

【大学間協定留学】 留学近況報告書

記入日	2023年 10月 28日
留学先大学	リール・カトリック大学（日本語名） Université Catholique de Lille（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）：ヨーロッパ政治社会学部・国際経営学部 （現地言語での名称）：ESPOL・ESTICE <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8月－2024年1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。

情報収集方法：昨年度留学していた方との連絡・明治大学が公開している留学報告書・Youtubeでの動画視聴・Campus Franceのウェブサイト・Campus Franceの留学準備ウェビナー

準備して良かったこと：現金 200 ユーロの調達・Uberなどの必要アプリのダウンロード
空港到着後から寮までの道のりの調査
（空港からリールまでの列車の値段は変動制のため時期を見て予約した方がよいです。）・SIMカードを獲得するまでの通信手段の確保（私はauの世界データ定額プランを一日使用しました。）

準備不足だったこと：寮に早く到着しすぎてしまったために授業が始まるまで手持ち無沙汰であった
（先着順のWi-Fiルーターを借りれたこと、様々な手続きやある程度の観光を終えてからオリエンテーションに参加できたことは良かったです。）・フランス語の勉強・証明写真の持参（公共交通機関のチケットを学生割引で購入するためには写真付きのカードを作る必要があります。私は定期券を購入しないため、撮影料金などのコストも考えて正規料金のチケットを購入することにしました。写真のデータがあればオンラインで注文することもできるようですが、確実に早く購入するならば証明写真を持参するべきです。）

アドバイス：明治大学からの留学生同士仲良くなっていくと現地でも渡航前も助け合うことができます！

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：VLS-TS	申請先：在日フランス大使館
ビザ取得所要日数：2週間 （申請してから何日/週間要したか）	ビザ取得費用：50 ユーロ＋15600 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？

・Etudes en France の手続き（15600 円）：留学先大学の受入許可書・証明写真・パスポート

・VISA 申請（50 ユーロ）：証明写真付きの長期ビザ申請書（大使館サイトで作成したもののコピー）・パスポート・住居証明書・留学先大学の受入許可書・経済証明書（銀行残高証明書）
Etudes en France 登録証明書・レターパック赤・現金 50 ユーロ（当日のレート・お釣りは出ません。）

*どちらの手続きも必要書類の一覧が表示されるため、指示に従えば問題ありません。

2. 具体的な申し込み手順を教えてください。

①Etudes en France の手続き→②VISA 申請

①明治大学からの案内に従って手続きを行います。アカウントを作成後に明治大学に報告すると、交換留学生として登録料が割引され 15600 円になります。オンラインフォームに必要事項を入力し登録料を支払います。

②Etudes en France の登録が承認された後、在日フランス大使館のサイトで VISA 申請を行います。オンラインフォームに必要事項を入力し、大使館の予約を取ります。大使館での対面の VISA 申請の際に必要な書類を紙媒体で提出し、申請が完了です。任意ではありますが、オンラインフォームで必要書類のデータを事前に提出しておくとも申請をスムーズに受け付けてくれると思います。

3. ビザ取得の際に、留学先国大使館で面接があった方は、どのような質問を受けましたか？

面接はありませんでした。申請時に留学期間などの簡単な質問をいくつかされるのみです。

4. ビザ取得に関して困った点・注意点

・ウェブサイトの案内に沿って行えば問題ありません。大使館での申請後、申請が承諾されれば VISA が付いたパスポートがレターパックに入って家に届きます。申請時に提出した書類は返ってこないためコピーを取っておきましょう。パスポートもしばらく手元にない状態になります。申請終了後、VISA 申請の状況を確認できる番号を貰いましたが、番号での確認はできませんでした。大使館のオンラインフォームで確認できません。安全のため、レターパックの番号を控えておくといいです。

・VISA 申請書の住居の入力欄：住居の管理人の名前を書く必要があったのですが、寮の名前を書きました。大使館にて質問されましたが、寮の名前だと言い承諾してもらいました。

・大使館の予約：住居決定後に大使館の予約を入れるようにする必要があります。予約はオンラインフォーム入力完了前でも可能です。早めに予約を取ることをお勧めします。予約を取りたい日の一か月前には予約をしておいた方がよいです。交換留学生であれば予約なしで申請できる日程があるようですが、予約をしておけば、30 分もかからずに完了できるので予約は絶対にしたほうがよいです。

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）

・現金調達：日本で 200 ユーロ分両替をしました。現地で現金を引き出せるデビットカードを所持しているため、現金が必要であれば ATM で引き出す予定です。また、出発前に、カード決済の引き落とし口座に一定の金額を入れておきました。

・SIM カード：どこで購入するのかを決めておくとも楽です。私は Free mobile の店舗で購入しました。自分が所持しているスマホが SIM フリーのものか確認しておきましょう。

・荷物運送：運送せずに済むようにしました。航空券を予約する際に、預け入れ荷物の最大重量・最大個数に注意した方がよいです。

Ⅲ. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	エバー航空				
航空券手配方法	HIS（日本語ヘルプサービスを付帯させたため） *Skyscanner で航空券情報を調べました ※利用した旅行社・旅行サイト、格安航空券情報等があれば記入				
大学最寄空港名	シャルル・ド・ゴール空港	現地到着時刻	AM8:00		
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 type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> 電車)	<input checked="" type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他 ()
移動の所要時間	日本離陸時～寮到着 →約 20 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 シャルル・ド・ゴール空港～リール →TGV（私は格安の OUIGO を選択：19 ユーロ） リール～寮 →タクシー（Bolt：初回割引で半額の 5 ユーロ） ・SIM カードを獲得するまでの通信手段の確保が必要です					
大学到着日	8 月 18 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 checked="" type="checkbox"/> 一人部屋	<input 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 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 checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋	<input type="checkbox"/> 自分で探した <input type="checkbox"/> その他 ()
住居の申込み手順	大学から案内された All logment というサイトで寮の申し込みをしました。予約可能時間になったらすぐに予約した方がよいです。予約をする際に一定金額を支払う必要があるため、カード情報の入力が必要です。カードによっては決済ができない場合もあるので、予約をする際は複数のカードを手元に置いておくとうまいと思います。	

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？

渡航前の 5 月末に決定しました。All logment で予約後、寮が決定すると連絡が来ます。第 5 希望まで決めて予約することができるため、寮を希望する人は必ずいずれかの寮に入居できると思います。

予約決定後、ウェブサイトのマイページで必要書類を提出します。提出後、承認されるまで時間がかかるため、とにかく早めに出すことをお勧めします。住居保険（SMENO：他の会社でも良いと思いますが、これが推奨されていました。）と保証人代理サービス（VISALE）に登録する必要があります。デポジットなどの初期費用を支払い、支払い証明もアップロードします。提出書類に問題があるとメールが送られてきます。何かわからないことがあれば、All logment にとにかくメールをたくさん送ることをお勧めします。

寮の場合、平日の一定の時間帯に鍵を受け取る必要があるため、渡航日や入居日を決める際に注意してください。鍵を受け取る場所（大学の近く）は寮とは異なります。事前にルートを確認しておいた方がよいです。

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	ESPOL : 8/28-9/7 (9/4~授業スタート) ESTICE : 9/4-9/8 (9/7~授業スタート)
参加必須ですか?	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input checked="" type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は?	<input checked="" type="checkbox"/> 無料 <input type="checkbox"/> 有料 (金額:)
内容と様子は?	ESPOL : 留学生用のオリエンテーションがありました。一緒にランチを食べたりアイスブレイクを行ったりと友達が作れる環境が整えられていました。学部の説明・キャンパスツアー・リールの街ツアーなどがありました。 ESTICE : 留学生用のオリエンテーションがありました。履修登録を一緒に行ったり、ワインとチーズを楽しんだりしました。留学生の数が30人ほどで少ないため、担当者の方が手厚くフォローしてくれます。バディ制度があり、オリエンテーションで出会うことができます。
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	9月4・11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？

長期滞在ビザの有効化が必要です。

料金：50 ユーロ 方法：インターネット

サイトの案内に従って行えば全く問題ありません。有効化されたという証明書のダウンロードを忘れずに。

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？

・社会保障制度（セキュリテ・ソシアル）の登録

インターネットでの手続きで完結します。銀行口座情報が必要であったため口座開設後登録しました。口座情報以外は出発前に提出しておきました。全ての書類を提出後 3 日ほど社会保障番号が載った PDF をダウンロードすることができます。その後、一か月ほどで Vitale カードの申請書が送られてくるので、ameli.fr に登録してください。私はログインが上手くできなかったため、電話でアカウント作成を手伝ってもらいました。電話は繋がるまで時間がかかる上、英語での対応をお願いするまでも時間がかかるため根気強く待ちましょう。ログインができれば、Vitale カードの申請をオンラインで行うことができます。申請書を送り返すことでも申請できますが、オンラインの方が早いと思います。オンライン申請後約二週間でカードが届きました。

・住宅補助申請（CAF）

インターネットでの手続きで完結します。同じく口座情報が必要であったため口座開設後に登録しました。承認されるまで大分時間がかかるため、とにかく早く口座を開設することをお勧めします。登録後、一週間ほどで申込受理完了の書類が送られてきましたが、何の書類を提出すればよいのかが提示されなかった結果、対応が遅れてしまいました。最終的に、バディーと一緒に直接 CAF に書類を提出しに行きました。そのため、今処理中だと思われます。CAF に電話をしても英語対応はしてくれないので注意しましょう。

・健康診断や予防接種

現地到着までに留学先大学への提出が必要です。特定の予防接種を受けていない場合は到着後大学の医療機関で診断を受ける必要があります。日本で予防接種を受けた方が安心だとは思うため、受けていない予防接種がある場合は、早めに医療機関にアポイントメントを取ると良いと思います。私は、母子手帳を見て、必要な予防接種が完了していたため、明治大学のキャンパス内の医療機関で書類作成を依頼しました。費用は 1000 円で、地元の医療機関よりも安く済みました。手続きもとても楽だったので、キャンパス内の医療機関での書類作成をお勧めします。

3. 現地で銀行口座を開設しましたか？手続方法、必要書類、日数、料金は？トラブルは？

BNP Paribas にて銀行口座を開設しました。

必要書類：パスポート・住居証明書・（私は必要ありませんでしたが）入学許可書

料金：学生料金で無料…口座維持費→一年間無料・カード維持費→一か月に一回以上使用すれば無料

インターネットでも口座開設・予約が可能なようでしたが、私は店頭で全て行いました。明治大学からの留学生と一緒に手続きを行ったため、安心できました。予約は約 1 週間後しか取れないため注意してください（大学前の支店であれば予約なしで対応してもらえるそうですが、開設まで一週間強かかるそうです）。店頭では、英語で対応して下さったため、指示に従って書類や個人情報の提出をすれば問題ありません。口座開設後 3 日ほど経つと、アプリで残高等を確認できるようになります。キャッシュカードは口座開設後一週間ほどで届きます。

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？

携帯電話は購入していません。SIM カードを購入しました。

Free mobile の SIM カードで、110GB/12.99 ユーロのプランを選択しました。街中には無人販売機もあるようですが、私は店舗で購入しました。英語で丁寧に接客してもらえたため、とても助かりました。プランや購入方法はインターネットで調べられるため、事前に見ておくと良いと思います。

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？

- 出発前に (2~3・6~7月一日頃)
 オンラインで登録 志願書類に記入して登録 できなかった その他 ()
- 到着後に (8/9月末/始め (オリエンテーション中) 日頃)
 オンラインで登録 国際オフィス等の仲介 できなかった 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？

- あった 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？

留学生のみに開講されている授業がいくつかあります。

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

受講者数が限られている授業は

現地の生徒→メインの学部として所属している留学生→サブの学部として所属している留学生→その他の順番で優先されます。

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？

現地で変更・追加が可能でした。

ESPOL：アンケートに回答し、変更する場合はメールもしくは学生アシスタントに相談するという形での登録でした。時間割はサイトに掲載されますが、とても見にくいうえに、サイトに反映されていない科目や開講されていない科目が突如発表されるなどの問題がありました。学部のシステムがしっかりしていないため、疑問がある場合はすぐに事務室に連絡するとよいです。私は受講者数が限られている授業を一つ取ることができませんでしたが、コマ数を減らすか迷っていたので最終的な希望の通りに履修できました。

ESTICE：担当者にメールを送って登録・変更するという形での履修登録でした。オリエンテーション内で時間割が発表され、履修科目を考える時間が与えられました。疑問がある場合は担当者や他の留学生にすぐに聞ける環境であったため助かりました。ECTSが事前に与えられた資料（昨年度のもの）と異なることがありました。ESPOLの授業時間割に応じて取ることができない授業もありましたが、最終的な希望の通りに履修することができました。



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	起床	買い出し・	洗濯・
9:00	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	予習・復習・	旅行・
10:00		授業 1010-1210	授業 1000-1200	復習	授業 0930-1130	外出・外食	など
11:00		↓ (~10月中)	↓	授業 11-13	↓		
12:00	昼食	昼食	昼食	↓	昼食		
13:00	授業 1300-1500			授業 1330-1530			マルシェで 買い出し
14:00	↓	予習・復習		↓ (~10月中)	予習・復習		
15:00		↓	授業 1500-1700	授業 1540-1740	↓		
16:00	予習・復習	買い出し・ 作り置き等	↓ (10月~)	↓			
17:00	↓			↓			
18:00		日本語クラ スのボラン ティア					
19:00	夕食	↓	夕食	夕食	夕食		
20:00		夕食					
21:00							
22:00							
23:00							
24:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝



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。

留学先大学：

各国・各地域からの留学生を受け入れている大学だと感じています。日本からの留学生も、明治大学以外にも多くの留学生を受け入れており、出会った中でも20人ほどはいると思います。キャンパスや図書館はきれいで不自由なく使うことができます。

プログラム（授業）：

自分のリスニング能力の問題で授業を完全に理解することは難しいのですが、予習復習を重点的に行ったり教授に質問したりすることでなんとかついていっています。「日本でも一回で完璧に理解できてはいなかったのだからどうにかなる」という精神で生きています。英語開講科目は案外限られているので、開講科目と単位数をしっかりと見てから所属する学部を決めた方が良いでしょう。

宿舎：

特に問題なく使用しています。トイレの電気が切れているのに交換されない・工事の音がうるさい・壁が薄いなどといったことはありますが、特に生活に支障があるほどではないです。大学から近く居住者も多い寮であるため、多くの知り合いを作ることができました。日本語が話せる留学生や日本人（明治大学・上智大学）が同じ寮にいたので、何か困ったことがあったら相談できる環境で、非常に助かっています。

生活：

日本と比べて清潔ではありませんが、特に問題なく暮らしています。窓に網戸が付いていないために、換気をしようとするとうどうしても虫の侵入が気になるという点が一番の懸念です。

10月15日からヒーターが使用できるとのことだったのですが、まだ機能しておらず、9月中旬ごろから朝夜は特に寒いです。カーディガンなどの羽織れるものを多めに持参することをお勧めします。

とにかく物価が高く、節約が難しいと感じています。

寮で出会った友達や授業が一緒の友達と旅行をしたり一緒にご飯を作ったりと楽しく生活できています。

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。

フランスへの留学は何かと手続きが多く、明治大学での学生生活と留学準備の両立が難しいときもあります。特に、ビザ申請が本当に時間がかかる上、適切な説明がないため、同じくフランスに留学する人と助け合いながら申請すると良いでしょう。留学準備の際は、とにかく多くの情報を集めましょう。調べると、明治大学以外の学生の留学報告書も見ることができます。明治大学で行われるオリエンテーションで、同じ大学の人と知り合うことができるので、LINEグループを作って情報共有を欠かさないようにすることをお勧めします。

私は元々ドイツ語を若干習ったことがあり、第二外国語はドイツ語にしようと思っていました。しかし、時間割の関係で第二外国語を履修することができないまま交換留学を行う学年になりました。フランス語も同じく時間割の関係で履修できず、独学での勉強もほぼ行わないまま留学に挑んだという状態です。言語の面で不安がある方は、こんなにフランス語を勉強したことがない人でも留学しています！とお伝えしたいです。もちろんある程度は学習するべきだったとは思いますが、交換留学先が決まってから学習できる内容とレベルには限りがあるので、そこまで執着しなくてもよいのかなと思います。

リール・カトリック大学を希望する方がいらっしゃいましたら、お気軽にご連絡ください！

担当者に連絡すればメールアドレスを教えてください！