

# 国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

<b>研修名</b>	バルセロナ自治大学春季
------------	-------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	36,638 円	
図書費	0 円	
学用品費	4,240 円	教科書
携帯・インターネット費	4,106 円	現地購入
現地通学費	0 円	(研修先まで 30 分): 徒歩
教養娯楽費	0 円	
被服費	178,418 円	
雑費	187,842 円	お土産など娯楽費
その他	49,417 円	例:FCBARCELONA
その他	6,513 円	例:GIRONA 特急代
<b>合計</b>	<b>288,756 円</b>	

**渡航準備について**

**1)ピザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか**

ピザの必要なし

---

**2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか**

現金の用意方法:  
 その他用意したもの:  クレジットカード  デビットカード・キャッシュパスポート

---

**3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか**

SIM カードは AMAZON で購入したものを持って行ったが、電話番号が確認できなかったため、現地で購入した。ホストファミリーがお店まで案内してくれたので、購入の際に不安はなかった。現地で購入したほうが安い。WiFi は家庭のものをお借りした。

---

**4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか**

ティッシュペーパー: 大気汚染か花粉で鼻水が止まらなくなった。また家庭にティッシュペーパーはない。  
 ゴミ袋: 体調が悪くなり嘔吐した際に役立った。  
 薄手のジャケット: 寒暖差が激しいので、厚手のものより薄い上着を重ね着したほうが好ましい。

**現地情報**

**1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。**  
(例: 研修の相談窓口、現地の友人等)

なし  あり (問題の内容や相談した人等: )

特記事項:

---

**2)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?**

INSTAGRAM でバルセロナに関しての情報をまとめている方を参考にした。またホストファミリーから近寄ってはいけないところを聞いた。貴重品は腰バックに入れた。犯罪には巻き込まれなかった。

---

**3)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。)

日本の電話番号を登録しているサービスを利用するときに、いちいち SIM カードを入れ替えるのが面倒くさかった。クレジットカード決済を行うときに日本の電話番号が必要になる場合があり、WIFI 環境で決済を行う必要があった。

## 滞在形態関連

### 1) 留学中の滞在先の種類

寮・アパート  ホームステイ  ホテル

### 2) 部屋の形態

個室  相部屋(同居人数 人)

### 3) 共有部分

バス  トイレ  キッチン( 自炊可  自炊不可)

### 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)

ホストファミリーと仲良くなるためには元気にたくさん会話することが重要だった。「BARCA のファンだよ」と言うすぐに打ち解けることが出来た。最初は英語もスペイン語も全くできなかったが、めげずに会話を毎日することで最後には話せるようになった。ホストルールがある場合はキッチリ守るほうが良い。キッチン使用禁止と言われていたが、電子レンジくらいいいだろうと思い、レンチンの食品を購入したことがあった。もちろんホストファミリーに確認をとったが、「今回はいいけど次はないからな」と念を押された。大抵のことはどうにかなると感じた。

## プログラム選択の参考となる点を記載してください

### 1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容

基本的なスペイン語での会話・文法を学べます。未経験でも大丈夫です。

### 2) 課外プログラムについて

放課後は自由です。

### 3) 滞在先・現地での生活に関すること

ホストファミリーとの生活ではルールに従いましょう。カタルーニャの伝統的な料理、文化を学べます。

## 留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200 字以上)

この研修を選んだのは、FC バルセロナが好きだからです。いつか現地に行って観戦しようと思っていたところ、このプログラムを発見し応募しました。将来何回もバルセロナにはいきたいと考えており、スペイン語の習得にも前向きでした。スペイン語が全くできなくとも、帰るころには英検でいうところの 3 級程度の実力にはなれます。初心者用単語帳と少しの文法事項と挨拶だけしか覚えていませんでしたが、どうにかなりました。発音などの確認は行わないので、最低限発音と基本的な挨拶を覚えていけば何とかなります。中国人留学生が非常に多いです。中国人の友達とは英語を使って会話しました。彼のおかげで英語を学ぶ機会がありました。バルセロナの朝夕は涼しく、日中は日差しが強いため少し暑いです。日中は半袖、朝夕は薄手のジャケットがあると丁度いいです。雨が降ることは珍しく、基本的に晴れです。雨が降っても大した雨量ではないので現地の人はほとんど傘を差しません。春は大気汚染もしくは花粉の影響で目、鼻、のどがおかしくなります。ティッシュペーパーを多めに持っていくのがよいでしょう。食料品の値段が比較的日本よりも少し高額でした。MERCADONA と CONDIS というスーパーがおすすめです。生活に必要なものはこの2つのスーパーで揃います。中心部の飲食店はスペイン人経営ですが、中心地から離れるとどのカフェもバルも中国人経営のものが多いです。タクシーはパキスタン人です。バス、電車は Tmobilitat のエリア1を購入すればバルセロナの中心エリアは乗りたい放題です。

ホストファミリーとの関係は大事です。私は FC バルセロナのファンという共通項を持っていたことで会話の種を増やせました。またカタルーニャの伝統料理や文化を教えてください。旅行では味わえない貴重な体験を得られます。体調不良や旅行の計画などはホストファミリーと相談すると、親身に一緒に対処してくれます。

# 国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

<b>研修名</b>	バルセロナ自治大学語学研修
------------	---------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	60000 円	
図書費	15000 円	学校のテキスト+お土産
学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	4000 円	SIM カード(スペイン国内のみ、100GB)
現地通学費	4000 円	(研修先まで徒歩で 20 分) 1 か月交通機関乗り放題の券を買った
教養娯楽費	160000 円	(マドリド、ポルトガル旅行)(Barça の試合、美術館等の入館費)
被服費	円	
雑費	17000 円	
その他	円	例:
その他	円	例:
合計	260000 円	

## 渡航準備について

<b>1)ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか</b>
ビザは取得してません。
<b>2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか</b>
現金の用意方法: 日本で換金 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input checked="" type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート
<b>3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか</b>
日本で電話番号無しのSIMを買っていったが、現地では WhatsApp での連絡が主流であり、電話番号が必要だったので、Vodafone という会社の電話番号付き SIM を現地で買った。
<b>4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか</b>
現地では、手を拭くものがないため、ウェットティッシュは役立ちます。私が現地に行ったときは、気温が日本よりも暖かかったため、暑がりの人は長袖はそれほど必要ないでしょう。ユニクロのウルトラライトダウンと半袖でちょうどよかったです。バックに付けるダイアログ式の鍵はスリ対策になるでしょう。日本の薬は必須でしょう。

## 現地情報

<b>1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:研修の相談窓口、現地の友人等)</b>
<input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: ) 特記事項: 一晩高熱が出たので、ホストファミリーに言ってご飯を部屋まで持ってきてもらった。薬を飲めば治ったので、良かった。
<b>2)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?</b>
日本と同じく、悪い人はいることにはいるのでしょう。危険地帯はその土地をよく知るホストファミリーに聞きました。研修中は犯罪等には巻き込まれなかったです。肩掛けカバンのチャックにダイアログ式の鍵を付けていたのも効果的だったでしょう。また、一人で歩くときは、おどおどせずに、堂々と歩くのも、犯罪に巻き込まれないために必要でしょう。
<b>3)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。)</b>

学校とホームステイ先のネット環境はある程度よかったです。研修中に、ポルトガル旅行をした際、スペインで使っていた SIM カードが使えなくなり、日本から持っていった電話番号無しの SIM カード(ヨーロッパ諸国で使えるもの)に付け替え、無事使用できました。その他は異常なしてました。

滞在形態関連	
<b>1) 留学中の滞在先の種類</b>	
<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル	
<b>2) 部屋の形態</b>	
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数   人)	
<b>3) 共有部分</b>	
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン( <input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)	
<b>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)</b>	
バルセロナは現在深刻な水不足にあるため、政府が水の使用制限の警告を出している状況です。そのため、8時～9時の間で3分間しかシャワーは浴びることができませんでした。しかし、これは日本では味わえない良い経験だと思います。部屋は一人一人用意されていて、とても快適でした。朝ご飯と夜ご飯は作ってくれて、夜ご飯は毎日ホストファミリーと卓を囲み一緒に食べていました。一緒に夜ご飯を食べるときは、スペインや日本のことについてスペイン語や英語を頑張って使い会話をしていました。とても楽しく、スペイン語のコミュニケーション力も成長しました。会話が全く理解できない時や単語がわからない時が多々あったため、その時は翻訳アプリやジェスチャーを使っていました。伝えようとするパッションがとても重要でしょう。	

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
<b>1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容</b>	
本研修の授業は、すべてスペイン語で行われ、みんなが理解できない時などに、補助言語として英語が用いられていました。最初は、先生の言っていることが全く理解できず、授業でどこをやっているのかわからないこともありましたが、粘り強く毎日出席して、積極的に授業に参加しているうち、だんだんと授業を理解できるようになっていました。授業は少人数授業で行われ他国出身の子もいるため、彼らとのコミュニケーションは英語でした。また、他国出身の子達は授業にとっても積極的にたくさん発言をするため、自分も負けなようにと積極的に発言をしていました。	
<b>2) 課外プログラムについて</b>	
参加していません。	
<b>3) 滞在先・現地での生活に関すること</b>	
バルセロナはカタルーニャ州に属しているため、駅名やバス停の名前、その他建造物名がカタルーニャ語であることが多く、とても印象的でした。街並みも綺麗で、気温も暖かくとても過ごしやすかったです。気温が暖かく湿度もあまりなく過ごしやすい環境であるため、バルセロナの人々は優しく、明るく、自分に余裕があるという印象を持ちました。とにかく過ごしやすいです！！	

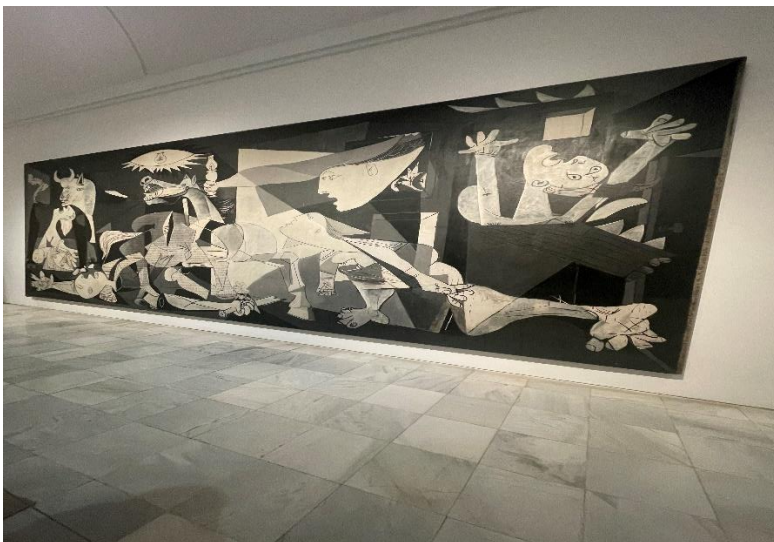
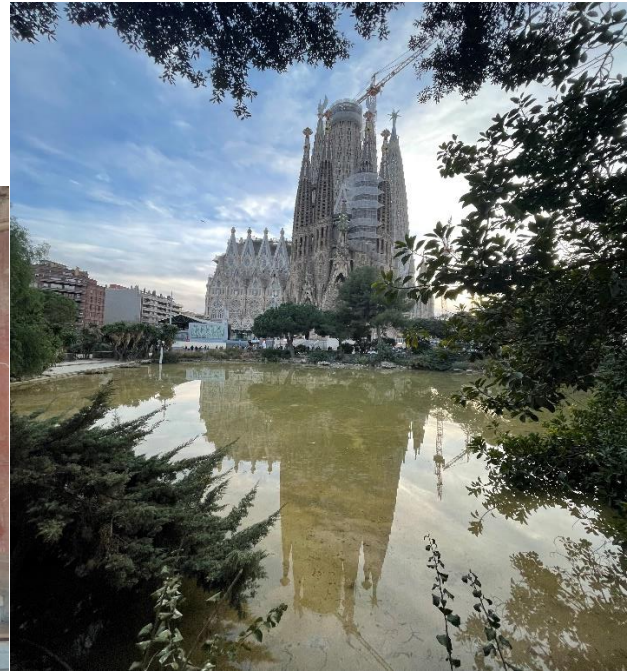
### 留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200字以上)

<p>私は今回の研修が初の海外渡航経験でした。研修自体に参加するかもとても悩んでいて、1次募集の時は申し込まず、2次募集の時ようやく決心して申し込みました。参加した理由は、大学の第二言語でスペイン語を2年間履修し、大学の履修科目の中でも一番頑張っていたので、それを活かす機会が欲しかったからです。また、海外渡航経験がなく英語も全然話したことがなかった自分にとっては英語とスペイン語の両方を練習できる絶好の機会でもあったからです。</p> <p>プログラム参加前は、一か月という短い期間でどのくらい言語力が伸びるか心配でしたが、プログラム後半になるにつれある程度の会話はできるようになっていて、成長を実感できた。スペイン語しか話することがない空間に身を置いたことが、成長できた理由だろう。スペインでは、第一言語がスペイン語で第二言語が英語というのが普通で、日本のように、英語を話す人の方が優れていると考える風潮はなく、スペイン人はみんな自分の言語に誇りを持ち、堂々と話しているように感じ取れた。そのため、ホストファミリーとの会話も基本スペイン語で、もしわからないところがあった場合に、それを説明する補助言語として英語を用いていた。毎晩、夜ご飯を食べる時は、ホストファミリーと卓を囲んで食事をして、今日の出来事や日本の話をしていたため、その時間でスピーキング能力が確実に向上したと実感している。また、研修中の行動は、日本人の友達と一緒にするのもいいと思いますが、一人で色々なところへ行くこともお勧めします。一人で行動して何かしら疑問や問題(地下鉄のチケットの買い方、美味しいレストランはどこ?)が生</p>
---

じたら学んだスペイン語を使い地元の人に聞いてそれらを解決していました。こうしたことでスペイン語を使った会話することの躊躇いや羞恥心がまったくなくなりました。地元の人に対して、人気のレストランをどこですか？などと尋ねて、ネットを使わずにレストランを探すのもいいでしょう。

この研修を選んで後悔することは絶対ないだろうと私は思います。





# 国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	バルセロナ自治大学 2023 春季
-----	-------------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	約 60000 円	
図書費	0 円	
学用品費	4240 円	
携帯・インターネット費	4231 円	
現地通学費	3487 円	(研修先まで電車で約 15 分) T-mobilitat を現地で購入。
教養娯楽費	約 38000 円	
被服費	0 円	
雑費	約 2800 円	
その他	約 60000 円	例: 旅行代(交通費+宿泊代)
その他	約 78000 円	例: お土産代
合計	306,839 円	

## 渡航準備について

<b>1)ピザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか</b>
特にありませんでした。
<b>2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか</b>
現金の用意方法: 渡航前に祖母から昔のユーロで 10 万円分ほどもらいました。 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート
<b>3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか</b>
WiFi は、ホームステイ先と学校の WiFi に繋がりました。 SIM は airalo というアプリをダウンロードして eSIM を利用しました。時々、公共交通機関の中や建物の中で、接続が悪くなることはありましたが、困ったことはなかったのだからオススメです。
<b>4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか</b>
バルセロナは電気代が高いこともあってか、外が寒くても、室内で暖房をつけていないことが多々ありました。なので、小さめの毛布やもここの靴下を持っていくことをオススメします。また、レストランやカフェでお手拭きが出てこないことがほとんどなので衛生面に敏感な人はウェットティッシュも持っていくといいと思います。

## 現地情報

<b>1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)</b>
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: ) 特記事項:
<b>2)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?</b>
バルセロナの情報を発信しているインスタグラマーをフォローしていました。カバンのファスナーは常に締め、電車の中や少し治安が悪そうなどでは体の前にカバンを持ってくるようにしていました。また、カバンの紐も太めで頑丈そうなものを選び、簡単には切られにくそうなカバンを持っていきました。
<b>3)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。)</b>

前述したように、公共交通機関の中や建物の中で時々接続が悪かったです。ですが、電車の中で接続が悪くなった時は、ある一定の区間のみでその区間を抜けると接続できるような状況だったので、特に不便さは感じていませんでした。

## 滞在形態関連

### 1) 留学中の滞在先の種類

寮・アパート  ホームステイ  ホテル

### 2) 部屋の形態

個室  相部屋(同居人数 1人)

### 3) 共有部分

バス  トイレ  キッチン( 自炊可  自炊不可)

### 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)

滞在先のホストファミリーはとても親切な方達で、これまでも多くの学生を受け入れてきたホストファミリーだったので学生の受け入れにも慣れていて、自由にスペイン滞在を楽しませてくれました。片言のスペイン語で話すと、笑顔で耳を傾けてくれたので、とても話しかけやすかったです。また、ホストマザーが作ってくれる夜ご飯もとても美味しかったです。これから留学する人へのアドバイスとしては、スペイン語を少しでもたくさん勉強して渡航することです。私は、渡航前にほぼ全くスペイン語を話せない状態で参加して、最初の方はかなり苦労したので、これから参加する人には現地に行く前にたくさんスペイン語を勉強して、万全の状態でもらいたいです！

## プログラム選択の参考となる点を記載してください

### 1) 研修先で役立つと感じたプログラムや内容

留学前の事前研修で、自分の目標設定をしたことによって、自分の目標を確認することができ、現地についてからも目標を意識しながら日々過ごすことができました。事前研修で書いた自分のキャリアプランや目標設定のワークシートはぜひ現地にも持っていくと良いと思います。

### 2) 課外プログラムについて

大学での授業の後は、基本的に自由で、バルセロナ市内を観光したり、美味しいスペイン料理やスイーツを楽しむことができ、スペインを思う存分に楽しむ時間がたくさんあります。週末には、国内の遠方に旅行したり、国外に旅行している人もいて、スペイン内部の多様な文化を知れるだけでなく、近隣のヨーロッパ諸国に比較的簡単に足を運ぶことができるのもこのプログラムの魅力だと思います。

### 3) 滞在先・現地での生活に関すること

バルセロナは公共交通機関も発達していて、街中も綺麗で、日本と似ている点はいくつかあり、生活しやすい地域だと思います。ただ、水不足の影響で、水を日本にいる時のようには使えなかったり、昼夜の寒暖差が激しくて服装の調節が難しい時もあったので、最初の方はカルチャーショックを多少受けるかと思います。しかし、歴史ある国で、今でも街中にその名残が残っていたり、街並みもとてもおしゃれで綺麗なので、参加を検討している人は、ぜひ一歩踏み込んでみて欲しいです！素敵な思い出が本当にたくさんできると思います。

## 留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200字以上)

私がこのプログラムを選んだ理由は、スペインという国への好奇心からでした。私は、このプログラムに参加するまでスペイン語を習ったことがなかったので、当初はこれとは別のプログラムに参加することを考えていましたが、周りからスペインへ行くことを強く勧められ、興味を抱いたのがきっかけでした。このプログラムは、スペイン語を習ったことがない人でも参加可能ですが、実際、現地に行ってみると、想像以上にスペイン語に囲まれた生活だったので、このプログラムへの参加を考えている人はA1レベルのスペイン語は話せるようにした状態で参加することをお勧めします。スペインでの生活は、すべてが新鮮で、日本とは全く違う文化に触れる機会が沢山あったので、自分の視野を広げることはもちろん、人としても大きく成長することができます。また、英語圏ではない国で生活できたという経験が大きな自信に繋がったので、本当に参加してよかったと思っています。スペイン語を習ったことがある人はもちろん、習ったことがない人や、ヨーロッパに興味がある人、英語圏ではない国での生活を体験してみたい人、長期休暇を利用して大きく成長したい人にはこのプログラムはピッタリだと思います。このプログラムに興味があったり、参加を検討している人は、ぜひ勇気をだして一歩踏み込んで欲しいです！



# 国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

<b>研修名</b>	バルセロナ自治大学短期語学研修
------------	-----------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	20000 円	昼ご飯はスーパーで調達するなど工夫をして節約した
図書費	4000 円	学習用にスペイン語の本を購入 + ガウディの本を購入
学用品費	8000 円	途中でクラス変更をしたため教科書2冊を購入
携帯・インターネット費	3500 円	
現地通学費	3000 円	(研修先まで 25 分)
教養娯楽費	15000 円	各観光地の見学費など
被服費	15000 円	ジャケットと防寒用のスウェットを購入
雑費	30000 円	お土産代
その他	50000 円	例: マラガへの旅行費 / 日帰り旅の特急列車代
その他	円	例:
<b>合計</b>	<b>1465000 円</b>	

## 渡航準備について

<b>1)ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか</b>
特になし
<b>2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか</b>
現金の用意方法: 日本の両替所で現金400ユーロを用意した。現金は多少持つとよいが多めに持つ必要はないと感じた。 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input checked="" type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート
<b>3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか</b>
私は ahamo で契約をしているため、2 週間ほどは日本で契約しているプランのまま通信をすることができました。現地に到着してすぐに Orange という携帯ショップで100GB(1 種類しかなかった)の sim を 20 ユーロで購入していたため、残りの期間はそれを利用しました。
<b>4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか</b>
スリッパ、鏡、ドライヤー、チャック付きのトートバックは準備して行って良かったと思います。日本食は食べるタイミングがほとんどないので準備しなくても大丈夫なように感じました。

## 現地情報

<b>1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)</b>
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: ) 特記事項:
<b>2)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?</b>
カバンには、カードやお金を入れたお財布をつなげて入れておいて、前にくるようにして持つように意識していました。盗難などの犯罪に巻き込まれることはありませんでした。
<b>3)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。)</b>

学校の Wi-Fi は接続が悪い時がありました。家の Wi-Fi の接続は良かったです。

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類	<input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル
2) 部屋の形態	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人)
3) 共有部分	<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン( <input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可)
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)	私は、おばあさんが一人暮らしをしているお家に明治大学のほかの学生の方と二人でホームステイをしました。水不足が深刻化している時期だったため、お風呂はなるべく短時間ですませる、また、洗濯は週に一回という制限がありました。事前にハウスルールを確認したり、インナー類を多めに持っていくという工夫をするとよいと思います。また、1日で気温の変化が大きく、部屋が寒いこともあるので、羽織ることのできる服を1着持っているとうよいと思いました。ホストファミリーは、やはりバルセロナの情報を多く知っているので、観光のおすすめを聞くなど積極的に話をすることでスペイン語の上達にもつながると感じました。

プログラム選択の参考となる点を記載してください	
1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容	平日にあるスペイン語の授業がとてもよかったですと感じています。先生は、基本はスペイン語で授業をしますが、わかるように工夫して伝えてくれたり、理解ができないときには英語で説明をしてくれたりするので学習面で不安に感じることは一切ありませんでした。
2) 課外プログラムについて	課外プログラムはとくになし。
3) 滞在先・現地での生活に関すること	朝・夜ごはんはホストファミリーが用意してくれました。昼ご飯は、放課後に友達とご飯を食べに行ったり、近くのスーパーで買ったものを食べたりなど工夫していました。バルセロナでは、主に地下鉄に乗って生活をしていました。交通の便が良いので、いろいろな場所を回るのにとてもよかったです。

### 留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200字以上)

英語圏ではない国で一定期間生活してみたいと思っていたこと、そして1年生の時に第二外国語としてスペイン語を選択していたことからこのプログラムを選びました。このプログラムの魅力は、ホームステイであること、そして、学校と自由時間のバランスがよくとれていることにあると思います。

ホームステイをすることで、現地の人々の生活がより分かるし、何よりも、ホストファミリーと会話の時間をつくることはスペイン語の上達につながると感じました。普段とは異なる生活の中で多少不便に感じることもあったとしても、一か月という限られた時間なのであまり深刻に考えずに済みます。

学校は、9:00～13:30までだったため、放課後は自由に街を観光したり、図書館で勉強に集中したりなど、自分のペースで行動をすることができます。バルセロナは観光地が多いのはもちろん、レストランやカフェも豊富にあるので何をするか困ることはありませんでした。電車で数十分で行くことができるビーチでのんびりするのが私のお気に入りでした。

時間が限られている分、多くのことにチャレンジする気持ちも出るし、学習に対しても熱心に取り組むことができると思います。今までで一番濃い一か月になりました。