

協定留学近況報告書

記入日	2019年 11月 2日
留学先大学	トゥールーズ政治学院 Science Po Toulouse
留学先での所属学部等	<input 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): _____, (現地言語での名称): _____ <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 checked="" type="checkbox"/> その他: International and Comparative Studies のコースに所属
留学期間	_____年 _____月— _____年 _____月
明治大学での所属	法学部法律学科国際関係法コース / _____研究科 _____専攻
学年(出発時本学での学年)	学部3年生 / 研究科 <input type="checkbox"/> 博士前期課程 <input type="checkbox"/> 博士後期課程 _____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。

トゥールーズ政治学院へ留学した OB・OG の留学報告書等は見つけれなかったので(少なくとも明治大学の HP では)、同じグランドゼコールであるリヨン政治学院へ留学したことのある先輩に直接コンタクトを取って情報を集めました。
 また、留学が決まってからは、フランス語の教授や渡仏経験のある知り合いから現地での生活に関する情報を集めました。
 留学一か月前には、Campus France 主催の留学者説明会に参加し、トゥールーズへ留学する他大学の学生たちと情報交換を行ったほか、Campus France のスタッフの方からもアドバイスをもらいました。

II-1. 留学のための渡航前手続き(留学ビザ)

ビザの種類: 学生ビザ	申請先: フランス大使館
ビザ取得所要日数: 10 日程度 (申請してから何日/週間要したか)	ビザ取得費用: 22,000 円程度(16,500 円+6000 円程度) その日のレートによって変動。現金支払い

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？

- ① 学生長期ビザ申請書
 - ② 証明写真一枚
 - ③ パスポート原本(有効期限が3か月以上のもの)とそのコピー
 - ④ 留学先大学の受け入れ許可証
 - ⑤ 銀行の残高証明書
 - ⑥ 受け取り用のレターパック(赤)
 - ⑦ ビザ申請料。お釣りが出ると嫌がられるので、細かい小銭をたくさん持って行った。
- 申請書は大使館HPからダウンロードが可能。その他の書類についてはあまり説明の必要がないと思うので、残高証明についてのみ具体的に書いておきます。
- 大使館によれば、1カ月あたり最低 615 ユーロの留学資金の証明が必要なので、“615×滞在月数”分の残高が自分名義の口座に入っている必要があります。保護者の口座でも可能ですが、別途証明書が必要なため、一人暮らしの人は一時的でもいいので一度自分名義の口座にすべての留学費用を移すことをお勧めします！私は一つの口座にお金をすべて移したあと、銀行へ行き、英語の残高証明(円建てでもユーロ建てどちらでも可)を発行してもらいました。発行には1週間ほどかかるので余裕をもって申請すべき！ただし、英語の残高証明を発行してくれる銀行にも制限があったので要チェック。ちなみに私は三菱UFJ銀行で発行してもらいました。

具体的な申し込み手順を教えてください。
<p>協定留学の場合は、Campus France のオンラインフォーム申請後、フランス大使館で直接ビザ申請を行います。</p> <p>オンラインフォーム上でも入学許可証やパスポート等の提出が求められるほか、簡単な志望動機書の提出もする必要がありました。また、この段階で 15600 円の手数料を支払わなければいけません。</p> <p>オンラインフォーム受領後、手数料の領収書と協定留学生番号を控え、上記書類をもって大使館でビザ申請を行いました。協定留学の学生のみ毎週水曜日に予約なしで申請手続きを行えますが、先着順で込み合うので開館時間前から並んでおくのがベター（猛暑の中で屋外待機には十分注意が必要！）。</p>
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？
免除のためなし。
ビザ取得に関して困った点・注意点
<p>オンラインフォーム申請の段階で、留学先からの入学許可証に不備があり許可証の再発行・再提出を求められた。幸い、留学先の国際事務の対応が迅速だったので事なきを得ましたが、なにがあるかわからないので、許可証が届いたらすぐにオンラインフォームの申請に取り掛かるべきです。</p>
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, 荷物運送など)
<ul style="list-style-type: none"> ・フランスはキャッシュレス化が進んでいると聞いていたので、現金は 300 ユーロ程度しかもっていきませんでした。問題はなかったです。念のため、VISA のクレジットカードのほかに Master カードを追加で作りました。余談ですが、クレジットカードなら学生ライフカードがおすすめです！海外利用分のキャッシュバック等お得なオファーがたくさんついてきます！ ・日本で使用していたスマートフォンをそのまま利用しようと思っている場合は、必ず SIM のロックを解除しておくこと。また、事前に携帯会社との契約を休止もしくは解約しておくこと。私は留学一週間前から契約休止状態にしていましたが（休止期間は月々 500 円）、Wi-Fi 環境のある所では使えたので問題ありませんでした。また渡仏後すぐに現地の携帯会社の SIM と入れ替えたので、フランス到着後も特に問題なく過ごせました。 ・私の場合、荷物は最低限の衣服とその他生活雑貨のみでキャリーケース 1 つで渡航し、秋冬服や日本食などは渡仏後一か月ほどしてから送ってもらいました。現地に知り合いやつてがあるなら別ですが、乗り換えが必要（私はパリで一泊後、トゥールーズへ渡った）で、且つ、完全にひとりで現地までたどり着かなければいけない場合は、必要最低限の荷物だけで行動する方が楽だと思います。 ・フランスで銀行口座を開く場合は出生証明が必要になることがあるので、そちらも一応用意しておくといと思います。現地でも申請可能らしいのですが、日本で手続きしておく方が楽だと思います。手順は以下の通り。①市役所にて戸籍謄本をもらう②外務省でアポスティューユ(公的証明のようなもの。無料)を添付してもらう③法定翻訳会社に依頼してフランス語訳してもらう。一部原本があれば、その他たいていの場合はコピーで融通が利きます。

Ⅲ. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	中国国際航空(Air China)			
航空券手配方法	HIS Air China 大手キャリアだが他の航空会社に比べて格段に安いのでおすすめ！日本の航空会社と比べたらそれは…ですが、外資系会社の中では普通だと思います。機内食もおいしかった！ ※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して下さい。			
大学最寄空港名	トゥールーズ・ブラニヤック空港	現地到着時刻	17 時	
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 type="checkbox"/> 公共交通機関 (<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車)	<input type="checkbox"/> タクシー <input checked="" type="checkbox"/> その他 ウーバー
移動の所要時間	空港から市内中心部まではシャトルバスで 25 分程度。市内中心部から大学までは、徒歩でおよそ 10 分。			

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

市内についた際には寮の受付時間が終了していたので、ホテルで一泊して翌日ウーバー(6ユーロ)で寮へ向かいました。寮は大学の近隣にあり徒歩 5 分圏内。

大学到着日	8 月 28 日 15 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	大学へのアプリケーション提出時に、寮(CROUS という大学生協のような組織による運営)を希望するか聞かれました。	

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？

寮は需要が多いため留学生であっても確約はできないとの注意書きがありましたが、7月中旬までには受け入れの許可が下りました。その後、CROUS の指示に従い、保証金の入金や入寮日の予約をとりました。作業はすべてオンラインで行うことができました。入寮日までに CROUS の指定する書類をそろえて、住宅保険や保証人についても、CROUS の推薦するものへ申請し、無事受領されたので、大きな問題はありませんでした。

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"/> なかった
日程	2019 年 9 月 2 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：)
内容の様子は？	授業科目数の確認と、大学への登録フォームの書き方指導。クラブ活動の紹介、留学生同士の交流会など。
留学生用特別ガイド	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	9 月 3 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？

学生ビザを滞在許可証として有効化するために、渡仏後3か月以内に OFII に申請する必要がありました。すべてオンラインで手続きが可能なので、インターネット環境さえあれば簡単に申請できます。費用は 60 ユーロで、詳しい手順については Campus France の日本語版 HP で確認できます。

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？

- ・社会保険への加入が義務付けられているので、銀行口座開設後にオンラインで加入しました。
- ・11月2日現在 CAF 住宅補助への申請手続き中。

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

行きました。フランス人の友人と一緒についてきてもらい、学生証、住居証明、パスポートをもって銀行へ向かいました。後日、追加で出生証明の提出を求められました。私はソシエテジェネラルで口座開設を行いました。開設のための予約等は必要なかったです。また、学生への特別オファーがあったので維持費や解約費はかかりませんでした。カードが届くまで3週間程度かかりました。

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？

携帯電話は購入せず、日本で使用していたスマートフォンをそのまま使用しています。SIMは格安携帯会社のFreeのものを使用していて、100G/1か月で19.99ユーロ。フランス国内通話が無制限であることやEU圏内であれば25Gまでのデータローミング無料であること、固定電話であれば日本への通話料金も無料、という素晴らしいサービスで、非常に経済的で助かっています。特に、私の寮ではWi-Fiの設備が十分ではないので、部屋でPCを使用する際にはスマートフォンをデザリングして使用しています。ごくたまに、インターネットが繋がらない、等のトラブルが発生しますが、それ以外は特に問題なく使えています。

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(月 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(月 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()

登録時に留学生として優先されることは 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？

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

International and Comparative Studies はすべての授業が英語で開講される1年間のコース(外国語としてのフランス語は例外)であり、履修科目はあらかじめ指定されていました。これに加えて一般の学生が受講する講義2つを履修することも可能ではありますが、留学生用の枠は5人となっていて、特に優先はないです。

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？

原則として、留学先大学の指定する全科目を履修することが義務付けられていました。私は特に履修修正等を行いませんでしたが、留学生の中には科目を削除する学生もいました。追加については、上記のように一般講義を2つ追加することも可能ではありました。

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してください。

	月	火	水	木	金	土	日
7:00						<p>日曜日にはほとんどのお店が閉まってしまうので、土曜の午前中にスーパーやマルシェで一週間分の食材を買いだめ。 土曜の午後はたいていの場合、友達とカフェで授業の復習会。 特に予定がなければ、一週間の復習をしたり家で Netflix をみたり映画や絵を見に行ったり（映画館の雰囲気がとても素敵+美術館には学生はいつでも無料で入ることが可能！）してのんびり過ごしています。 一週間休暇や三連休が割と頻繁にあるのでそれらを利用してフランス国内外の旅行にもいっています。 マルタ、ロンドン、クロアチア、ドイツなどなど、、、</p>	
8:00			The Great Britain and the European Union	Multiculturalism (全 10 時間; 10/17 まで)			
9:00							
10:00	Immigration and Diversity Management in Britain and France from 1930 to present		The Political Regime of France		Contemporary Political Debates in the UK		
11:00							
12:00							
13:00		Methodology of Writing (全 5 時間; 9/10と9/11にそれぞれ 13 時~15 時半で終了)		French as a Foreign Language (隔週)			
14:00					France as a Foreign Language *14:30~15:30		
15:00				Gender and World Politics (全 10 時間; 10/24 まで)			
16:00							
17:00				Changing Environment ; Socialism, Individualism, Values			
18:00							
19:00							
20:00		柔道クラブで練習			パーティーなど		
21:00							
22:00							
23:00							
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、生活全般についてなど、自由に書いてください。

トゥールーズ政治学院はグランゼコールの一つで、高級官僚やジャーナリストを目指すような人が集まる学校です。いわゆる「エリート学校」であるため、現地の学生のみならず、留学生のレベルも高いです。私は現在留学生向けのオールイングリッシュのコースを履修していますが、政治学院というだけあって、授業内容はそのほとんどが政治や歴史・国際関係(とくに UK と EU、フランスとの関係)に関するものです。政治は自分の専門分野(法律)と密接にかかわりあっていますし、歴史・国際関係に関しても元々自分で勉強していたこともあり、正直なところ、授業内容自体について、苦労はさほどしていません。もちろん、復習予習は欠かせませんが授業についていくのが精いっぱいということはなく、授業に関連する自発的に学術記事を読むことで特定のテーマを掘り下げたり、友人と議論したりと非常に充実した毎日を送れています。一方で、自分の英会話力低さにはもどかしい思いを抱えています。前述したとおり、留学先大学はその特性上優秀な留学生が各国から集まっています。彼らの国籍は本当に多様性に富んではいますが、彼らにとって英語はもはや一つのツールでしかなく、母国語とほぼ同等のレベルで流暢に発言や会話を行っています。それに対してうまく受け答えができず、悔しい思いを何度もしていますが、とにかく「話してみる」をモットーに一歩ずつ頑張っています。

また、フランス語については第二外国語ではあったため、リーディングはある程度できますがリスニング・スピーキングに関してはまったくの初心者でした。しかし、トゥールーズの人たちは本当に親切な人が多く(フランス語の教授も含めて)、私とコミュニケーションをとることに一生懸命になってくれます。フランス語を上達させたい気持ちはもちろんありますが、言語のうまい下手にかかわらずコミュニケーションを図ることの大切さに気付かされました。

留学先大学を目指す学生に向けてのアドバイスをお願いします。

勉強面では、世界史、特にヨーロッパの歴史をもう一度復習+さらに掘り下げて学ぶことをお勧めします。また、今の国際情勢についても基礎知識を持っておくのと授業がとても面白く感じると思います。フランス語については文法をざっとさらうこと、日常会話の基本中の基本を押さえること、で十分かと思います。もちろん、人によって留学の最終目標は違いますし、それに合わせて準備すべきフランス語のレベルも変わってくるかとは思いますが、ただ、英語コースでの受講を希望する場合は、フランス語を話せない留学生も少なからずいますし、極度に不安がってフランス語ばかりに集中する必要はないと思います。むしろ、留学先大学で自分が何によりフォーカスしたいのかを見極めて、学習面における渡航前の準備には優先順位をつけるべきです。

留学は、確かに人生の大きなターニングポイントになりえると思います。しかし、ただ留学したからといって今までの自分の性格が劇的に変わるわけでも、突然気の置けない外国人の大親友ができるわけでもありません。いわゆる「留学成功者」の方たちの SNS を見て自己肯定感が地に落ちることもあります(笑)。しかし、環境の変化に惑わされず、自分がどういう性格でどういう思考の持ち主なのか、すなわち、自分自身との対話を忘れてはいけません。偉そうなことを言うようですが、知識よりも英会話力よりも大切なことに留学生活 1/3 にしてすでに気づかされました。いささか哲学的でピンと来ないかもしれませんが、今の私が感じていることを今そのままお伝えしたいと思い、書かせていただきました。

内面的に葛藤することもあります。それを優に超えてくるのはやはり「学ぶこと」「知ること」に対する欲です。留学生同士での議論も多く、様々な考え方・態度に触れられるこの機会は何事にも代えがたく、非常に刺激的です。フランスから日本を見て初めて、感じたこと、考えたこと、当たり前ではなかったことを実感します。自分の狭い視野が確実に広がりつつあることを感じています。あとの半分も最大限に自分の思考を広げる覚悟で勉学に励むつもりです。南仏のあたたかい人たちに囲まれながらトゥールーズで学問探求！超おすすめです！