

# 留 学 報 告 書

記入日：2020年10月7日

氏名及び連絡先	氏名：森 新奈
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	2019年9月～2020年3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	2020年4月5日
明治大学卒業予定年月	2023年3月

留学費用項目	現地通貨(€)	円	備考
授業料	0€	0円	学部間協定留学のため
宿舍費	1688€	209,299円	(月211ユーロ×8)
食費	2100€	260,384円	
図書費	30€	3,719円	教科書
学用品費	0€	0円	
教養娯楽費	161.30€	20,000円	
被服費	403€	50,000円	
医療費	252€	31,246円	
保険費	252€	30,013円	
渡航旅費	2319€	287,564円	
雑費	0€	0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)	200€	21,132円	SIMcard、通信料、洗濯等
その他( )		円	
合計	7419€	920,001円	

## 渡航関連

渡航経路	往路 成田空港→フランクフルト空港 復路 フランクフルト空港→成田空港
渡航費用	チケットの種類 正規航空券 往路 159,000円(往復の券だが途中帰国のため片道しか使えなかった) 復路 128,554円 合計 287,554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。	
往路復路共にANAの直行便を、直接購入しました。	
<b>滞在形態関連</b>	
種類（留学中の滞在先）例：アパート、大学の宿舎など	
大学寮	
部屋の形態	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 OR <input type="checkbox"/> 相部屋（同居人数：      ）
住居を探した方法	
大学に紹介して頂きました	
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）	
<p>部屋は個室で洗面台、ベッド、冷蔵庫、机、クローゼット等必要最低限のものがあらかじめ備え付けてあります。シャワーとキッチンが共同ですが寮費を考えるとすごく安くお得です。初めは共同があるのは嫌だと思っていましたが、キッチンで話したりパーティーをしたり、料理したものを交換し合ったりと友達を増やしたり仲を深める良い機会になりました。キッチンが共同でよかったと考えています。また、ピアノ室やパーティールームが利用できます。私はピアノ室のカギを借りて暇なときに弾いて楽しんでいました。寮は入寮できる人数が限られていますし、早く申し込んだほうが希望の寮（きれいな寮等）にいける可能性が高まるので早めに手続きしてください。ただ、私はなるべく早く手続したつもりでしたが希望が通りませんでしたので思い通りになる可能性は低めです。</p>	
<b>現地情報</b>	
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？	
<input checked="" type="checkbox"/> 利用する機会がなかった <input type="checkbox"/> 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。	
<p>大学で頼れるドイツ人の友人や、他国の留学生の友人ができたので基本友人に相談していました。また、学校の先生も親身な方は相談に乗ってくれます。大学に国際事務室があり、そこに相談することもできます。</p>	
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？	
<p>ドイツに限らず日本の留学生は大抵たびレジと在留届に登録していると思います。何か問題や新しい有事の際に在 frankfurt 日本領事館からのメールが届くので大切です。フランクフルトは基本治安が良いので特に犯罪には巻き込まれませんでした。駅に物乞いはいます。ドイツからフランスに旅行した際にスリにあいましたが、近くにいたフランス人のおじさんが取り返してくれたことがあります。旅行の際にはスリに気を付けてください。</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>寮のWi-Fiの最初に渡されたパスワードが違っていきしばらく使えず困りました。日本ほどすべてが正確だと信じずに、もしWi-Fiが使えなかったら大学の寮担当者にパスワードの確認をお願いしてください。携帯電話はSIMカードを使っていて、スーパーでプリペイドカードを購入しチャージしていました。ユーロ圏内で使えるのにすごく安く、日本に比べ本当に安上がりで助かりました。</p>	

現地での資金調達はどのように行いましたか？
ビザ取得の際に滞在する間充分生活ができる費用のある閉鎖口座の証明が必要ですので、ドイツで閉鎖口座を開設する必要があります。私はドイツバンクという銀行のオンラインバンクを日本から開設し、そこにビザ取得時に証明する必要がある滞在費用分を入金していました。オンラインバンクですと日本で事前に開設できるし手数料が安いので便利です。それに合わせデビットカードを使っていました。
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。
生理用品、洗顔料や化粧水（ドイツでは水を使わないクレンジングやふき取り化粧水ばかり）日本食（日本スーパーなどはあるが高いし手に入らないものもある）
<b>進路について</b>
進路
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他：
進路決定の際に参考にした資料，図書，期間など
留学期間は二学期間の予定だったがコロナのため一学期間のみでした。そのため、一年間休学をして自分の将来の目標や海外に関わるインターンをしつつ機会があればまた留学する等、今出来ることを検討しています。
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）
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。
私は色々と心残りがあり後悔したくないため、休学を検討していますが夏のインターンシップには積極的に参加しました。ドイツに留学というのも少し珍しいですドイツ企業でインターンシップをした経験が良かったのか日本でのインターンシップ応募の際、人事の方への受けが良かったように思います。コロナでかなり就職の選考が厳しいと思いますが、自分ならではの経験は役に立つと考えます。いつ何が起こるか分からないし何の経験が就活で評価されるかはわかりません。自分が留学したいと思っているならできるときにすべきであり、ただの海外生活で終わらないように留学して何をしたいか明確にしておくべきです。
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。
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。
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。

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。
13単位（2科目）	<input type="checkbox"/> 単位（ 科目）※申請中 <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）	Deutsch Intensiv für Austauschstudierende
履修した授業科目名（日本語）	留学生のためのドイツ語集中講座
科目設置学部	ISZ-Internationales Studienentrum
履修期間	1 か月
単位数	4
本学での単位認定状況	単位認定 申請中
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	クラス授業
授業時間数	1週間に545分が5回
担当教員	Frau Djamila Lahreche
授業内容	9月のみの短期集中クラスです。レベル別で5クラスに分かれており、レベルチェックテストを受けて振り分けられます。ほとんどドイツ語を勉強したことのない生徒向けもあります。基本的なドイツ語をほとんど実践形式、会話メインで教わります。もちろん文法も学びます。
試験・課題など	最後のほうにペーパーテストと会話のテストがありました。
感想を自由記入	私はドイツ語初心者のクラスでしたので、周りもドイツ語ができないため、先生にどんな簡単な質問でも質問しやすく、周りで助け合いながら楽しく授業を受けました。初めから会話を含む発言をする時間がとても多いため、油断している暇はなく集中して授業を受けられますしドイツ語の伸びもかなり感じられました。コミュニケーションをとる機会が多いため、クラスメイトとレストランに行ったりクラスでパーティーをしたりと仲良くなれたのも良かったです。

履修した授業科目名（留学先大学言語）	AkadeMI 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	2019年 冬学期
単位数	9
本学での単位認定状況	単位認定 申請中
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	クラス授業
授業時間数	1週間に180分が2回

担当教員	Frau Djamila Lahreche
授業内容	9月の集中講座より文法を学ぶ機会が増え、発展した内容を行いました。ドイツ語で自国の紹介をするプレゼンテーションを行ったことと、ドイツ語だけで一定の時間の間自分について話し続ける訓練をしたことが印象に残っています。
試験・課題など	宿題は毎授業ワークブックやプリントから出されます。試験は最終レポートとプレゼンテーション、中間テストがありました。
感想を自由記入	わかりやすくアクティブラーニングであったため、ドイツ語の伸びを感じました。先生は女の先生で基本優しいが発音や授業態度に対しては厳しめ。真面目に受けられます。また、生徒はほとんどヨーロッパ人&中国人韓国人少し、日本人は私のみであったため、英語で話す機会も多く英語も学べるし様々な国の友達ができ、自分の視野が広がる良い機会になりました。授業内でパーティーをしたり放課後皆で旅行やレストランやパーティーに行けたのもとても楽しかったです。
履修した授業科目名（留学先大学言語）	Capitalism and its Discontents
履修した授業科目名（日本語）	資本主義とその不満
科目設置学部	Gesellschaftswissenschaften
履修期間	2019年 冬学期
単位数	0
本学での単位認定状況	0単位認定
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	クラス形式
授業時間数	1週間に120分が1回
担当教員	Milstein, Brian
授業内容	資本主義のそのデメリットについて考える授業。アダムスミス等の理論についてや現代の中国やアメリカの政治体制など幅広い内容を取り扱う。英語で行われる。授業は先生と生徒の議論形式で皆が積極的に発言する。
試験・課題など	毎週 30-40 ページくらいの英文の論文を読みそれについて意見や批判を述べるレポートを作成しなければならない。試験の代わりに最終レポートあり。
感想を自由記入	他学部設置の授業で単位取得とは関係なしに受けました。課題がかなり大変であるし、授業中に生徒から出る意見もかなりレベルが高く、いつも苦しんでいました。しかし苦しみながら作成したレポートで高評価を頂けたときは本当に嬉しかったし、読解力と単語力、ライティング力等が伸びたかなと感じています。 様々な国からの留学生とドイツ人で出来ているクラスでした。中国人視点で見た中国の政治体制、イギリス人視点で見たアジアの政治、EUの体制等様々な国の視点からの意見が飛び交いすごく面白かったです。

## 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）

2019年 1月～3月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ドイツ留学申請</li> </ul>
4月～7月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・英語の資格取得、ドイツ語の勉強</li> </ul>
8月～9月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ドイツ語の勉強</li> <li>・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</li> <li>・大学学生証、履修登録など手続き</li> <li>・オクトーバーフェスト</li> </ul>
10月～12月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・秋学期開始</li> <li>・学生ビザ取得</li> <li>・クリスマスマーケット、年越しパーティー</li> </ul>
2020年 1月～3月	<ul style="list-style-type: none"> <li>・秋学期試験やレポート提出</li> <li>・旅行</li> </ul>
4月～7月	コロナのため途中帰国
8月～9月	
10月～12月	

## 留学体験記

留学しようと決めた理由	元々海外留学をして同世代の違う国の人々と勉強したり、異文化を体験したりしたいと望んでいました。東南アジアの研修に参加し、実際に留学していた先輩から話を聞く機会があり、背中を押していただき、交換留学では大学から支援が受けられるため、休学ではなく交換で留学を決めました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	生活で困らないように英単語をできるだけ多く覚え、英会話の練習をしたり、ドイツ語の基礎的な会話の練習をしたりしていました。現地では入寮手続きや住民登録など、到着してすぐに英語やドイツ語を多く使う機会があります。困らないようにできるだけ多く語学の勉強をしておくことをおすすめします。
この留学先を選んだ理由	幼いころからピアノを習っており、ドイツのクラシック音楽が好きでした。また、第二外国語でドイツ語を履修していたこと、EUのリーダーであるドイツの経済に興味を持ったこと等から留学を決めました。
大学・学生の雰囲気	ドイツ人だけではなく、ヨーロッパを主とし様々な国の留学生在が通う国際色豊かな大学でした。また、授業中は積極的に発言したり質問したりする人ばかりで、良い意味ですごく刺激的でした。先生もフレンドリーで面白い方が多かった印象です。
寮の雰囲気	学生ばかりが多くいるため、友達を作るのにとっても良い場でした。キッチンが共有でしたので、よくそこで出会った同じフロアの友人と作った食べ物を交換し合ったり、お話をしたりして楽しんでいました。特にモロッコの友達は毎回自分の作った自国の料理を分けてくれてモロッコ料理は美味しいと気づくきっかけになりました。困ったことがあるとすぐに相談できる友人ができ、寮に入って本当に良かったと感じております。また、1-2週間に一度の割合でパーティーが開かれます。寮の管理人さんはあまり英語を話せませんので下手だけれどドイツ語でチャレンジしていました。仕事は遅いけれど気の良いおじさんです。
交友関係	知り合いがほとんどいない状態での留学でしたので、最初の頃はすごく不安でした。しかし、フレンドリーな学生に出会う機会が多く、寮ではすぐ一緒にご飯を作って食べたりする友達ことができました。授業では、ドイツ語のクラスの仲が良く、頻繁にドイツ料理のレストランを巡ったり、川沿いでお酒を飲んだりするクラス会を行いました。日本人がほぼいないからこそ、普段は知り合いにくいヨーロッパやアラブ系の友人をはじめ、韓国や中国など様々な国籍の友人ができ多様な文化を学びとても面白い経験になりました。
学習内容・勉強について	私は日本語学部にも所属していたのですが、他学部のドイツの経済や政治を学ぶ授業を履修していました。どれも少人数授業で積極的な発言が求められるものです。自分はまだまだ努力が必要だと感じる機会も多く、頑張るきっかけになりました。また、グループでプレゼンを作ったり議論をしたりする機会もありました。日本と比べ、少人数で生徒主体な授業が多いように感じます。

課題・試験について	課題は多く、大変でした。特に経済の授業では毎週分厚い論文を読んで意見を書かなければならないうえ、難しい単語が多くいちいち辞書をひく必要があったため、とても時間がかかりました。しかし、そのレポートで評価Aを頂けたときの喜びは本当に大きいものでした。
大学外の活動について	ドイツ企業でオンラインマーケティングのインターンシップを経験しました。
ある平日のスケジュール	8時：起床 9時～13時：授業 13時～14時：友人と学生食堂で昼食 15時～18時 授業 19時～20時：カフェで友人とおしゃべり 21時～22時：宿題など 23時～24時：お風呂等 24時：就寝
ある休日のスケジュール	9時：起床 10時～17時：ドイツ人の友人とお城で開かれる中世のクリスマスマーケットへ 18時～23時：日本語クラブ主催のパーティー 0時：就寝
留学を志す人へ 「これを知っておいて欲しい」と思うこと	「ドイツ生活は思った以上に大変だけど新鮮で刺激的で何より楽しい」です。留学をすることで多様な価値観や考え方に触れて視野が広がりますし、勉強することの大切も実感できます。そして何より外国で困難なことを乗り越えながら成長していくことが楽しいです。ぜひ挑戦してください。

