

留 学 報 告 書

記入日:2019年1月28日

所属学部／研究科・学科／専攻	国際日本学部
留学先国	フランス
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: リヨン政治学院 現地言語: Sciences Po Lyon
留学期間	2019年9月～2019年12月
留学した時の学年	3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)
留学先での所属学部等	DEFS(留学生向けの英語で開講されるコース) <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。
帰国年月日	2020年1月6日
明治大学卒業予定年	2021年3月
留学先大学について	
形態	<input checked="" type="checkbox"/> 国立 <input type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> その他
学年暦	1学期:9月～1月 2学期:2月～5月 3学期: 4学期: (記入例/1学期:4月上旬～7月下旬, 2学期:9月中旬～2月上旬)
学生数	約1500
創立年	1948年

留学費用項目	現地通貨 (ユーロ)	円	備考
授業料	300	36000円	別途送金代も必要(4千円)
宿舍費	2200	264000円	Cafを申し込まなかったため高かった。
食費	1666	200000円	自炊していたが食材が高かった。
図書費	0	0円	特に買わないといけない本はない。
学用品費	0	0円	文房具などは日本から持って行ったほうがよい。
携帯・インターネット費	115	13800円	Freeという会社のSIMを使った。安くおすすめ。
現地交通費	0	0円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	29	3456円	Netflixに払った。さみしいときによい。
被服費	83	10000円	半期ということもあって服はほとんど買ってない。
医療費	0	0円	
保険費	350	42000円	形態:明治大学で払うもの。補助金のおかげで2万円安くなった。
渡航旅費	2000	240000円	もっと安くとるべきだった。
ビザ申請費	221	約27000円	日本で払う分とフランスで払う分がある。
雑費	833	100000円	まな板からシーツまですべて買わなければならない。IKEAでやすくおさえた。
その他	2500	300000円	旅行費。バイト代を使った。
その他		円	
合計	10297	1235640円	移動費、旅行費さえ押さえれば100万は超えない

渡航関連	
渡航経路	
往路 出発地:羽田空港 目的地:シャルルドゴール空港 経由地:ドバイ国際空港 復路 出発地:アールンダ空港 目的地:成田空港 経由地:スワンナブーム空港	
渡航費用	
①往復チケットを購入した場合 航空会社: _____ 料金: _____	
②片道ずつチケットを購入した場合 往路 航空会社:エミレーツ 料金:16万円 復路 航空会社:タイ航空 料金:8万円 ∴合計:24万円	
航空券購入方法	
<input type="checkbox"/> 旅行代理店(店名: _____) <input checked="" type="checkbox"/> インターネット(サイト名:エクスペディア) <input type="checkbox"/> その他(_____)	
滞在形態関連	
1)種類(留学中の滞在先)(例:アパート, 大学の宿舎など)	
<input checked="" type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前:Residence des Quais) <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ	
2)部屋の形態	
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 _____)	
3)共有部分	
<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可)	
4)住居を探した方法:	
学校からの斡旋	
5)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)	
7月半ばに寮の手続きの連絡が来る。気長に待たなくては行けない。しかし学校の不手際で寮に関するメールが来ず自分で探す羽目になった人もいる。7月になったら学校に催促の連絡を入れてもいいかもしれない。	
現地情報	
1)留学期間中、病気やケガをされましたか。した場合、どこで治療を受けましたか。(例:現地の病院, 学内の診療所)	
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり(治療を受けた場所: _____)	
2)留学期間中、学内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。(例:留学先大学の相談窓口, 現地の友人等)	
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり(問題の内容や相談した人等: _____)	
3)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?	
インターネットで調べて危ないところには近づかないようにした。慣れてくれば本能的にわかるようになる。	
4)携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。(例:寮のインターネット接続が不安定で1週間に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェではWIFI接続が可能であったので、寮で使用できない時はカフェに行った。)	
寮のインターネットは問題なかった。現地のSimも問題はなかった。	
5)現地での資金調達はどのように行いましたか?(例:現地に銀行口座を開設して日本の親から送金してもらった。銀行口座は現地で外国人登録をしないと開設できない。また、クレジットカードも併用していた。)	
はじめに日本から600ユーロほど持っていった。足りなくなった時はデビットカードを使ってATMから通貨を引き出した。	
6)現地では調達できない日本から持っていきべき物があれば教えてください。	
フランスのシャンプー、リンスが合わないうえ乾燥がひどく髪が痛んでしまった。日本人の髪に合うヘアオイルなどがあるといいかもしれない。	
7)【授業料負担型の方】授業料の支払方法、支払時期等について教えてください。(例:渡航前に自分で指定したクレジットカードで支払った、現地で開設した銀行のチェックで支払った。)	

学習・研究活動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)

1)留学先で取得した単位数合計	本学で認定された単位数合計 ※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。
25ects(13)単位	<input type="checkbox"/> 単位 <input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由:)
2)履修登録の時期・方法及び履修制限	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前 <input type="checkbox"/> 出発後 <input checked="" type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input type="checkbox"/> オンライン <input type="checkbox"/> メール <input checked="" type="checkbox"/> その他(紙に書いて提出) ・履修の制限はありましたか? DEFS のコースの中からしか選べない	
3)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も含めてお書き下さい。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):	履修した授業科目名(日本語):
Stage Start's Sciences Po Lyon	プレモジュール
科目設置学部・研究科	DEFS
履修期間	9月2日から9月17日
単位数	4ects
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	両方(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に180分が4回
担当教授	Philip Jacobson
授業内容	フランス語の基礎講座、そして政治の授業や図書館の使い方講座なども開かれた。
試験・課題など	最後の日にフランス語のテストがあった。
感想を自由記入	これは選択制なうえに有料なので(300ユーロだが送金代などで4万円かかる)、半年間しか行かず物足りない人や、フランス語に不安を抱えている人だけではないと思う。

履修した授業科目名(留学先大学言語):	履修した授業科目名(日本語):
French Politics	フランスの政治
科目設置学部・研究科	
履修期間	秋学期
単位数	3
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義形式(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に120分が1回
担当教授	Thiery Fotin
授業内容	フランスの政治について。
試験・課題など	期末試験がある。エッセイ形式。
感想を自由記入	フランス政治についてなので相当興味がないと難しいと感じた。インターネットで日本語で書いてあるまとめを見るといいと思う。無理に英語で理解しようとしなくていい。

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
Europe's nuclear independence		ヨーロッパの核	
科目設置学部・研究科			
履修期間	秋学期		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に120分が1回		
担当教授	Thierry Fotin		
授業内容	核がどのように拡張し、抑止力となったかを学ぶ。		
試験・課題など	期末試験。エッセイ方式。2問から1問を選んで書く。		
感想を自由記入	核問題なので比較的興味は持ちやすいかなと思う。専門的な内容もあるので早めに取り掛かるとよい。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
The special relationship		アメリカとイギリスの特別な関係	
科目設置学部・研究科			
履修期間	秋学期		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に120分が1回		
担当教授	Thierry Fotin		
授業内容	アメリカとイギリスの関係について、第二次世界大戦後からふりかえる。		
試験・課題など	期末試験。エッセイ方式。2問から1問を選んで書く。		
感想を自由記入	世界史を学んだ人にはそこまで難くないと思う。日本史専攻の人は世界史の教科書を持っていくといいと思う。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
European Imperialism in the 19 th Centruy		ヨーロッパにおける19世紀の植民地支配	
科目設置学部・研究科	Martin Porter		
履修期間	秋学期		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に120分が1回		
担当教授			
授業内容	19世紀ヨーロッパの植民地支配はどのように進められたか。		
試験・課題など	期末試験。エッセイ方式。		
感想を自由記入	先生が陽気で面白かった。アジアにも触れるので興味も持ちやすい。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
Unification of Italy		イタリア統合	
科目設置学部・研究科			
履修期間	秋学期		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に120分が1回		
担当教授	De Caro Marcello		
授業内容	イタリアがどのように統合されたか学ぶ。		
試験・課題など	期末試験。エッセイ方式。		
感想を自由記入	世界史で学んでいる人にはさほど難しくないと思う。わたしは知らないことだらけだったので、ネットを使って内容の理解に努めた。プレゼンをする必要あり。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
Cites and aspects of globalization		グローバル化の進んだ都市とその側面	
科目設置学部・研究科			
履修期間	秋学期		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に120分が1回		
担当教授	Mrs.Sadouni		
授業内容	都市について学ぶ。リヨンについてもいろんな機能的方面から分析する。		
試験・課題など	期末試験。エッセイ方式。グループで発表とレポート。		
感想を自由記入	都市学や環境に興味がある人には面白いと思う。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
Justice and democracy in the era of globalization		グローバリゼーションの世の正義とデモクラシー	
科目設置学部・研究科			
履修期間	秋学期		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に120分が1回		
担当教授	Mrs.Papaefthymiou		
授業内容	本などの文献をもとに、社会の在り方や概念についてまなぶ。		
試験・課題など	レポートかグループプレゼンか選べる。		
感想を自由記入	パワポや板書がないので授業内容の理解が難しかった。レポートは好きな題材を選ぶことができ自由度が高い。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
Comparative Politics of Immigration		移民に関する比較政治	
科目設置学部・研究科			
履修期間	秋学期		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に120分が1回		
担当教授	Friederike Alm		
授業内容	移民に関する世界各国の取り組みを学ぶ。授業はほとんどグループプレゼンをきくだけだった。		
試験・課題など	中間レポートと期末レポート		
感想を自由記入	授業のほとんどプレゼンを聞くだけで期待外れだった。先生が早口の英語を話すので理解に苦労した。		

卒業後の進路について

1) 進路 ※3年生以下の方は今後の予定を記載してください(下記2以降は記入不要)
<input type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input checked="" type="checkbox"/> その他:就職活動を始める予定
2)進路決定の際に活用したウェブサイト, 書籍, 機関など
3)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) ※就職活動をこれから始める場合は, 差し支えなければ現時点で希望する業界, 職種等を教えてください。
4)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:留学中の就職活動へ向けた準備, 帰国後に就職活動を始めるにあたり注意すること等。就職活動を不安に思い, 留学を断念する方もいます。ご自身の経験を踏まえてアドバイスをお願いします。) ※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。
5)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。
6)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)をお願いします。
7) その他を選択した方は, その進路を選択した理由と, 留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

留学に関するタイムチャート

留学するまでの準備, 試験勉強, 留学中, 留学後, 特に留学に関連して発生した事項を記入してください。例: 語学試験の勉強, 選考, 出願, ビザ申請・取得, 航空券購入, 予防接種, 滞在先の確保, 留学中の中間試験, 期末試験, その他イベント等

2018年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	11月はじめ 出願 12月はじめ 面接 12月半ば 留学先決定
2019年 1月～3月	
4月～7月	5月ごろ 留学先から手続きの書類が送られてくる→提出 6月ごろ 入学許可証が来る 7月ごろ VISAの申請 住居の手続き 航空券と寮までの手配 pre-moduleの参加費を送金
8月～9月	8月半ば 住居の手続きを終える・VISA取得 8月終わり 渡仏 9月はじめ 学校が始まる
10月～12月	10月終わり バカンス 12月半ば テスト
2020年 1月～3月	1月初め 帰国
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	

留学体験記(任意)

私は、政治が学びたいという思いでリヨン政治学院に出願しました。特に移民問題に関心があったので、その問題と向き合っているフランスを選びました。出願のときから大変だとは思っていましたが、留学の準備を始めると想像以上に困難が多くありました。フランスの大学に出願する方は、フランスのやり方に慣れる必要があるかと思います。例えば連絡が遅かったり手続きが複雑だったりします。そんな準備をやっと終えて始めた留学生活の最中も、普段意識せずにできていることが非常に難しく感じ、そのために日本が恋しく感じる時もありました。しかし、世界各国からきているクラスメイトと過ごす毎日は非常に刺激的で多くのものを与えてくれました。

今からリヨン政治学院に出願しようと思っておられる方への注意点を3つ述べたいと思います。

1 つ目は準備を早めしておくこと。フランスから書類が来るのは4月から5月なのでとても遅いです。そこから8月に渡航するためには急いで準備をする必要があります。VISA や航空券などの手配は急いだほうがよいです。

2 つ目はヨーロッパの歴史や文化を学んでいくこと。世界史の本を読んだりフランス人の友達を作ったりと方法はいくらかでもあると思います。とにかく何かしらに興味をもっているいろいろ調べておく授業でも日常生活でもとても役立つと思います。

3 つ目は言語を磨いておくことです。最低でも日常会話程度の英語とフランス語は勉強していったほうが良いと思います。言語の壁がなくなるだけで生活や学習は格段に楽になります。私は英語も自信がないまま、フランス語に関しては挨拶しかできない状態で留学を始めてしまいました。そのことで留学中は非常に苦労したので、ぜひ皆さんは勉強して確かな語学力と自信をもって挑んでください。以上3つが私からの助言です。

ここまでネガティブなことばかりを書いてしまいましたが、もちろん留学には楽しいこともありますし貴重な経験もたくさんできます。リヨン政治学院に行ってよかったか聞かれたら確実に「イエス」というでしょう。充実した留学生活を送るためにも頑張って準備をして、そして現地での1日1日を大切にしてください！

(質問等あれば事務室でメアドを聞いて質問してください)