

留 学 報 告 書

記入日：2019年8月6日

氏名	氏名：青木優花
留学先国	ドイツ
留学先大学・学部 (和文及び英語)	(和) ヨハン・ヴォルフガング・ゲーテ大学フランクフルト・アム・マイン (英) Johann Wolfgang Goethe-Universität Frankfurt am Main
留学期間	2018年9月～2019年7月
留学した時の学年	2年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	2年生(留学先大学で在籍した学年)
帰国年月日	2019年7月31日
明治大学卒業予定年月	2021年3月

留学費用項目	現地通貨(€)	円	備考
授業料	0€	0円	学部間協定校留学のため
宿舍費	2,673€	317,157円	
食費	1,100€	130,517円	
図書費	30€	3,560円	学期はじめの教科書代
学用品費	0€	0円	
教養娯楽費	220€	26,103円	
被服費	200€	23,730円	
医療費	0€	0円	
保険費	252€	30,013円	
渡航旅費	1,931€	229,280円	
雑費	100€	11,865円	
その他(ビザ取得)	56€	6,644円	ビザ発行時にかかる金額
その他(生活費)	330€	39,158円	洗濯、SIMcard、通信料等
その他()		円	
合計	6,892€	817,595円	

渡航関連

渡航経路	行き：成田(日本) → バンコク(タイ) → フランクフルト(ドイツ) 帰り：フランクフルト(ドイツ) → 羽田(日本)
渡航費用	チケットの種類 正規航空券 往路 84,860円 復路 144,420円 合計 229,280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。
往路はエクスペディアを利用して格安なものを探しました。復路の日程が決定していなかったため往路と復路は別々に予約しました。往路はタイ航空、復路はルフトハンザ航空と協定している全日空 ANA で帰りました。私の父がスターアライアンス会員でした。地球の歩き方は日本でドイツ版とヨーロッパ版を購入して持っていきました。

滞在形態関連

種類（留学中の滞在先）例：アパート、大学の宿舎など

寮

部屋の形態 個室 OR 相部屋（同居人数：3人）

住居を探した方法

形態について補足：個室はありますがバスルームとキッチンが3人と共有でした。
住居について：ゲーテ大学から指定されたサイトにて登録しており渡航前に寮は決定していました。

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）

ゲーテ大学からの指示通りに行動すれば確実に寮は確保できます。現地で探すとなると相当大変ですしなかなか見つかりませんし、何より金額が高めです。ゲーテ大学の言う通りに寮申請の希望を出すのをお勧めします。その際に自分の希望を提出することがあるのですが、ほぼ思い通りにならないと思っていたほうが良いです。私は第一希望から第三希望まで提出したのですが、どこでもないところの寮になりました。注意してほしいのは現地の寮担当者です。そもそもの受付時間が短いのでなかなか話が進まないですし、私のケースですが、理不尽なことをドイツ語で言ってきました。とにかく粘って交渉してください。ビザも含めたすべての手続きにいえるのですが、最後まで諦めなければなんとかなります。

現地情報

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/診療所や附属病院等で医療サービスを受けることは可能でしたか？

利用する機会がなかった
 利用した：

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。
二期生目だったので一期生の先輩に主に留学についての相談していました。あとは現地にいるドイツに詳しい日本人の方と知り合いになったので、その方々に相談していました。相談窓口はありましたが利用はしませんでした。理由としては、そもそもの受付時間が短く回答も遅かったからです。

現地の危機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？

たびレジと在留届に登録していたので、在 frankfurt 日本領事館からのメールが届いていました。なにか注意した方がいい事件が起きると、連絡がくるようになっていました。防犯対策としては基本荷物は少なめにし、貴重品などはウエストポーチに入れて必ず前にして身に着けていました。ウエストポーチは日本の GU で渡航前に買いましたがかなり重宝したので、買っておくのをお勧めします。イタリアで一緒に旅行していた友達が、現地の女の子二人に腕を思いっきり引っ張られて、貴重品などをとられかけました。幸い、私と一緒にどうにか逃げましたが旅行する際は十分に気を付けるべきです。フランスでは駅の切符を買う際に information をつけていた方が優しく切符の買い方を教えてくださって、一日券を公式とは少し安い値段でくださいました。ですが実際はチケットが一回券で、50€ほどまんまとぼったくられました。どうかこれを読んでいる方が同じ被害にあわないことを心から願います。

<p>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？</p> <p>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。</p> <p>携帯電話は日本で中古の android を購入して現地で SIM を買って利用していました。寮では Wifi のルーターはもらえないので、日本で買ってから行くことをお勧めします。（ドイツで購入してもコンセントの形状が違うため留学の一年間しか使用できないですし、説明書がドイツ語のためなかなかめんどくさいです）寮ではたまに遅くなったりなかなか動かないときはありましたが、基本は問題なかったと思います。FreeWifi は便利ですが、たまに情報を取られる可能性があるので十分注意してほしいと思います。</p>
<p>現地での資金調達はどのように行いましたか？</p> <p>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。</p> <p>ビザを取得時に閉鎖口座にお金があることを証明しないと行けません。そのため一番最初にお金を日本から送金してもらいました。その閉鎖口座から銀行口座に毎月お金がおろされるので、そのお金で一年間やりくりしました。閉鎖口座と銀行口座を開くことはさほど難しくなかったですが、時間がかかりました。日本から VISA のクレジットカードをもってきていましたが、問題なく使えました。</p>
<p>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。</p> <p>変圧器、変換プラグ、電子辞書（辞書）</p> <p>あると便利なもの：Wifi ルーター（現地でも購入は可能）、炊飯器、ファブリーズ</p>
<p>進路について</p>
<p>進路</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他：</p>
<p>進路決定の際に参考にした資料、図書、期間など</p>
<p>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）</p>
<p>就職活動中・終了時に関わらず、就職活動について感想・アドバイスがありましたらお書きください。</p>
<p>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。</p>
<p>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）がありましたらお書きください。</p>
<p>その他を選択した方は、留学希望者に向けたアドバイスがありましたらお書きください。</p>

学習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）	
留学先で取得した単位数合計（科目数）	本学で認定された単位数合計（科目数） ※該当項目にチェックのうえ、記入してください。
20単位（3科目）	<input checked="" type="checkbox"/> 5単位（3科目） <input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません（理由： ）
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を含めてお書きください。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）	AkadeMIl KursA
履修した授業科目名（日本語）	留学生のためのドイツ語の授業
科目設置学部	ISZ-Internationales Studienentrum
履修期間	2018年秋学期、2019年春学期
単位数	9
本学での単位認定状況	4単位（2単位×2）認定
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	講義形式
授業時間数	1週間に120分が3回
担当教員	Frau Djamila Lahreche
授業内容	留学生のためのドイツ語の授業です。ヨーロッパやアジアなど各国からの留学生が集まって、オールドイツ語の授業です。文法はもちろんですが会話がメインになります。
試験・課題など	毎回プリントなどなにかしらの宿題がだされていきました。評価は出席（8割？）、最終レポート、プレゼンテーションでした。
感想を自由記入	自分のドイツ語能力が低かったので、三つあるなかで一番下のクラスだったのですが、同じクラスメイトはみんなドイツ語ペラペラに話せるレベルの人しかほぼいませんでした。結構キツくて授業人数も減っていくのですが、諦めずに履修しました。春学期で成長したよ、と先生に褒められたときは本当に心から嬉しかったです。

履修した授業科目名（留学先大学言語）	Zeitung Lesen und Verstehen
履修した授業科目名（日本語）	新聞読解と理解
科目設置学部	ISZ-Internationales Studienentrum
履修期間	2018年秋学期
単位数	2
本学での単位認定状況	1単位認定
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	講義形式、グループディスカッション
授業時間数	1週間に120分が1回
担当教員	Frau Dr. Marianne Kröger
授業内容	ドイツの新聞を読んでグループで話し合ったり、先生と話し合ったりする授業です。
試験・課題など	出席と授業態度

感想を自由記入	かなり難しくてヒーヒー言いながら授業を受けていました。ドイツ語の使える人しか集まっていませんでした。辛かったです。少し力にはなつたかな?と思います。
履修した授業科目名(留学先大学言語)	Yoga
履修した授業科目名(日本語)	ヨガ
科目設置学部	スポーツコース
履修期間	2019年春学期
単位数	0
本学での単位認定状況	— 単位認定
授業形態(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
担当教員	
授業内容	Emeel und Siya
試験・課題など	なし
感想を自由記入	スポーツセンターが寮の隣に設置されていたので履修してみました。精神を落ち着かせるようなYogaではなく、終わった後汗がだらだらでてきて筋肉痛になるようなYogaでした(伝わるといいですが…)。運動不足になりますし、気分転換にもなるので、なにかしらのスポーツを履修することをお勧めします。
履修した授業科目名(留学先大学言語)	Aikido Takeshin
履修した授業科目名(日本語)	合気道
科目設置学部	スポーツコース
履修期間	2019春学期
単位数	0
本学での単位認定状況	— 単位認定
授業形態(チュートリアル, 講義形式等)	
授業時間数	1週間に120分が1回
担当教員	
授業内容	合気道
試験・課題など	なし
感想を自由記入	ドイツで合気道って面白そう!と思って履修しました。大学に設置されていますが、実際は個人経営のところへ行くスタイルのため、社会人の方や既に何年もやってらっしゃる方主婦の方など、幅広い世代の方々と一緒になってやりました。留学生は誰もおらず、オールドイツ語で、動きも相当ハードでなかなか辛かったです。楽しかったです。

留学に関するタイムチャート

留学までの準備、試験勉強、留学中、留学後、特に留学に関して発生した事項を記入してください。（形式は箇条書きなど簡単なもので構いません）

2018年 1月～3月	<ul style="list-style-type: none"> ドイツ留学申請中
4月～7月	<ul style="list-style-type: none"> 留学正式に決定 留学準備 →Goethe Institut に通ってドイツ語勉強
8月～9月	<ul style="list-style-type: none"> 渡独 ビザ申請のための銀行口座開設、保険加入など手続き 大学学生証、履修登録など手続き
10月～12月	<ul style="list-style-type: none"> 秋学期開始 学生ビザ取得 クリスマスマーケット
2019年 1月～3月	<ul style="list-style-type: none"> 極寒のフランクフルト 秋学期プレゼンやレポート提出 → 終了 旅行
4月～7月	<ul style="list-style-type: none"> 春学期開始 春学期プレゼンやレポート提出 → 終了
8月～9月	<ul style="list-style-type: none"> 帰国（現在）
10月～12月	

留学体験記

<p>留学しようと決めた理由</p>	<p>元々入学当初から留学したいと思っていました。一年生と同じことを二年生でするのではなく、いままでと違う新しい環境で新たなことに挑戦したいと思ったからです。また大学一年次に参加したベトナム・タイプログラムで知り合った先輩方や同期に刺激され、背中を押されて決意しました。</p>
<p>留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備</p>	<p>留学経験者がよく言うことかもしれませんが、やはり語学力を向上させることが大切だと思います。ドイツでは英語は伝わりますが、英語とドイツ語両方とも向上させておくべきだと思います。寮の担当者や外国人局の担当者はドイツ語で話してきます。ドイツ語ができないと扱いを雑にされ、ひどいときには追い返されます。英語だけではなく、ドイツ語も勉強しておくのと辛い思いをしなくて済むと思います。</p>
<p>この留学先を選んだ理由</p>	<p>小さい頃からピアノやエレクトーンを弾いていたため、ドイツ語圏に興味がありました。本場の音楽を聴いたり、歴代の音楽家の育った環境を見たいという気持ちが大きかったです。また第二外国語としてドイツ語を選択しました。ドイツ語が全然できなくて問題児だったのですが、担当してくださった先生が見捨てず指導してくださり、だんだん学ぶことが楽しくなって、もっとドイツを知りたい、興味を持ち始めたからです。そして多くの留学生が行く英語圏ではない場所に行きたいという気持ちがあったからです。</p>
<p>大学・学生の雰囲気</p>	<p>大学は自然が溢れるところに設置されており、開放的な雰囲気です。学生はとても勉強熱心だと思います。毎日図書館にこもって勉強したり、インターンに参加したりなど、ドイツ人もドイツにきている留学生も勉強に対してストイックでした。そのためとても刺激を受けました。</p>
<p>寮の雰囲気</p>	<p>寮は現地生と留学生だと留学生の方が多めの寮でした。金曜日や土曜日には頻繁に、地下にある多目的室でパーティが行われていました。キッチンやバスルームが共有で男女のドイツ人3人と共有でしたが、みんな優しく、安心して暮らすことができました。時間が合うときにはドイツ料理を作ったり、寿司パーティをしたり、デザートをプレゼントしてくれたりなど、良い環境で過ごすことができました。</p>
<p>交友関係</p>	<p>秋学期は日本学のドイツ人の友達とよく一緒にいました。ビザの手続きをはじめ、たくさん助けてもらいましたし、一緒に毎週料理を作って夜ご飯を食べたり、ドイツ語を教えてもらったりしました。春学期は同じ留学生のクラスメイトの子とケーキやごはんを食べに行ったり、ジャズを聴きに行ったり、プレゼンを一緒に作って勉強したりなど、よく一緒に過ごしました。またドイツ人の友達に家に招待されパーティに参加したりなど、秋学期より積極的にいろんな人と会って、活動できたと感じています。</p>

<p>学習内容・勉強について</p>	<p>ドイツ語の授業で、最初は慣れないオールドイツ語の授業で行きたくないと感じる日もありました。話すスピードについていけず、内容も分からず、落ち込むことの方が多かったです。ですが、友人やクラスメイトがサポートしてくれて、彼らのおかげでなんとか最後までやり遂げることができました。最後のプレゼンテーションで先生に褒められたときは本当に嬉しかったですし、やってきてよかったと思いました。何に対しても最後まで諦めずやりきるということは大事だと再度認識しました。</p>
<p>課題・試験について</p>	<p>試験はプレゼンテーションが大変でした。いままでドイツ語でプレゼンテーションをやったことがなかったですし、カンペを見たりするのではなくフリートークで話す、という決まりだったので、本当に大変でした。フリートークをいきなりできないので、文章を考え組み立てて内容を覚えて…と膨大な時間をかけて練習しました。最後は成功して、頑張ってきた成果が出せて、とても嬉しく感じました。</p>
<p>大学外の活動について</p>	<p>毎週土曜日に市場のお寿司屋さんでバイトをしていました。そこはドイツ人のお客さんが8割を占めていて、ドイツ人の生活や季節の移り変わりを肌で感じることができましたし、なにより生きたドイツ語を聞いて学ぶことができました。ドイツ人のお客さんと仲良くなって、ドイツ語を話す練習にもなりましたし、ドイツ語が向上した理由であると感じています。またドイツでピアノを習って、練習して発表会に参加したり、コンサートにたくさん行ったりなど、当初のやりたかった音楽をドイツでできた喜びはとても大きかったです。</p>
<p>ある平日のスケジュール</p>	<p>8時：起床 9時～14時：授業 14時～15時：友人と遅めの昼食 15時～17時：買い物 17時～19時：勉強 19時～21時：夕食・掃除 21時～22時：お風呂等 22時～23時：自由時間 23時：就寝</p>
<p>ある休日のスケジュール</p>	<p>8時：起床 8時～9時：準備 9時～16時：バイト 16時～17時：買い物（日曜日はスーパーなどは閉まります） 17時～19時：勉強・自由時間 19時～22時：友人宅でホームパーティ 22時～23時：準備等 23時：就寝</p>
<p>留学を志す人へ 「これを知っておいて欲しい」ということ</p>	<p>「やらない後悔よりやって後悔」。私が留学するかしないか迷っているときに一番響いた言葉です。いま留学に行かなかったら、絶対にどこかで「あのとき留学していればな…」と思う時がくると思いました。そうはなりたくないと思い挑戦しました。留学先のことを心配していても、挑戦してみないとわかりません。もし今、あなたが挑戦できる環境にいるならば、迷わず挑戦すべきだと私は思います。そして、留学に行っただ後悔したと言っている方の話を聞いたことがありません。大変なことや辛いことはあります。実際に私も大変だったし、何度も辛い思いをして泣いた日もありました。ですが、それよりも行ってよかったと思える経験や体験、達成感や成長などの“なにか”があるはず。この文章で留学に行きたいと思っている方の背中を少しでも押せたら嬉しいです。もし何かありましたらいつでも相談のりますので相談してください。</p>

