

留 学 報 告 書

留学先国	ドイツ
留学先大学・学部 (和文及び英語)	(和) ゲーテ大学 (英) GOETHE UNIVERSITY Frankfurt am Main
留学期間	2025 年 9 月～2026 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	3 年生 (留学先大学で在籍した学年)
帰国年月日	2026 年 3 月 16 日
明治大学卒業予定年月	2028 年 3 月

留学費用項目	現地通貨 (EURO)	円	備考
授業料	0 EURO	0 円	学部間協定交換留学型
宿舍費	1,734 EURO	329,460 円	€289×6ヶ月
食費	700 EURO	133,000 円	6カ月のおおよその合計 (外食は別)
図書費	60 EURO	11,400 円	
学用品費	0 EURO	0 円	
教養娯楽費	500 EURO	95,000 円	
被服費	45 EURO	8,550 円	
医療費	0 EURO	0 円	
保険費	527 EURO	100,043 円	明治大学指定の保険とは別に、個人で加入した保険。女性特約にあたる部分は 34,023 円。
渡航旅費	1,132 EURO	215,080 円	
雑費	100 EURO	19,000 円	生活・日用品
その他 (通信費)	70 EURO	13,300 円	ユーロ 10×7ヶ月
その他 ()		円	
その他 ()		円	
合計	4,868 EURO	924,833 円	1 ユーロ=190 円で計算

渡航関連

渡航経路	行き：エミレーツ航空 (日本→ドバイ→ドイツ) 帰り：ANA (ドイツ→日本)
渡航費用	チケットの種類 エコノミ=
	往路 170,000 円
	復路 45,000 円 (ANA マイレージ使用)
	合計 215,000 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。

特になし。

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： ）
住居を探した方法	
大学からの紹介	
感想	
寮生活では、割り振られる階によって生活のしやすさが大きく異なります。特に、1 階から 3 階の低層階では虫が多いと聞きました。 また、私の居住エリアは個室でありながら、4 人でキッチンやバスルーム、トイレを共用する形式でした。基本的には多数の学生でキッチン等を共用します。各階の 4 人のみで共有するエリアは、生活スタイルやルールはエリアごとに大きく異なります。私のエリアでは食器や一部の食材を共有し交流もありましたが、他のエリアでは同居人とほとんど関わらず、共有物もない場合があります。 なお、これらの居住環境は事前に選択することができませんでした。	
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。	
明治大学との交換留学に慣れている、所属学科の生徒や先生に聞きました。または家族に相談しました。留学生向けの事務所があり、そこに聞くこともできます。	
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？	
外務省の海外旅行登録「たびレジ」に登録し、クリスマス前後やヨーロッパ周辺の情勢、ストライキ情報などをメールで受け取るようにしていました。たびレジへの登録は必須であると感じました。 なお、スリなどの被害に遭うことはありませんでしたが、電車やバスで就寝する際にはカバンを抱きしめるなどの対策をしていました。	
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？	
寮、大学内、中長距離の電車やバス、スーパーやドラッグストアなどではフリーWi-Fi が利用できました。寮のWi-Fi は半年の間に 2 回ほど接続できないことがありましたが、基本的には問題なく使用できました。 一方で、大学内やスーパーでは奥まった場所に行くと接続が不安定になることがありました。交通機関のものは、中心地から離れると繋がりにくいです。	
現地での資金調達はどのように行いましたか？	
留学前には閉鎖口座を開設する必要があり、毎月約 1,000 ユーロが口座に入金されます。私は、閉鎖口座、換金しやすいオンラインバンキングサービスである WISE、クレジットカードの 3 つを併用していました。 現金の引き出しは WISE のカードを利用して行っていました。閉鎖口座のカードがあると、より便利であると感じました。	
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。	
インフルエンザ、コロナウイルスの抗原検査キット	
進路について	
進路	
☐ 就職 ☐ 進学 ☒ 未定 ☐ その他：	
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。	
就職活動に遅れをとらないよう、留学期間は半年としました。今後は 4 月から本格的に就職活動に取り組む予定です。	

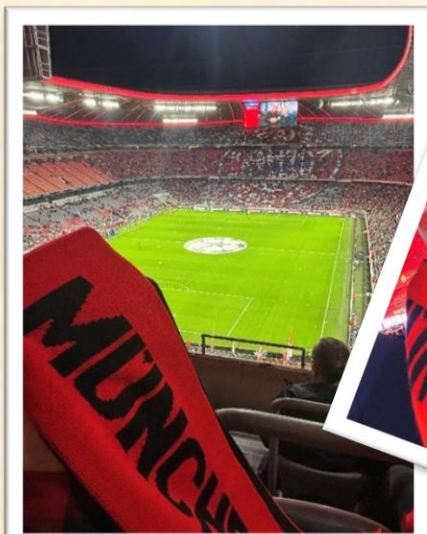
学習についてのレポート（履修した科目ごとに記入してください）	
留学先で取得した単位数合計（科目数）	本学で認定された単位数合計（科目数）
21 単位（6 科目）	☒ 12 単位（5 科目） ☐ 単位認定の申請はしません（理由： ）
履修した授業科目名(留学先大学言語)	AG Shiranui
履修した授業科目名（日本語）	しらぬい
科目設置学部	言語学・芸術学・文化学部 日本学科
履修期間	2025 年秋学期
単位数	2 単位
本学での単位認定状況	2 単位
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	チュートリアル形式
授業時間数	1 週間に 120 分が 1 回
担当教員	Luca Ciani
授業内容	新曲九尾伝の崩し字文字を、かな早見表と照らし合わせて一文字ずつ解説します。ある程度解説したら、現代語訳します。
試験・課題など	単位が必要な人のみレポート提出。
感想を自由記入	崩し字文字を解説するのは初めてで楽しかったです。学期最後には、文字の解説につまずくことも少なくなりました。
履修した授業科目名(留学先大学言語)	DIA Deutsch Intensivkurs für Austauschstudierende
履修した授業科目名（日本語）	ドイツ語集中講座
科目設置学部	ISZ
履修期間	2025 年 9 月
単位数	3 単位
本学での単位認定状況	3 単位
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 240～300 分が 5 回
担当教員	Djamila Lahr è che
授業内容	学期前の留学生向けドイツ語の集中講座（A2 レベル）。先生が準備するプリントを用いて、A2.2 レベルのドイツ語を学習しました。
試験・課題など	ほぼ毎授業、予習・復習の課題有り。筆記試験に加え、プレゼンテーション発表などがありました。
感想を自由記入	文法自体は明治大学ですすでに学習していましたが、先生のドイツ語での説明や教材のドイツ語の文章についていくのが精いっぱいでした。大変ではありましたが、ドイツ語力の向上に大いに役立ちました。クラスメートは全員留学生で、スペインやイタリアなどヨーロッパ出身の学生が多かったです。
履修した授業科目名(留学先大学言語)	AkadeMi Kurs C
履修した授業科目名（日本語）	ドイツ語講座（グループC）

科目設置学部	ISZ
履修期間	2025 年秋学期
単位数	6 単位
本学での単位認定状況	2 単位
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 2 回
担当教員	Djamila Lahr è che
授業内容	学期前のドイツ語集中講座の延長にあるドイツ語講座です。教科書を用いて、B1.1 レベルのリーディングを中心に、スピーキングの練習もありました。
試験・課題など	ほぼ毎授業、予習・復習の課題有り。筆記試験に加え、プレゼンテーション発表などがありました。
感想を自由記入	文法自体は明治大学ですでに学習していましたが、授業に追いつくのが精いっぱいでした。先生は基本的にドイツ語で説明するので、理解するのに時間がかかって大変でした。

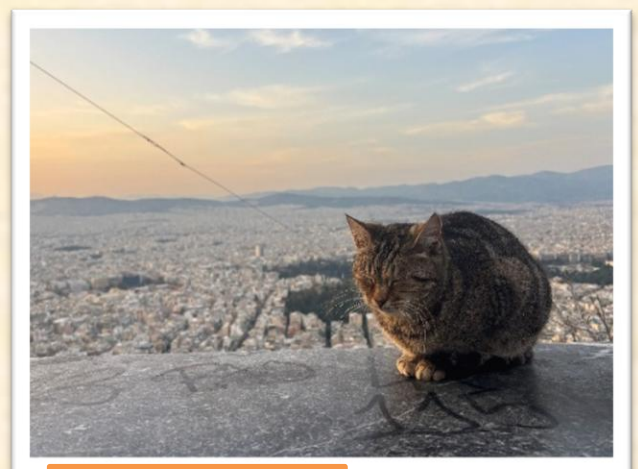
履修した授業科目名(留学先大学言語)	English (Pre-intermediate refresher)
履修した授業科目名(日本語)	英語(初級レベル復習コース)
科目設置学部	ISZ
履修期間	2025 年秋学期
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	チュートリアル形式
授業時間数	1 週間に 90 分が 1 回
担当教員	William Christopher McCullen
授業内容	受講前には、必ずゲーテ大学が実施する英語のオンライン試験を受けます。その結果をもとに受講するクラスが決まりますが、私は A2 レベルのクラスに割り振られました。授業では教科書をもとに、グループでアクティビティを行いながら文法を学びます。
試験・課題など	試験はありません。課題が 12 個あり、最低 8 個提出する必要があります。教科書の演習をオンライン上のプラットフォームに解答します。
感想を自由記入	内容はとても簡単でした。1 限で 8:15 から始まるので、朝起きて参加するのが大変でした。

履修した授業科目名(留学先大学言語)	Animals and Medicine in Premodern Japan
履修した授業科目名(日本語)	学士課程科目 J11.1 文化・思想史 II
科目設置学部	言語学・芸術学・文化学部 日本学科
履修期間	2025 年秋学期
単位数	4 単位
本学での単位認定状況	3 単位
授業形態（チュートリアル、講義形式等）	講義形式とチュートリアル形式
授業時間数	1 週間に 90 分が 1 ～2 回
担当教員	Pia Schmitt
授業内容	主にオンラインで行われました。いくつかのグループに分かれ、平安時

	代の日本の医療についての紹介を受けながら、最終的には「玉藻の前」を題材とした舞台を作り上げました。平安時代について調べるグループや、その知識をもとに台本を作成し日本語に翻訳するグループ、小道具や音楽を制作する班、役者などに分かれて活動しました。
試験・課題など	特になし。
感想を自由記入	私は役者として参加しました。台本の日本語訳を手伝いながら、本番の2週間前から練習が本格化しました。当日は着付けも担当し、無事に舞台を完成させることができました。また、この活動を通して友人もできました。
履修した授業科目名(留学先大学言語)	AG Literarisches Übersetzen aus dem Japanischen
履修した授業科目名(日本語)	日本語文学翻訳演習
科目設置学部	言語学・芸術学・文化学部 日本学科
履修期間	2025 年秋学期
単位数	2 単位
本学での単位認定状況	2 単位
授業形態(チュートリアル、講義形式等)	チュートリアル形式
授業時間数	1 週間に 120 分が 1 回
担当教員	Kimiko Nakayama-Ziegler
授業内容	中上健次の『熊野集・桜川』をドイツ語に翻訳しました。指定された範囲を予習としてドイツ語に訳し、授業では一人一文ずつ順に発表しました。文法を学ぶというよりも、日本語の文章の解釈やドイツ語での表現方法について話し合いながら授業が進められました。
試験・課題など	特になし。
感想を自由記入	日本語のテキスト自体が難しく、予習には苦労しました。幅広い年齢層の日本語を学ぶ学生が集まっていました。日本語を練習したい人が多かったため、この授業を通して言語交換(タンデム)のパートナーを二人見つけることができました。



ミュンヘン Allianz Arena で
サッカー観戦



ギリシャ人旅

留学に関するタイムチャート

4月～7月	4月にゲーテ大学の留学生と窓口となっている宮本先生、キンスキー先生を交えてオンラインで座談会をしました。 5月にIELTSを受験しました。(2024年9月ごろにパソコンで解答できるIELTSを受験しましたが、基準の点数に到達しなかったため。) 6月ごろに対面での説明会がありました。 説明会後に保険への加入、寮の申請等の手続きを行いました。
8月～9月	WISE(ネットバンキング)の口座を開設しました。 8月末に出国しました。 9月は留学生向けのドイツ語集中講座に参加しました。
10月～12月	10月中旬より学期が開始しました。 12月20日ごろよりクリスマス休暇に入りました。
2026年 1月～3月	1月10日ごろに休暇が明け、学期が再開しました。 2月第二週で基本的な授業が終了しました。第三週、四週でテストがある授業もあります。 3月16日に帰国しました。二週間以内に帰国届を提出しました。
4月～7月	報告書の作成と単位認定の申請を行いました。

留学体験記

留学しようと決めた理由	幼少期よりホストファミリーの受け入れや国際イベントへの参加を通じて国際交流の経験があり、海外に対する憧れを抱いていました。海外旅行の経験はありましたが、長期間日本国外で生活することへの関心から、中高生の頃より大学時代に留学することを志していました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	語学力の向上は非常に重要です。私の場合、読む・書く機会が少なかったため、両言語ともにリスニング力の不足を実感しました。特にドイツ語については、より十分な準備をしてから留学していれば、さらに能力を伸ばせたと考えています。 また、日本の文化について説明できるようにしておくことも重要です。ヨーロッパでは日本に関心を持つ人の中にアニメが好きな人も多く、そうした話題が交流のきっかけになることがあります。
この留学先を選んだ理由	欧米への留学を希望していたためです。また、中高時代にドイツ人を受け入れるホストファミリーとして生活した経験や、約半月ドイツに滞在した経験があり、ドイツに縁を感じていました。こうした背景から、ドイツについてさらに理解を深めたいと考えました。加えて、ヨーロッパの中心に位置しており、各国への移動がしやすい点にも魅力を感じました。
大学・学生の雰囲気	明るくにぎやかで、楽しいことを好む印象を受けました。パーティーなどの交流の機会も多く見られました。また、日本学科の学生にはアニメが好きな人が多く、日本や日本人に対する憧れを持っている様子がうかがえました。総じて、日本に対して非常に好意的であると感じました。

寮の雰囲気	私は、4人でキッチンやシャワー、トイレを共用するエリアに住んでいました。ここでは同時期に留学してきた学生が多く、キッチンで顔を合わせた際に会話をしたり、食材や調理器具を共有したり、ときには一緒に外出することもありました。
交友関係	当初は留学生同士で交流することが多く、日本人留学生も多かったため、他の日本人を通じて友人関係が広がることもありました。授業で隣になったドイツ人学生とは、タンデムをおこなったりカフェに行ったりして交流を深めました。また、アニメイベントにも頻繁に参加しており、そうした場を通じて新たな友人を得ることができました。
学習内容・勉強について	私は主にドイツ語の学習に力を入れていました。課題には丁寧に取り組み、不明点はルームメイトであるドイツ語専攻の友人に質問して解決していました。また、授業には毎回出席していました。さらに、言語交換プログラムであるタンデムを3名と実施し、ドイツ語を話す機会を積極的に設けていました。
課題・試験について	課題はドイツ語および英語で出されました。量は多くなかったため、その分一つひとつ丁寧に取り組みました。文法や単語で不明点を残さないようにし、語彙は辞書を用いて確認していました。また、試験は主にプレゼンテーション形式で行われ、ドイツ語で発表する必要がありました。自身のドイツ語力には課題があったため、内容の構成や発表方法を工夫し、プレゼンテーション全体の完成度を高めることに注力しました。
大学外の活動について	道場に通り、居合道の稽古に取り組んでいました。週2回の稽古のうち、少なくとも週1回は参加するようにしていました。また、ヨーロッパ大会の応援に参加したほか、ドイツ全国大会にも出場し、敢闘賞を受賞しました。さらに、オーストリアでは、所属している明治大学居合道部白鷺会のOBの方に稽古をつけていただく機会もありました。
ある平日のスケジュール	9時起床、10～14時授業、15～17時フリータイム（勉強や買い物） 18時～バイト、25時就寝
ある休日のスケジュール	6時起床、8時出発、12～18時アニメイベント、22時帰宅、24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	留学と聞くと難しく感じるかもしれませんが、意外と何とかなります。あまり気負わずに、自分の興味を大切にしてみてください。受け身の姿勢では、あまり多くのことを経験できないかもしれません。そのため、積極的に行動することが重要です。しかし、常に積極的でい続けると疲れてしまうこともあります。ですから、休憩したり、一人の時間を大切にしたりすることも忘れないでほしいです。

ドイツで居合道の大会
合刀館の選手として出場



アニメイベントで知り合った
コスプレイヤーと



ハンガリーブダペストのクリスマスマーケット



ニュルンベルクの
クリスマスマーケット