

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	バルセロナ自治大学 2024 年度海外語学研修
-----	-------------------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	約 60,000 円	
図書費・学用品費	0 円	PDF で配られる
携帯・インターネット費	約 9,000 円	eSIM
現地通学費	約 4,000 円	(研修先まで地下鉄で30分) T-mobilitat
教養娯楽費	約 190,000 円	
被服費	円	
雑費	約 17,000 円	
その他	円	例:
合計	約 280,000 円	

渡航準備について
1) 現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか
現金の用意方法: 空港の両替所
その他用意したもの: ☒ クレジットカード ☒ デビットカード・キャッシュパスポート
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
クレジットカード
3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
毎日エデュケーションから案内された eSIM を利用した Wifi はホームステイ先と学校のものに繋いだ
4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
ISIC カードがあればタダで入れる観光地もある シャワーの時間が決まっておリタイミングを逃した時のためにポディシートなどがあるとよい

現地情報
1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)
☒ なし ☐ あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項:
2) 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？
外務省の旅レジなどで情報を収集した セキュリティバックをジャケットで隠すようにして常に体の前に置いておいた
3) 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。
大学の通信状況があまりよくないがそれ以外の場所で特に困ったことはない

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル	☒ 個室 ☐ 相部屋(同居人数: 多いときは5人)
3) 共有部分	
☒ バス ☒ トイレ ☒ キッチン(☐ 自炊可 ☒ 自炊不可)	

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) かなり留学生をうけいれてきた経験のある方で日本人のことも大勢受け入れてきたのか、日本人の扱いにも慣れているように感じた。現地の人は 1 日に少ない量を何回かにわけて食べるためか夕飯はおいしいもののシンプルかつ量が少なかった。スーパーに安いパンがたくさんあるので間食によく食べていた

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 研修前に自分のレベルをはかるオンライン面談があるため自分のレベルにあった授業を受けることができる。講義というより書いたり話したりして実際に授業の中で使う機会が多く知識の定着が早まったと感じる。自分のクラスは日本人が自分一人で十数人の中国人と共に授業を受けていたがスペインと中国と日本の文化を比べながら授業を進めることが多く、異文化を感じることができた
2)課外プログラムについて なし
3)現地での生活に関すること ホストファミリーから常にスリに気をつけると言われる 円安のため日本のものより高く感じるが物価は安定しておりスーパーに売っている水などは日本より安いものもあった 水が貴重な資源でありシャワーや洗濯に制限があった

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 クラスの中国人と食事に行った
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 ホームステイ先のルームメイトと食事や買い物に行った

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 地下鉄にマイクを持ったラッパーが乗りこみ一曲披露した後チップをもらうために一車両内を歩き回り、駅に着いたら違う車両に移っていくということを繰り返していた 闘牛場で牛が殺されるたびに自分の席の前にいた老夫婦が熱いキスを交わしていた 平日の昼間からテラス席でワインやビールを飲んでいいる人が多かった 祝日でもないのにあちこちに州旗が掲揚されていた

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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。(200字以上) 今回の研修は自分にとって人生初の海外渡航でした。スペイン語は大学の選択外国語で1年間習ったのみであり、渡航前はやはり英語圏のほうがよかったのではないかと考えることもありましたが、研修を終えてスペインに行くことができよかったという気持ちの変化を感じています。最初は自分の知っている単語の羅列が精いっぱいホームステイ先のホストファミリーととても会話とは言えない情報伝達をしていたのですが授業や日常生活を経て自分のしたいこと、したこと、感情を伝え、最終的には談笑までできるようになったことに自信を持つようになりました バルセロナは中世の街並みを残しながら芸術に凝った建物もあり、町を歩いているだけで楽しい街です。授業終わりや休日を利用していろいろなところに行くといでしょう。自分は運動もかねてレンタサイクルを借りて町中を散策したりしていました。 自分はこの研修を経て一か月という短い期間に自分というものの変化に気づくことができました。もし今の自分に変化をつけたいのであればぜひこのプログラムに参加してみてください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	バルセロナ自治大学語学研修
-----	---------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	80,000 円	昼食代、旅行での外食費、水、おやつ等
図書費・学用品費	7,000 円	教科書、辞書(アプリ)
携帯・インターネット費	4,000 円	eSIM
現地通学費	3,700 円	(研修先まで 約 35 分)30 日間使える T-mobilitat のゾーン1を購入した。
教養娯楽費	50,000 円	入場料やコンサート代
被服費	15,000 円	T シャツ、ニット、スニーカーなど
雑費	45,000 円	お土産
その他	170,000 円	例:週末の旅行の交通費、宿泊代(マドリッド、グラナダ、バリ)
合計	374,700 円	1€=160-162 円換算

渡航準備について

1) 現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか
 現金の用意方法: 成田空港で両替(5 万円ほど)
 その他用意したもの: ☒ クレジットカード ☒ デビットカード・キャッシュパスポート

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
 タッチ決済のできるクレジットカードがとても便利だった。現金は現地の大学で自動販売機を使う時やお金を建て替える時に必要だった。カードの手数料が少し高かった。

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
 最初の 2 週間は ahamo を利用し、その後は amazon で購入した 20GB の eSIM を利用した。どちらもトラブルなく使えたが、メロでは通信が悪い時があった。大学や家の中では Wi-Fi を使うことができた。

4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
 ドライヤー、のど飴、エコバッグ、お礼を書く時の便せん、軽食、水筒、Whatsapp の登録、常備薬、国際学生証の登録(学割を使うため)、PayPal の登録、ガイドブック、スペイン語の辞書(アプリ)、ティッシュ(多めに)、タオル、洗濯ネット、ゴミ袋、室内履き、お土産(ホストファミリーにお菓子などを渡して喜んでもらった、箱のデザインがきれいなものなどがおすすめ)

現地情報

1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。
 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)
☐ なし ☒ あり (問題の内容や相談した人等: 研修先の大学、研修の相談窓口、ホストマザー)
 特記事項: 一度家の鍵を紛失してしまったことがあったが、大学の総合窓口に問い合わせたら届いていた。

2) 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?
 旅レジやスペインに在住している人の Instagram を参考にした。防犯対策はボディバッグ、財布を 2 個持つこと、スマホを首から提げるとしていった。犯罪には巻き込まれなかった。

3) 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。
 家や大学の Wi-Fi は少し弱い時があったがあまり問題はなかった。メロでは全然電波がつかないときもあった。クレジットカードのワンタイムパスワードが届かないことがあったため、確認した方がよかった。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類

☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル

2) 部屋の形態

☒ 個室 ☐ 相部屋(同居人数 人)

3) 共有部分

☒ バス ☒ トイレ ☒ キッチン(☐ 自炊可 ☒ 自炊不可)

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) ホストマザーと娘(15 歳)の 2 人暮らしの家庭だった。とても優しく接してくれて、晩御飯の時にはスペイン語や少し英語も使って会話をしていた。疑問に感じたことは最初のうちにどんどん質問して解決しておいた方が 1 か月お互いに気持ちよく過ごせると思う。聞き取れないときには録音したり翻訳を使ったり対策をした方がいい。晩御飯の時間が 21 時以降と遅かったため、何か軽く食べられるものがあると良かった。洗濯に関して、雨の日が多かったため洗濯のない週があった。多めに下着を持つことや、気になる人はバスタオルなども多めに準備した方がいい。ホストファミリーと話すことでスペイン語が向上したため、聞いてみたいことなど事前に用意しておいて積極的に質問し、会話をするのが大切。

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 行きと帰りの飛行機の乗り継ぎはグループで行動するため安心だった。大学の立地がとてもよく、サグラダファミリアにもとても近いので観光しやすい。また大学の外観がとてもきれいで世界遺産にもなっている。クラスは難しかったら変更もできて自分に合ったクラスで学べる。授業はペアワークやグループワークが多いため、スペイン語で意見を交換したり質問したり話す練習になった。教科書の文章を読んだり、自分について書いたりすることもあったため、スペイン語の語彙を少しでも覚えていった方がいい。
2)課外プログラムについて 特になし
3)現地での生活に関すること ホームステイ先では一人で問題を解決しなければいけない時があるため、英語とスペイン語で簡単なコミュニケーションを取ることが必要。大学の授業は 13 時過ぎには終わるため、晩御飯までの時間は自由に観光することができる。事前に行きたい場所を具体的に決めておいた方が現地で行動しやすい。大学への通学など一人で行動することも多いため犯罪などには十分気を付ける必要がある。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 同じクラスに 10 人ほどの中国人学生とノルウェー人の女性(75 歳)の方がいて、1 ヶ月一緒に授業を受けた。ペアワークやグループワークなどで交流することができた。休み時間にお互いについて話すこともあった。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 中国人の学生3人と明治の学生2人で一緒に、大学の近くのレストランで昼食を食べた。中国人とは英語で話していた。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 メトロの中はラップや歌を歌ってチップを求める人や、大音量で音楽をかける人などいてとてもうるさい時があるが、現地の人は気にせず話している。お店の店員や空港の係員などに陽気で明るい人が多く、話しかけてくる人も結構いる。両替のために大きめの紙幣を出すと、細かいのはないかと聞かれることがあるが、ないと答えるとしぶしぶお釣りを渡されること。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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。(200 字以上)

バルセロナは美術館や観光スポットが本当にたくさんあって、1 ヶ月あっても足りないほどです。毎日バルセロナを散歩しながら観光していて、主要な観光地にはほとんど行くことができましたが、行けなかった美術館などがたくさんあります。ご飯はとてもおいしくて、特にイカ墨のパエリアや生ハム、チュロス、クロワッサンがおいしかったです。おいしいお店も調べていくと良いと思います。週末に旅行をしたい場合は事前に調べてチケットなど抑えておくと費用を抑えられます。授業は 13 時頃には終わるので、金土日で旅行に行くことができます。スペイン国内も飛行機や鉄道で快適に移動することができます。近隣のヨーロッパの国へも短時間、少ない荷物で行くことができるのでヨーロッパ旅行がしたい方にもおすすめです。授業に関して、私が初日にいたクラスは難しかったため、レベルを下げるように頼んで変更してもらいました。教科書を買う前にそのクラスでいいのか決める必要があります。よりレベルの高いクラスで勉強したい場合や、ホストファミリーと円滑にコミュニケーションをとるためには明治でのスペイン語の授業をしっかり受けて文法や語彙を確実にしておいた方がいいと思います。節約しても十分楽しむことができますが、貯金をしておけば自分の生きたかった国に行けたり、色んな料理が食べられたりと思うのでお金に余裕を持っておいた方が良いと思いました。美術館などの無料の日を事前に調べて予定を立てるのも節約になると思います。スペイン語を学んだことのある方は Duolingo のスペイン語コースをやると語彙を少し増やせるのでおすすめです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	バルセロナ自治大学研修 2025 春
-----	--------------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	75000 円	昼ご飯代＋コーヒー＋スーパーマーケットでの買い物など
図書費・学用品費	4000 円	教科書
携帯・インターネット費	4000 円	e-SIM、30 日毎日2GB、韓国サイト購買
現地通学費	5000 円	(研修先まで 30 分)30 日無制限 T-Usual 利用
教養娯楽費	100000 円	マドリッド・フィゲラス旅行、モンセラートツアー、美術館・建築物入場料など
被服費	50000 円	ヴィンテージショップでの購買
雑費	12000 円	
その他	円	例:
合計	250000 円	

渡航準備について
1) 現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか
現金の用意方法: 両替＋カード その他用意したもの: ☐ クレジットカード ☒ デビットカード・キャッシュパスポート
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
デビットカード、全てのショップ・レストランでカードの使用ができる。
3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
e-SIM、通信エラーなく利用できた。
4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
スリ予防道具(スプリング線など)、ミニ日傘

現地情報
1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)
☒ なし ☐ あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項:
2) 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？
スリ予防のアイテムを準備、メトロ・観光地では荷物に注意
3) 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。
問題なし、ホストファミリーとは What's app 利用(日本でダウンロードし、認証していく方がおすすめ)

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル	☒ 個室 ☐ 相部屋(同居人数 人)
3) 共有部分	
☒ バス ☒ トイレ ☒ キッチン(☐ 自炊可 ☐ 自炊不可)	

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) 英語が喋れないホストマザーだったが、スペイン語にもっと頑張れるきっかけになった。現地言語を勉強していくのがおすすめ。ホストマザーは優しく、料理がとても上手だったので夕ご飯がいつも楽しみだった。バルセロナの水不足で洗濯は週一回、シャワの時間は3分が理想的。
--

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 今回のバルセロナでの語学研修では、授業がすべて現地語であるスペイン語で行われたため、自然な形で語学に慣れていくことができた。最初はほとんどスペイン語が理解できず、不安も大きかったが、先生方はゆっくり話してくれたり、簡単な英語を交えて説明してくれたりするため、徐々に授業にも慣れていった。実際、1ヶ月という短い期間であっても、買い物やカフェでの注文、簡単な会話など、日常生活に必要な表現を身につけることができた。 授業は週5回9時から13時30分までの4時間で構成されており、集中して学べるちょうどよい時間設定であった。午後早い時間に授業が終わったため、午後は現地での観光や文化体験に使うことができ、学びと体験のバランスがとても良かった。自分のペースで過ごす自由時間が多かったことも、充実した日々につながったと思う。 一方で、生活面ではホームステイ先におけるシャワー利用に関して制限が厳しく、使える時間や回数に注意する必要がある。これは文化の違いによるものだと思うが、事前にしっかりとルールを確認し、ホストファミリーと円滑にコミュニケーションをとることが大切だと感じた。
2)課外プログラムについて 課外プログラムでは、スペイン・バルセロナの魅力を五感で体験することができた。特に印象に残っているのは、食文化体験と市場訪問である。バルセロナの市場には色とりどりの野菜や果物、ハム、チーズなどが並び、見るだけでも楽しかった。おすすめはサンタカタリナ市場とラボケリア市場。実際に現地の人々と交流しながら食材を選び、その場で味わうこともできた。普段はあまり食べないような料理にも挑戦し、味覚の幅が広がった。 また、ガウディ建築を巡りも素敵な思い出になった。サグラダ・ファミリアやカサ・ミラなどを訪れ、建築が芸術と結びついていることを実感した。他にも、美術館や博物館を訪問することで、スペインの歴史や文化、芸術の深さを肌で感じることもできた。音楽の面では、ジャズやクラシックのコンサートにも参加する機会があり、ヨーロッパらしい豊かな音楽文化を体験できたのも貴重であった。
3)現地での生活に関すること バルセロナはアートと文化があふれる都市であり、街全体が美術館のような雰囲気である。通りを歩いているだけでも、壁画やオブジェ、ストリートパフォーマンスに出会うことができ、日常の中に芸術が自然に溶け込んでいることに感動した。また、スペインならではの食文化も魅力的であり、毎日の食事がとても楽しみであった。パエリアやタパス、チュロスなど、どれも美味しく、日本とはまた違った食の楽しさを感じた。 現地の人々はとても親切で明るく、言葉が完璧でなくても笑顔で接してくれたため、不安なく生活を送ることができた。スペイン語が通じたときには、自分の成長を実感でき、モチベーションにもつながった。 ただし、意外な点として、滞在中は雨の日が多く、天気の変化が激しかったことが挙げられる。日差しが強い時間帯もあるが、突然の雨にも備えて、小さめの折りたたみ傘を常に持ち歩くことをおすすめする。また、地面が滑りやすくなることもあるため、防水のレインブーツや滑りにくい靴があると安心である。 この1ヶ月の研修を通じて、語学だけでなく文化や生活習慣の違いを学び、自分自身を見つめ直すきっかけにもなった。今後の学生生活では、この経験を活かして、さらに多くのことに挑戦していきたいと思う。海外研修は緊張もあるが、実際に行ってみると自分が想像していた以上に多くのものを得られる。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 残念ながら語学党で授業が行われたため、現地の学生との交流はなかった。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 プログラム外では、主にホームステイ先のホストマザーとスペイン語で会話をした。毎日のちょっとした会話が良い練習になり、だんだんと簡単なことは自分の言葉で言えるようになった。また、放課後に行ったヴィンテージショップやカフェでも、店員さんとスペイン語で話すようにした。現地の人はとてもフレンドリーで、こちらが話しかけると笑顔で応じてくれた。会話を通して、楽しみながらスペイン語の表現を学ぶことができた。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 バルセロナの街では、現代的な建物と歴史あるアンティークな建物が自然に共存しており、その調和の美しさに驚かされた。また、多様な人種や文化が混ざり合っていることも印象的であった。街の雰囲気全体に「余裕を楽しむ」空気が流れており、人々はカフェでのんびり過ごしたり、道ですれ違うだけでも気軽にスモールトークを交わしたりしていた。一方で、ホームステイ先ではシャワー時間が3分までと決まっており、水の使い方に対する意識の違いも日本とは大きく異なる点であった。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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。（200字以上）

バルセロナでの1ヶ月研修は、自分にとってとても意味のある経験であった。ホームステイでの生活やスペイン語で行われる授業を通して、語学力だけでなく異文化理解も深めることができた。スペイン語はほとんどできない状態で渡航したが、1ヶ月の暮らしで簡単な日常会話ができるようになった。出発前に少しでもスペイン語を勉強しておく、現地での生活がよりスムーズになると感じた。

また、スペインの地方の歴史や食文化について事前に知っておくと、生活がさらに面白くなる。季節ごとの料理を楽しむことや、現地の人々と食事を通じて交流することは、貴重な思い出になった。新しい食べ物や環境に積極的に挑戦する姿勢も大切だと思う。

この経験を通して、自分にできることが増え、自信がついた。今後の学生生活でも、未知のことに臆せず挑戦し、自分の世界を広げていきたいと考えている。短期間であっても、多くの学びや気づきがあるので、ぜひ後輩にも挑戦してほしいと思う。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	バルセロナ自治大学
-----	-----------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	4,000 円	昼食代
図書費・学用品費	4,659 円	教科書代
携帯・インターネット費	5,600 円	日本で買ったものと現地で買ったもの合わせて
現地通学費	3,747 円	(研修先まで 30 分)
教養娯楽費	77,547 円	美術館などの観光費
被服費	0 円	
雑費	0 円	
その他	91,626 円	例:マドリード、グラナダへの交通費と宿泊代
合計	187,179 円	

渡航準備について

1) 現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか
現金の用意方法:成田空港で2万円分両替
その他用意したもの: ☒ クレジットカード ☒ デビットカード・キャッシュパスポート

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
観光地のため、カードで支払えない所はなかったです。

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
物理シムを使用しました。日本で買っていったのですが、whatsapp がその SIM では入れることができず、現地でシムを買い直しました。その SIM で whatsapp は入れたのですが、私のスマホが良くなかったのか、現地で買った SIM は使えなかったです。日本で whatsapp を入れていくことを強くお勧めします。

4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
洗面用具、シャンプーは自分のものを使うという感じだったので、自分で持って行って良かったなと思いました。ガイドブックも非常に役に立ちました。他にも小説なども持っていくと気分転換になってよかったです。お土産は東京バナナを持って行って、喜んでもらえました。スリッパも持っていくといいと思います。タオルは私の所は貸してくれましたが、貸してくれない家もあるみたいでした。薬は絶対にもっていった方がいいです。5 人中 3 人がお腹がいたくなったり、風邪をひいたり体調不良になったので、なれない生活で体調を崩す可能性が高いと思っておいた方がいいと思います。

現地情報

1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。
(例:研修の相談窓口、現地の友人等)
☒ なし ☐ あり (問題の内容や相談した人等:)
特記事項:

2) 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?
スマートフォンにはひもを付けて対策を立てましたが、盗難などにはあいませんでした。

3) 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。
日本から持って行ったアマゾンで買ったSIMカードで特に問題はなかったです。ただ、whatsapp が入れられなかったことだけが、後悔しました。6 ギガで十分足りました。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル	☒ 個室 ☐ 相部屋(同居人数 人)

3)共有部分
☐ バス ☐ トイレ ☒ キッチン(☐ 自炊可 ☒ 自炊不可)
4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)
個室で、ホストマザーが清潔にしてくれていたの、不満は全くありませんでした。

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。
授業が 13 時 30 分に終わってしまうので、その後何するか常に悩みました。毎日毎日バルセロナを一人で観光していました。
2)課外プログラムについて
なし。現地についてからすぐに課外プログラムについてないかどうか聞いてみたが、そういうものはないといわれました。
3)現地での生活に関すること
現地に着いたらすぐに一か月間使える電車・バスの乗り放題の券を地下鉄で買いました。少し中心地から離れた空港に行くときも使えるので、重宝しました。ゲエル公園など、観光地はネットで予約しないと入ることができず、その場合パソコンから出ないと予約ができないことがありました。パソコンは持って行った方がいいと思います。初心者クラスの授業では全く使いませんでしたが、また、アルハンブラ宮殿は 2 か月前くらいから、サクラダファミリアは 1 ヶ月くらい前から予約をしておかないと入れません。行くことに決めたら、早めの予約をお勧めします。他は、現地で予約するか、予約をしなくても入れます。プラド美術館、マドリードの王宮はしなくても入れました。 バルセロナはオーバーツーリズムで、観光地の入場料が全て高いです。10 ユーロ以上するところがほとんどです。さらに 2025 年 1 月からまた値上げをしたようで、最新の 2024 年～2025 年のガイドブック「地球の歩き方」に載っている入場料があまり参考になりませんでした。ですが、ピカソ美術館は木曜日の 4 時以降は無料や第一日曜日は無料の美術館などの情報が載っているので、そこは重宝しました。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。
交流は全くありませんでした。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。
ホストマザーが 75 歳のおばあちゃん、料理好きで、時間もあるからか、毎日美味しい晩御飯が出てきました。スペイン料理はとても美味しく、全く日本食が恋しくありませんでした。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、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。(200 字以上)

私は、マドリードとグラナダに旅行に行きましたが、ホテルや飛行機は日本で事前に予約してから行きました。予約などであまり悩まない人は現地についてからでもいいと思いますが、どれがいいか悩む人は事前に予約していくと、現地で余計なことを考えることなく過ごせるのでいいと思います。また、マドリードへは新幹線のようなものに乗って行きました。飛行機の方が若干安かったのですが、飛行機は 2 時間前には空港に到着しないといけないなど、煩雑なので、新幹線はかなり快適でした。また、グラナダに着いてからアルハンブラ宮殿に行くまでにすぐ行けるだろうと考えていたのですが、バスで一時間以上はかかり、かなりギリギリでやむなくタクシーで行きました。バスだと 3 ユーロくらいのところをタクシーだと 49 ユーロだったの、そこはかなり後悔しました。グラナダでフラメンコを見たのですが、マドリードやバルセロナより 10 ユーロくらい安く、しかも迫力満点でとても良かったです。 気候は日本よりも寒く、3 月でも真冬でした。たまたまかもしれませんが、私たちの時は雨が多く、折り畳み傘は必須でした。一か月間観光しに行く、ついでに言語も学ぶという気持ちでいくといいと思います。
