留学報告書

学生が作ったレースカー

クリスマスマーケット

フロイデンブルクの街並み

ニュルブルクリンクを訪問

留学先国	ドイツ
留学先高等教育機関名	英文：Siegen University 和文：ジーゲン大学
留学期間	2023 年 10 月 ～ 2024 年 3 月
留学を開始した時の学年	2 年生

授業料（プログラム費用）	5 万円
宿舎費（1 か月あたり）	6 万円
食費（1 か月あたり）	3 万円
通学費（1 か月あたり）	0 万円
教科書代	0 万円
渡航旅費	20 万円
保険料	18 万円
その他（コインランドリー）	一回５００円

1）種類
☒寮　□アパート　□ホームステイ　□ルームシェア
2）部屋の形態
☒個室　□相部屋
3）設備
☒シャワー　□お風呂（浴槽）　☒トイレ　□エアコン　☒キッチン　☒ランドリー ☒インターネット環境　□食堂　□電話　□Studying Room　□宅配ボックス □その他（　　）
4）住居を探した方法

☒海外留学先大学の指定　☒海外留学先大学のホームページ　☐留学経験者に聞いて ☒個人的に探した　☐その他（　　）
5）大学までの利用交通機関と通学時間（片道）
利用交通機関：☒バス　☐電車　☐自転車　☐徒歩　☐その他（　　）
通学時間（片道）：３０分

1)大学内の医務室／診療所や付属の病院などで医療サービスを受けることは可能でしたか？
☒はい　☐いいえ　☐わからない
2）現地で病院にかかったことはありますか？
☐ はい（利用機関名：　　）　☒いいえ
3）保険について、現地の医療保険に加入しましたか？
☒はい　☐いいえ
4）留学にあたり、必須の予防接種はありましたか？
☐はい　☒いいえ 「はい」の場合予防接種の種類：
5）学内外で問題が発生したときは，誰に相談しましたか？
☒留学先の友人　☒日本にいる友人や家族　☐海外留学先大学の先生 ☐海外留学先大学のカウンセラー　☒海外留学先大学の留学担当窓口 ☒ホストファミリーや RA（レジデンスアシスタント）　☐その他（　　）
6）現地の治安はどうでしたか？また、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、実際に窃盗等を含む犯罪に巻き込まれた場合、どのように対処しましたか？
特に危険を感じるような状況はなく、概ね安全であると思いますが、荷物の自己管理はしっかりとする必要があります。情報収集に関しては、滞在期間が長い他の留学生などからの話を参考にしました。
7）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？
インターネットに関しては、モバイルデータ・Wi-Fi ともにあまり良くないと感じました。
8）現地での資金調達はどのように行いましたか？
入学時、Sperrkonto に一定の金額を納入して経済力の証明をする必要があったので、その資金で生活をしました。
9）利便性、買い物はどうでしたか？また現地では調達できない日本から持っていくべき物はありますか？
ジーゲンは住む場所によって利便性にかなり差がありますが、Hbf(電車の駅)の近くに住んでいたので買い物などには困りませんでした。ドライタイプの味噌汁などの日本食を持っていくとよいと思いますが、コロンやデュッセルドルフなどのアジアンマーケットなどで、価格は高いものの米や調味料は購入できるので無理はしなくていいと思います。また、自分のサイズにあった雨具やブーツを持っていくと役に立ちます。
10）授業料（またはプログラム費用）は、どのように支払いましたか？
☒海外送金　☐クレジットカード　☐口座振込　☐その他（　　）
11）その他、生活等に関して参考となることがあれば教えてください。

公共機関は学生証を利用して概ね無料で利用出来ます。路線、遅延やキャンセルなどの情報が手に入るので、DB Navigator や VWS などのアプリを入れておくことをお勧めします。

1）現地空港から滞在先まで、どのようにして向かいましたか？

☐留学先大学のピックアップサービス　☐公共交通機関（バスや電車）☐ホストファミリーのお迎え
☒その他（現地の友人の家族のお迎え）

2）到着後にオリエンテーションはありましたか？あった場合、どれくらいの期間行われていましたか？

☒はい（期間：９月末に１週間）　　☐いいえ

履修した授業科目名

Populism in Europe

授業内容や試験、授業を受けた感想について

この授業では、ヨーロッパにおけるポピュリズムについて、ドイツに限らず各国における傾向などを読み解きました。中でも興味深かったのは、近年人気が出ているドイツの AfD (Alternative für Deutschland,ドイツのための代替手段)についての、ドイツ人の教員からみた状況や見解でした。学期終わりには、生徒のなかでグループを組んでそれぞれ一つの国でのポピュリズムについてプレゼンをしました。

履修した授業科目名

Citizens and Politics

授業内容や試験、授業を受けた感想について

この授業では、ドイツ国内を主に、政治に対する国民の捉え方や関係性、投票率とそれを左右する要素などを実証データを用いて考え、それらについてディスカッションをしました。専門性の高い語彙やデータを用いた考察など、レベルが高いクラスでしたが、その分ディスカッションの内容も濃く、満足度が高かったです。学期おわりには、クラスメイトとペアでドイツにおける投票率の差についてプレゼンをしました。

履修した授業科目名

Sociology of Dying

授業内容や試験、授業を受けた感想について
ドイツ国内や世界において、終活や死に関わる、社会の中での現状や課題、普段は見えないステレオタイプなどについて議論をしながら理解を深める授業です。教員が１０年以上看護婦としての経験を持っており、自身が勤務していたころに気が付いたことなども交えながら内容を進めてくれたのでとても興味深かったです。学期終わりには、SNS や映画などのメディアの中から自分が選んだ作品について、授業内に扱ったことを引用しながら社会学の観点から研究してレポートを書きました。

履修した授業科目名
Enlargement of European Union
授業内容や試験、授業を受けた感想について
EU が創立され、加盟国が増加した現代において今後の加盟を希望している周辺国が抱える課題や解決策について議論をする講義でした。生徒が各自選んだ国についてプレゼンをしました。私はトルコを選択しましたが、調査段階で今まで知らなかった問題にも気づくことができて有意義な講義だと感じました。

留学体験記

留学しようと決めた理由や、この留学先を選んだ理由	元々ヨーロッパ連合に興味を持っており、中心国であるドイツにおいて日本との捉え方がどのように異なるか学びたかったため留学しようと決めました。ジーゲン大学にしたのは、協定校としてリストに載っていたのを通して知り、英語でとれる講義の中で自分の希望する内容に一番当てはまっているものがあったためです。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	主にした準備は、どの授業をとりたいかを考えたり、ビザや保険などの必要事項をすべて揃えることです。はじめの２か月ほどは、普段の生活や地元の人々との交流の際に現地の言葉がわからなかったため苦労したため、ドイツ語の勉強をもっとしてから行けばよかったと感じました。
留学中に役立った書籍、ウェブサイト、アプリ等	ジーゲン大学の公式サイトやインスタグラム、前述した公共機関用のアプリ、eBay Kleinenzeigen、Studo、Flixbus、WhatsApp など

大学・学生の雰囲気（職場や同僚の雰囲気）	キャンパスを一部改装してありきれいです。また国際色が強く、いろいろな国籍の生徒がフレンドリーな雰囲気で一緒に勉強しています。
滞在先の雰囲気	ジーゲンは緑が多く、Universitätstadt（大学都市)と謳っていることもあり大学がメインの魅力である印象です。コロンなどと異なって少しゆったりした雰囲気があり、また必需品をそろえるのは容易にできるので、都市生活から離れてみたい人には良く合います。
留学先における交友関係	学期開始直前のオリエンテーションの際に出来るだけ多くの人と交流し、友人を作っておくと一緒に講義を取ったり、近くの都市に遊びに行ったりと楽しめます。さらに、日本語を学んでいる現地の学生と交流できるタンデムも、ドイツの文化を知ったり友人を作る機会になるので参加する価値があります。そして講義でディスカッションをした相手とも友達になったり、積極性をもって動いていくことをお勧めします。
留学中に困ったこと、つらかったこと、大変だったこと	いままで一人暮らしの経験がなかった影響で、家族から離れての生活に慣れるのは時間を要しました。また、前述したようなドイツ語を話せないことによる言語バリアも苦労しました。
留学先における学習、課題や試験	こちらとは異なり、毎授業後の課題というよりも事前の資料の予習などがメインに課されていました。なので授業が終わった後は楽ですが、予習を怠ると次の講義内容の理解が出来なくなったりします。試験に関しては、プレゼンやレポート、試験など教授によって成績のつけ方は異なります。
大学外の活動（課外活動や自由時間など）	課外活動として、クラブに参加している学生が一部いたり、中にはインターンをしている人も見られました。自由時間には友人とコーヒーを飲みながら話したり家やキャンパスでの講義の予習、またはハイキングに行ったりしていました。
留学を志す人へメッセージやアドバイス	ドイツの公立大学では、学費がほぼすべての大学で無料に近く、コロンなどの大都市を避ければ家賃や生活費も抑えられ、その上学生証で国内のローカルの電車（Regional Bahn）やバスが乗り放題と、安い費用で多くの楽しみを得られます。ヨーロッパで自身の成長を目指したい方は、ドイツ、さらにはジーゲン大学を検討してみてはいかがでしょうか。

就職活動について

就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスをお願いします。例えば、留学前や留学中の就職活動へ向けた準備や、帰国後に就職活動を始めるにあたり注意すること等。

※就職活動をこれから始める場合は、留学経験を通して就職活動に対する意識や希望する就職先の変化等を教えてください。

帰ってから授業を組む際は、単位認定が通らない前提でほぼ上限まで履修し、その上でインターンシップや就職活動をしたほうが、万が一認定された単位が少ない場合に焦る必要が生じないので良いと思います。

ドイツでは経験が重要視されているために、現地学生の意識が高くインターンシップを経験している人が多かったです。その影響で私も就職活動を早めるようになり、結果として長期インターンシップに採用され、6か月から１年間勤務することとなりました。