked="" type="checkbox"/> 出発前 <input checked="" type="checkbox"/> 出発後<br><input checked="" 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( )<br>・履修の制限はありましたか？ |  |
| 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):  |
| Applied Data Analysis in Social Science part 1  |  |
| 科目設置学部・研究科  | International and Politics   |
| 履修期間  | 10月～1月   |
| 単位数   | 5ECTS  |
| 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  | dr Malgorzata Karpinska Krakowiak  |
| 授業内容  | データ分析について  |
| 試験・課題など   | 選択式の試験でした。課題は特にありません。  |
| 感想を自由記入   | パソコンを用いての授業でした。スライドも用いていましたが主に教授による口頭での説明だったためついていくのに必死でした。                |

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 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):   |
| Contemporary History of East Asia |   |
| 科目設置学部・研究科                        | International and Politics                                      |
| 履修期間                              | 10月～1月  |
| 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                              | dr hab. Karol Zakowski  |
| 授業内容                              | 近代中国史と日本史   |
| 試験・課題など                           | 選択、記述どちらもある試験でした。課題はありませんでした。                                   |
| 感想を自由記入                           | スライドに細かく授業内容が書いてあるので、ノートをとっていればテストは何とかなりましたが、内容は難しく、量もかなりありました。 |

|                           |   |                 |  |
|---------------------------|---|-----------------|--|
| 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): |  |
| American Political System |   |                 |  |
| 科目設置学部・研究科                | International and Politics  |                 |  |
| 履修期間                      | 10月～1月  |                 |  |
| 単位数                       | 5ECTS   |                 |  |
| 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                      | dr hab. Grazyna Zygodlo   |                 |  |
| 授業内容                      | アメリカの歴史、政治、憲法について   |                 |  |
| 試験・課題など                   | 記述試験でした。課題はありませんでした。  |                 |  |
| 感想を自由記入                   | 生徒が皆ある程度授業内容について基礎知識がある状態だったので、ついていくことができずかなり苦戦しました。アメリカ政治や歴史憲法について知識がないと厳しいかと思います。 |                 |  |

|                               |   |                 |  |
|-------------------------------|---|-----------------|--|
| 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 Latin America |   |                 |  |
| 科目設置学部・研究科                    | International and Politics                  |                 |  |
| 履修期間                          | 10月～1月                                      |                 |  |
| 単位数                           | 3 ECTS                                      |                 |  |
| 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                          | dr Joanna Pietraszczyk Sekowska             |                 |  |
| 授業内容                          | ラテンアメリカの歴史、地理                               |                 |  |
| 試験・課題など                       | 口頭テストでした。課題はありませんでした。                       |                 |  |
| 感想を自由記入                       | 授業は楽しく、教授もとてもやさしいですが、口頭テストは経験がなかったため苦戦しました。 |                 |  |

|  |  |                 |  |
|--|--|-----------------|--|
| 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): |  |
| Gender is Separate Country.<br>Cultural and Political Aspects of Genderism |  |                 |  |
| 科目設置学部・研究科   | International and Politics                 |                 |  |
| 履修期間   | 10月～1月                                     |                 |  |
| 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   | mgr Blanka Rogowska                        |                 |  |
| 授業内容   | ジェンダー論についてディスカッション半分講義半分の授業                |                 |  |
| 試験・課題など  | 個人プレゼン。課題はありませんでした。                        |                 |  |
| 感想を自由記入  | 色々な国の生徒が自国のジェンダーについて取り上げたプレゼンはとても興味深かったです。 |                 |  |

|                         |                                 |
|-------------------------|---------------------------------|
| 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):                 |
| American Visual Culture |                                 |
| 科目設置学部・研究科              | International and Politics      |
| 履修期間                    | 10月～1月                          |
| 単位数                     | 5ECTS                           |
| 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                    | dr Aleksandra Rozalska          |
| 授業内容                    | アメリカの広告やCM、ミュージックビデオなどについての講義   |
| 試験・課題など                 | グループプレゼンとそれに関するレポート提出。事前読書課題あり。 |
| 感想を自由記入                 | 友人と一緒にいったグループプレゼンはいいい経験になりました。  |

### 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)  |
| <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)<br>※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。<br>(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。)<br>※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。    |
| 留学前に多少の情報収集などをしましたが, 当時考えていた業界とは全く異なった業界を志望しようと思っています。考えや価値観に変化があっただけでなく, 自分の性格や長所短所などを見つめ直すことができました。<br>私の場合, 留学の終了も遅く, 周りに対して後れを取っているのは否めませんが, その分周りが経験していない誇れる体験をできたと思っていますので, 就活が不安で留学を諦めるのはもったいないと思います。 |
| 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

|                |                           |
|----------------|---------------------------|
| 2018年<br>1月～3月 |                           |
| 4月～7月          |                           |
| 8月～9月          |                           |
| 10月～12月        | 11月留学志願書作成や選考<br>12月留学先決定 |
| 2019年<br>1月～3月 | バイトで資金調達                  |
| 4月～7月          | 情報収集<br>大学から手続きのメールが届き始める |
| 8月～9月          | 9月航空券とビザの取得<br>出発         |
| 10月～12月        | 授業                        |
| 2020年<br>1月～3月 | 1月試験<br>2月旅行              |
| 4月～7月          |                           |
| 8月～9月          |                           |
| 10月～12月        |                           |

留学体験記(任意)

この留学先を選んだ理由、留学生活全般について、留学を志す後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。

私は留学先を決めるとき、初めは英語圏の留学先を希望していました。留学といえば英語勉強に行くものだ、と考えていたからです。しかし、当時お世話になっていたクラスの先生に相談したところ、「今の時代英語は話せて当たり前になってきている。だから英語を勉強すると考えるよりも、むしろ第二言語習得やそこでしか学べないこと、経験できないことをしようと考えてみてはどうか」とアドバイスをくれたことをきっかけに、ヨーロッパ留学を決意しました。

ポーランドに留学するというと、珍しいね、と言われることが多かったのですが、実際の留学生活も少し変わったものだったかもしれません。ひたすら勉強というよりは、自由時間も多く、やりたいことを思う存分できました。

人とは違う留学生活、出会い、経験をしたいと思えばポーランド留学はきっと楽しいと思います。