

【大学間協定留学】 留学近況報告書

記入日	2023年 10月 31日
留学先大学	ウヅジ大学（日本語名） University of Lodz（現地言語名）
留学先の所属学部等	<input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部・研究科等に所属している（以下に学部等名を記入） ※学部等名（日本語）：教育科学部 （現地言語での名称）：Faculty of educational science <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず様々な学部等の授業を履修している <input type="checkbox"/> その他：
留学期間	2023年10月－2024年2月
明治大学の所属学部等	国際日本学部/国際日本学科（学部/学科/研究科/専攻等）
学年（出発時の本学での学年）	2年生

I. 出発前にどのように情報を集め、準備をしましたか。しておいて良かったこと、準備不足だったこと、ぜひ次の学生に準備としてアドバイスしたいことを記述してください。

とにかく先輩方の報告書をたくさん読んだ。Youtubeで留学中の生活についてや、海外での生活について（ポーランドに限らず）挙げている方の動画を見ていた。インターネットでポーランドの情報を調べる時は、英語で調べたほうがより多くヒットするので英語で調べた。先輩方にコンタクトを取り、たくさん質問した。行く前に到着してからのシュミレーションをしておくとういと思う。飛行機の時間などは常に余裕をもって計画を立てることをお勧めする。準備不足だったことは、ポーランド語の勉強。大学は英語だから大丈夫だろうと思っていたが、日常会話（スーパーや駅など）で使われる言葉は基本的にポーランド語で少し大変。食材などの単語を覚えていた方が良いと思う。（私は文法ばかりやっていたが今のところ役に立っているとはあまり感じていない）

II-1. 留学のための渡航前手続き（留学ビザ） ※詳細に記入して下さい

ビザの種類：学生ビザ	申請先：在日ポーランド大使館
ビザ取得所要日数：10日間 （申請してから何日/週間要したか）	ビザ取得費用：0円

1. ビザ取得のためにどのような書類の提出が求められましたか？また、どのように手配しましたか？

- ・ビザ申請書 - ビザ申請オンラインシステム e-Konsulat で入力し、印刷・署名する
- ・写真（1枚） - パスポート規格
 - ・パスポート - 過去10年以内に発行され、空白ページが2ページ以上残っているもの。
- ・パスポートの顔写真ページのコピー
- ・往復航空券または予約確認書 - 申請者氏名および日時、フライトナンバーが記載され、ポーランド-日本間のすべての経路が確認できるもの
- ・滞在場所の証明 - 学生寮の予約証明書、賃貸契約書のコピーや滞在当初期間分のホテル予約確認など。学校発行のレターに記載がある場合は原則不要
- ・海外旅行傷害保険の加入証明 - ポーランドを含むシェンゲン圏で有効な、救援・治療・入院や死亡および緊急一時帰国などの費用を補償するもの。
- ・滞在資金の証明書類
- ・ポーランドの学校からの入学許可証または在学証明書 - 申請するビザの期間にわたり、在学が認められていることを証明する書類。
- ・学費支払いの証明
- ・スポンサー（親権者または扶養者）からの同意書
- ・スポンサーの現在の就労先からの在職証明書 - 勤務開始日、役職および給与額が記載されたもの。
- ・スポンサーとの家族関係が証明できる書類 - 戸籍謄本または抄本
- ・（申請者が日本国内で在学中の場合）在学証明書

2. 具体的な申し込み手順を教えてください。					
書類をそろえ、大使館のホームページから申請の日時を予約、書類をもって大使館に直接行く。					
3. ビザ取得の際に、留学先国大使館で面接のあった方は、どのような質問を受けましたか？					
面接なし					
4. ビザ取得に関して困った点・注意点					
戸籍謄本の提出が必要で、コンビニでとれるだろうと思っていたが、私の場合、本籍地が地方で郵便、もしくは直接取りに行くしか方法がなく慌てて準備したので、戸籍謄本の取得に時間がかかるかを確認しておくよと思う。証明写真の背景は白と決まっている。Ki-Re-iの少し高いオプションにすると背景の色が選べるので、私はそれで白を選択して用意した。ビザ申請の日程を一度予約した後に変更したかったのだが、キャンセルするには実際に大使館に来るしかないといわれた。結果的には、メールでこの日にしたいということ伝えたら、変更してくれた。					
II-2. 留学のための渡航前手続き（その他の事前準備について）					
その他済ませておくべき準備があればお書き下さい（現地での現金調達準備、携帯電話購入、荷物運送など）					
外貨両替は GPA を利用し事前に自宅に届くようにした。携帯電話は2台持っていき、古い方を日本での安いプランで契約を続け、新しい方にバックアップしたデータと現地で購入した SIM カードを入れて使っている。荷物の運送の予定はない。					
III. 現地到着後のながれ					
1. 到着時の様子					
利用航空会社	ポーランド航空				
航空券手配方法	ポーランド航空のページから 航空券情報等があれば記入		※利用した旅行社・旅行サイト、格安		
大学最寄空港名	ワルシャワシヨパン空港	現地到着時刻	6時ごろ		
キャンパスへの移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の 出迎え	<input type="checkbox"/> 知人の 出迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関 (<input checked="" type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車)	<input type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他 ()
移動の所要時間	約3時間				
空港からキャンパスへの移動の際の注意点、タクシー・公共交通機関で移動する際の行き方、料金等 空港から寮に向かった。Flix bus を利用、約1, 200円←事前に日本で予約していった					
大学到着日	9月19日14時頃				
2. 住居について					
到着後すぐに住居 入居できましたか？	<input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	いいえを選んだ方： 月 日から入居可能だった。			
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮	<input type="checkbox"/> アパート	<input type="checkbox"/> その他 ()		
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋	<input checked="" type="checkbox"/> 二人部屋	<input type="checkbox"/> その他 ()		
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生	<input checked="" type="checkbox"/> 他国からの留学生	<input type="checkbox"/> その他 ()		
住居を探した方法	<input type="checkbox"/> 大学の斡旋	<input checked="" type="checkbox"/> 自分で探した	<input type="checkbox"/> その他 ()		
住居の申込み手順	インターネットで申し込み、支払いをする。現地の大学の入学許可証や署名をした書類をアップロード。				
住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか？トラブルはありましたか？					
大きなトラブルはない					

3. 留学先でのオリエンテーションについて	
オリエンテーションの有無	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
日程	10月2日
参加必須ですか？	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は？	<input checked="" type="checkbox"/> 無料 <input type="checkbox"/> 有料（金額： ）
内容の様子は？	大学について、普段の生活で気をつけるべきこと、履修変更について、など
留学生用特別ガイド	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	10月5日から
IV. その他、渡航してから必要な手続きについて	
1. 現地で滞在許可等の申請の必要はありますか？いつ、どこで、方法は？日数、料金は？トラブルは？	
なし	
2. その他現地でした手続きは？（健康診断、予防接種等）いつ、どこで、方法、日数、料金は？トラブルは？	
なし	
3. 現地で銀行口座を開きましたか？手続方法、必要書類、日数、料金は？トラブルは？	
していない	
4. 現地で携帯電話を購入しましたか？手続方法、必要書類、日数、料金は？トラブルは？	
していない	
V. 履修科目と授業について	
1. 履修登録はいつどのような形で行いましたか？	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前に（ 5月18日頃）	
<input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 志願書類に記入して登録 <input type="checkbox"/> できなかった <input type="checkbox"/> その他（ ）	
<input type="checkbox"/> 到着後に（ 月 日頃）	
<input type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 国際オフィス等の仲介 <input type="checkbox"/> できなかった <input type="checkbox"/> その他（ ）	
登録時に留学生として優先されることはありましたか？	
<input type="checkbox"/> あった <input checked="" type="checkbox"/> なかった	
優先が「あった」方はどのように優先されましたか？	
優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？	
学部を選んでから授業名やECTSで選択した。	
2. 出発前に授業を登録した方は、現地で変更・追加できましたか？また希望通りの授業が取れましたか？	
変更した。1つの授業が教授の都合で開講しないことになっていたり、別の授業では Flexibility を強調しており日程もはっきりしなかったため、これらの授業を変更した。自分の学部内での変更の場合は、学部のコーディネーターにコンタクトを取り変更や追加が可能だが、別の学部の授業を削除・追加する場合は、自分の所属する学部と変更先の学部のコーディネーターから許可をもらう必要があるため少し大変だと思う。ただ、できないことはない。時間割（曜日や時間）が出るのがかなり遅く、私の場合、10月3日に送られてきた。最初に日本で履修登録をするときは時間割がわからない状態でやるしかない。また、シラバスのように授業内容がわかる資料もないため、授業名でなんとなく判断して登録した。	

Ⅵ. 一週間のスケジュール 授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください。

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
8:00	起床	起床	起床	起床			
9:00		勉強		勉強			
10:00	授業		授業		買い物や旅行など	買い物や旅行など	勉強、もしくは旅行など
11:00							
12:00		昼食		授業			
13:00	授業	授業	授業				
14:00	昼食		昼食				
15:00			勉強				
16:00	買い物			買い物			
17:00							
18:00	勉強						
19:00							
20:00	夕食	夕食	夕食	夕食			
21:00							
22:00							
23:00							
24:00							

Ⅶ. 現在までの感想

留学先大学、プログラムについて、授業、宿舎、生活全般についてなど、自由に書いてください。

私は大学が始まる前に現地での生活に慣れておきたかったため、大学が始まる2週間ほど前に到着した。正直最初の1週間は精神的にしんどい時期だった。言葉の壁と文化の差を真っ向に受けてしまった。家族や友達と電話をしたりして落ち着けていたが、時差もあり夜になると連絡が取れなくなるのがつらかった。学校が始まってからも意外と自由な時間は十分に取れているので、早めに到着する必要は無かったかもしれない。

寮は比較的きれいで勉強スペースや共有のキッチンもあり過ごしやすい。ただ、共有キッチンはほかの人があまり掃除や片づけをしないので汚れていることが多い。また夜中まで騒いでいる人もいたので眠れないこともある。ごみ捨ては寮にゴミ捨て場があり曜日等は決まっていなためいつでも捨てることができる。

スーパーなどでの買い物は基本的に安い、外食すると日本と同じくらい。水道水が飲めないの水を買わないといけないのが少し面倒に感じる。日本の調味料は手に入るが、日本で買うよりも高い。先輩方は現地で購入できるから持っていく必要は無かったと書いていたが、私は料理が好きなので、しょうゆやみりん、ソースなどは持ってきておいてもよかったかもしれないと思っている。日曜日はショッピングモールやスーパーは基本的にしまっているため、土曜日に多めに買い物をしている。授業は少なくとも1日に1つか2つかないので、終わってから夕飯の買い物や友達と買い物、ランチに行ったりしている。

授業は私にとって興味深いものが多いが、学部で日本人が私一人なのが少し心細い。留学生は圧倒的にスペイン人が多い。ほかには、中国やカザフスタンからの留学生が多い。ディスカッションのように発言を求められる授業が多い。私の英語も完璧ではないが、先生も、ほかの人もみな英語は第二言語なのでネイティブのようなスピードではないし、話しているときに文法や時制が間違っていることがあってもあまり気にならない。国日のtype1の授業と同じような感じ。課題が多いと感じる。英語で書かれた文章50ページくらいを読んできて、それについてディスカッションをする授業が2つ、3つほどあり、一度読んだだけでは理解できない部分があるためかなり時間がかかる作業ではある。

留学先大学を目指す学生に向けてのアドバイスをお願いします。

ポーランドは日本人にとってあまりなじみのない国で、情報を入手するのが大変かとは思いますが、情報戦になってくるのでほかの人と共有しながら多くの情報を手に入れることをお勧めします。

ウッジ大学は確かに国際色豊かですが、スペイン人が圧倒的に多く、クラスも半分くらいはスペインからの留学生です。寮ではスペイン語が飛び交っていてなかなか会話に入りづらかったり、夜は騒がしいことが多いです。アジア系もいますが、中国や台湾、インド系が多く、日本人はほぼいません。私の学部では日本人は私一人です。授業や友達同士でも“What is your major?”や“What are you studying?”とよく聞かれます。国日だと答えづらいので、この質問への受け答えを考えておくのもよいかと。当たり前ですが、日本で生まれ育って日本に慣れていないとあれもないこれもないものばかりに目が行ってしまいがちです。でもせっかく留学に来ているから日本ではないものを試してみたりするのも良い経験だと思います。

学部ごとにキャンパスが異なっているので、自分の学部のキャンパスの位置を考えて、寮を選ぶのが良いと思います。ただ大学の寮にする場合は自分では選べないので、妥協するしかありませんが、自分で民間の寮を取るのであれば金額や安全面の考慮しつつ、自分の学部のキャンパスからの距離も視野に入れとくとよいと思います。冬は寒いので。

上記でも書きましたが、ポーランドはポーランド語が公用語のため、普段の生活でわからないこともあります。授業などでは先生も含めて皆が第二言語で話していて、単語が出てこなかったり、文章がぐちゃぐちゃな時もある。自分だけ英語ができないと感じることは少ないです。もちろんアメリカなどが人気なのはわかりますが、こういう機会がないとポーランドに行くということはほぼないと思うので、ポーランドを選んでみるのもとても良い選択だと思います。