

熊本大学海外派遣留学生 報告書

氏名	0 さん（仮名）		
所属	文 学部		
留学先機関名	ボルドー・モンテーニュ大学（国名：フランス）		
留学先所属	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科に所属 <input checked="" 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 <input type="checkbox"/> その他：		
留学期間	2017 年 9 月 - 2018 年 5 月	留学開始時 学年	3 年次
奨学金	<input checked="" type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度 <input type="checkbox"/> 国際奨学事業 <input type="checkbox"/> トビタテ！留学 JAPAN 【第 期】 <input type="checkbox"/> その他（ ）		

1. 出発前の準備について

ビザの種類	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 種類（学生ビザ）	ビザ申請先	<input checked="" type="checkbox"/> 国内 <input type="checkbox"/> 現地 場所（在日フランス大使館）
必要書類、手続き 手続きに要した期間	<p>パスポート、銀行の残高証明書（滞在期間中の生活費に相当する金額の残高が必要）、ほか、大使館ホームページに記載されている書類。郵送で2週間程度かかった。</p>		
ビザ申請以外で 必要な事前手続き	<p>寮の手配</p>		
留学に向けて 取り組んだ語学	<p> <input type="checkbox"/> 英語 <input type="checkbox"/> 独語 <input checked="" type="checkbox"/> 仏語 <input type="checkbox"/> 中国語 <input type="checkbox"/> 韓国語 <input type="checkbox"/> その他（ 語） </p>		
勉強方法	<p>フランスのニュースやラジオを聞いていた。聞く能力に力を入れて勉強していた。</p>		
留学先の手続き (必要書類、大変だったこと、どのように取り組んだか等)	<p>寮の保証人手続きが大変だった。事務員によって言うことが違ったり、必要書類が受け取れなかったりして手間取った。必要書類の問い合わせ等、一人で対処できない部分はフランス人の友達に手伝ってもらった。</p>		
事前の必要経費 (留学前に必要な 支払い費用) ※概算費用	<p> <input type="checkbox"/> 授業料 円 <input checked="" type="checkbox"/> 寮費 243 ユーロ <input type="checkbox"/> 語学研修費 円 <input type="checkbox"/> 教材費 円 <input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請 99 ユーロ相当の日本円 渡航費（<input type="checkbox"/>片道 <input checked="" type="checkbox"/>往復）17万円 海外旅行保険料 20万円 <input type="checkbox"/> その他（ ） 円 </p>		

2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	LOT ポーランド航空	手配	DeNA ※利用したサイト、旅行会社等
移動経路 ※往路のみ	成田→ワルシャワ→シャルルドゴール	到着時刻	21 時頃 【※移動時間（約 15 時間）】
大学（寮）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 type="checkbox"/> タクシー <input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関（ <input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車） <input type="checkbox"/> その他（ ）		
空港から移動する 際の注意点 行き方、料金等	空港→パリ・モンパルナス駅（シャトルバス） チケットは空港内の券売機で購入。15 ユーロ程度？ モンパルナス駅→ボルドー・サン＝ジャン駅（TGV） チケットは駅校内の券売機で購入。35～80 ユーロ（時間帯と時期によって異なる）。留学中に TGV で旅行する予定があるのなら、この段階で Carte jeune（26 歳以下の若者割、50 ユーロ、券売機で購入可能）を買っておくとお得。		
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート その他（ ）	住居 手配	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で その他（ ）
部屋の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 その他（ ）	ルーム メイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input type="checkbox"/> 他国からの学生 その他（日本人 2 人、フランス人 3 人）
住居の申込手順	オンライン上で GROUS ボルドーに申請、必要書類を送った後、鍵の受け取り日時をメールで予約する。		
住居でのトラブル および解決方法	寮近くにある GROUS 事務所に直接交渉に行くか、メールで相談する。ただし対応は遅い（電球の交換に 2 週間かかった）ので、場合によっては催促に行くと良い。		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	徒歩 5 分		
生活費および内訳 (概算を円換算)	生活費計 7 万円／月 （生活費内訳） 住居費：35,000 円／光熱費： 円／通学費： 円 食費：15,000 円／通信費： 円／書籍代： 円 その他：（ ） 円 ※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの： 円 （徴収された費用の名目： ）		
その他生活に必要な 手続き、アドバイス (口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など)	生活が落ち着いたらできるだけ早めに銀行口座の開設をすること。口座証明が寮の手続きに必要なため。口座を作るにはまず銀行にランデヴー（予約）を取る必要があるが、だいたい 1 週間～1 ヶ月かかる。La Poste（郵便局）の口座を開設する場合は収入証明（仏訳）が必要だったので、私はソシエテジェネラルで開設した。保険は学生証の受け取りと同時に義務的に加入（年 200 ユーロ程度）。		

3. 留学先の大学について

授業(カリキュラム)の概要について	<p>語学学校の授業はレベルごとに行われる。初級クラスでは発音や基本的な会話、中級クラスでは DELF B1, 2 取得に向けた文法・会話・読解・作文、上級クラスではフランスで働くためのビジネス会話が主。クラスはオリエンテーション後のテストの成績によって決まる。</p>
履修登録の時期 登録方法	<p> <input type="checkbox"/> 渡航前 <input checked="" type="checkbox"/> 渡航後 ⇒ (月頃) <input type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 志願書類の提出 <input type="checkbox"/> その他 () </p>
留学生特例措置 (履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等)	<p> <input type="checkbox"/> 有り (具体的には以下のとおり) ・オリエンテーション ・学部の授業では留学生用の評価基準を自分で交渉 ・ ・ <input type="checkbox"/> 無し </p>
留学先大学でのサポート体制について (語学面/学校生活/住居・日常生活等)	<p>チューター制度のようなものはない。</p>
留学開始後に行った留学先大学の手続き (学生証、履修登録、大学 ID の設定等)	<p>学生証は指定された時間に事務室で受け取る。語学学校の履修登録は必要なく、クラス発表後のクラス別オリエンテーションで時間割を手渡される。学部の履修登録はインターネット上で行う。</p>
授業外活動について (サークル、部活、インターン、フィールドワーク等) ※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に	<p> 体育会、文化会のようなものがあるらしく、そこに入会するとスポーツやオーケストラ等の活動に参加できるらしい。私も含め、留学生でそうした活動に参加していた人は少なかった。 日本語学科の会話の授業には、先生と交渉してボランティアとして参加させていただいた。学期初めに日本人留学生に向けてメールで案内があった。 </p>

4. 一週間のスケジュールについて

(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		授業			日本語学科 ボランティア		
9:00		授業		授業	日本語学科 ボランティア		
10:00		授業		授業	日本語学科 ボランティア		
11:00		授業		授業	日本語学科 ボランティア		
12:00							
13:00			授業	授業			
14:00		授業	授業	授業			
15:00		授業	授業				
16:00	授業		授業				
17:00	授業	フランス人 との勉強会	授業				
18:00		勉強会					
19:00		一緒にごはん					
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
24:00		帰宅					

5. 留学成果とアドバイス

留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

語学力はもちろんのこと、コミュニケーションに対する姿勢も大きく変わりました。文化の違う人たちとかかわる上で、自分から心を開いて接することはとても大切なことです。考えたこと、感じたことを率直に話し合うことが異文化交流の第一歩だと感じました。

同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関すること、生活全般に関する事など自由に記載してください）

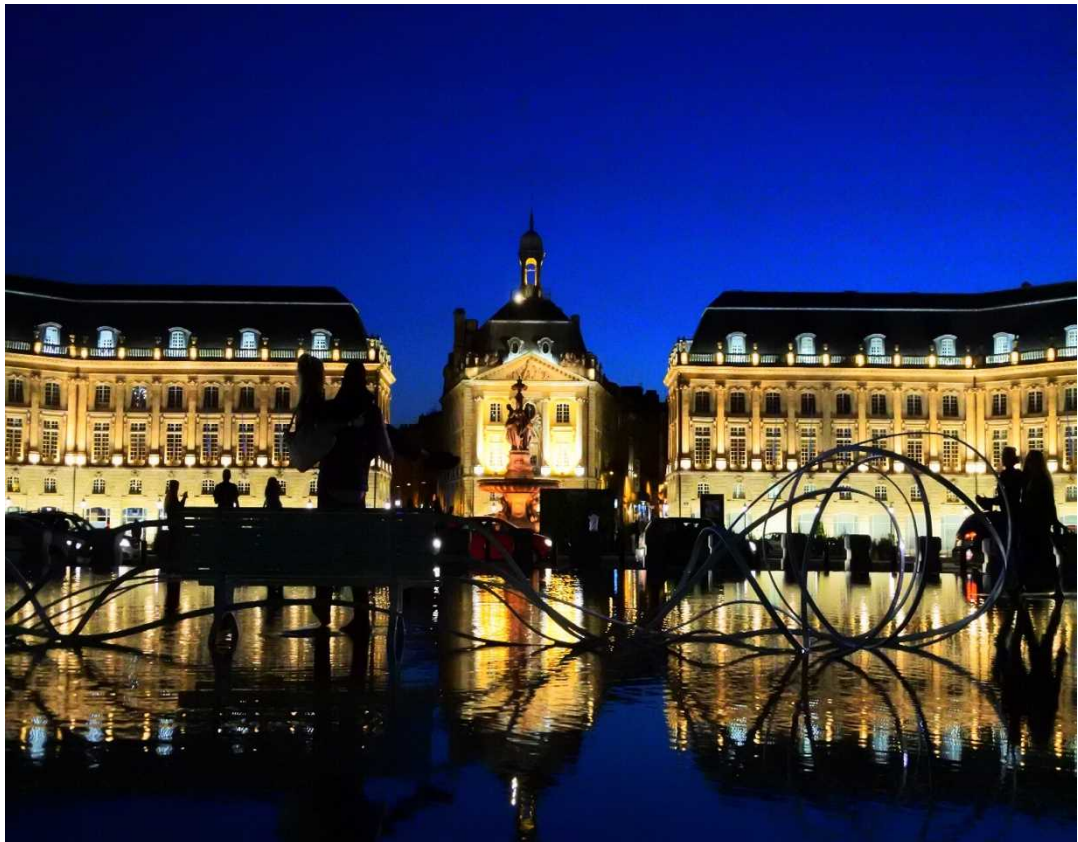
ボルドー大学にはチューター制度等がないので、フランス人学生とかかわりを持つには自分から積極的に色々な場所に出かけなければなりません。私の場合は日本語学科のボランティアを通してたくさんのフランス人学生と知り合うことができました。日本語を学んでいる友達ができるとフランス語と日本語を互いに教え合うこともできるので、語学力の向上にもつながります。私がフランス語の上達を一番感じたのは、語学学校の授業中ではなく、フランス人の友達との会話をしている時でした。せっかくフランスに行くのだから、フランスでしか出会えない人と話し、フランスでしかできない生活をすべきです！

留学を通しての感想

留学して良かった！ というのが一番率直な感想です。
留学先ではいろいろな目的をもってフランス語を勉強している人たちと出会いました。そのなかには常識にとらわれず、普通なら躊躇してしまうような大きなことに挑戦している人もいます。彼らとの関わりを通して学んだのは、「人生は自分のものである」ということ。私は留学する前まで、人生には何か決められた大きな道があって、その道から外れない範囲で目的を持ち、生きていくのだと、無意識に考えていました。しかし留学先で出会った人たちは、固定観念にとらわれず、自分のやりたいことを自由に表現し、行動していました。そうした人たちとかかわるうちに、「挑戦するのも失敗するのも自由なんだ、これは私の人生だから」という実感を得ることができました。
こうした経験ができたこと、自分の考え方を変えてくれる友達に多く出会えたことが、「留学して良かった！」と思える最大の理由です。

熊本大学海外派遣留学生 報告書

氏名	P さん（仮名）		
所属	文 学部		
留学先機関名	ボルドー・モンテーニュ大学 （国名：フランス ）		
留学先所属	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科に所属（ 学部・研究科） <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 <input type="checkbox"/> その他：大学附属の語学学校		
留学期間	2017 年 9 月 － 2017 年 12 月	留学開始時 学年	3 年次
奨学金	<input type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度 <input type="checkbox"/> 国際奨学事業 <input type="checkbox"/> トビタテ！留学 JAPAN 【第 期】 <input type="checkbox"/> その他（ ）		



1. 出発前の準備について

ビザの種類	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 種類(学生ビザ)	ビザ申請先	<input type="checkbox"/> 国内 <input type="checkbox"/> 現地 場所(東京)
必要書類、手続き 手続きに要した期間	書類申請チェックリスト、長期ビザ申請書、証明写真、パスポート 受け入れ機関(大学)の登録証明書、経済証明書、移民局提出用フ ォーム、申請料金(約 6750 円) ビザを受け取るまでに 2~3 週間かかる		
ビザ申請以外で 必要な事前手続き	寮の申請		
留学に向けて 取り組んだ語学	<input type="checkbox"/> 英語 <input type="checkbox"/> 独語 <input type="checkbox"/> 仏語 <input type="checkbox"/> 中国語 <input type="checkbox"/> 韓国語 <input type="checkbox"/> その他 (語)		
勉強方法	第二外国語の講義で仏語を学んでいたの、その際に使用したテ キストブックやプリントを見て復習していました。		
留学先の手続き (必要書類、大変だっ たこと、どのように取 り組んだか等)	寮のとの連絡は仏語でおこなうので大変でしたが、フランス人の 先生に助けてもらいながら手続きをしました。		
事前の必要経費 (留学前に必要な 支払い費用) ※概算費用	<input type="checkbox"/> 授業料 円 <input type="checkbox"/> 寮費 3万2千円 <input type="checkbox"/> 語学研修費 円 <input type="checkbox"/> 教材費 円 <input type="checkbox"/> ビザ申請 円 渡航費 (<input type="checkbox"/> 片道 <input type="checkbox"/> 往復) 9万8千円 海外旅行保険料 6万4千円 <input type="checkbox"/> その他 () 円		

2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	Lot ポーランド航空	手配	トラベルコ ※利用したサイト、旅行会社等
移動経路 ※往路のみ	羽田～ポーランド～フランス	到着時刻	14時 【※移動時間（約15時間）】
大学（寮）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 type="checkbox"/> タクシー <input type="checkbox"/> 公共交通機関（ <input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車） <input type="checkbox"/> その他（ ）		
空港から移動する 際の注意点 行き方、料金等	空港は様々な行き先のバスが発着するので、間違えないように行き先をしっかりと確認する。		
住居のタイプ	<input type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート その他（ ）	住居 手配	<input type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で その他（ ）
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 その他（ ）	ルーム メイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input type="checkbox"/> 他国からの学生 その他（ ）
住居の申込手順	Crous という寮を管理している機関があるので、Crous のサイトで部屋を借りる手続きをします。寮費の支払いなど、その後の手続きややり取りもこのサイトで行います。		
住居でのトラブル および解決方法	お湯が出ず、シャワーが使えない時が何回かありましたが、寮全体で起こった問題で復旧を待つしかなかったです。		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	徒歩		
生活費および内訳 (概算を円換算)	生活費計 6万7千 円/月 (生活費内訳) 住居費：3万2千 円/光熱費： 0 円/通学費：0円 食費： 3万円/通信費： 0円/書籍代：5千 円 その他：() 円 ※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの： 円 (徴収された費用の名目：)		
その他生活に必要な 手続き、アドバイス (口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など)	留学前に、敷金礼金を返金していただく際にはフランスの銀行口座が必要だと聞いていたので開設しましたが、返金される前に帰国し口座を閉鎖して帰らなければならなかったのが開設した意味がなかったです。敷金礼金は日本に帰国してから日本の口座に振り込んでもらうこともできるので、返金される前に帰国する予定ならフランスで口座開設しなくてもいいと思います。		

3. 留学先の大学について

<p>授業(カリキュラム)の概要について</p>	<p>語学学校だったので、細かいカリキュラムは特にありません。リスニング、リーディング、スピーキング、ライティングの授業をそれぞれ毎週数時間ずつ受けます。</p>
<p>履修登録の時期 登録方法</p>	<p><input type="checkbox"/> 渡航前 <input type="checkbox"/> 渡航後 ⇒ (月頃) <input type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 志願書類の提出 <input type="checkbox"/> その他(語学学校に通っていたので大学の履修登録は必要ありませんでした。)</p>
<p>留学生特例措置 (履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等)</p>	<p><input type="checkbox"/> 有り(具体的には以下のとおり) ・留学生向けのオリエンテーション ・パートナー制度 ・ ・ <input type="checkbox"/> 無し</p>
<p>留学先大学でのサポート体制について (語学面/学校生活/住居・日常生活等)</p>	<p>当然ですが、語学学校の先生や寮の管理機関の人はフランス語を話すので困ったことがあってもフランス語で全て聞かなければなりません。ゆっくりのフランス語でも丁寧に聞けば優しく答えてくれるので失敗を恐れず話すことが大切だと思いました。 銀行など専門用語を必要とする場面では、日本語学科に所属していて日本語が話せる友人に手伝ってもらいました。</p>
<p>留学開始後に行った留学先大学の手続き (学生証、履修登録、大学IDの設定等)</p>	<p>入学してから数週間後に学生証の発行をしました。これについては、語学学校の先生が必要書類や発行場所について丁寧に教えて下さったので、その場で使いそうな単語を一通り頭に入れておけば難しくはありませんでした。</p>
<p>授業外活動について (サークル、部活、インターン、フィールドワーク等) ※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>語学学校主催の遠足のようなものに参加しました。これは自由参加で、参加できる人数が決まってお早急者勝ちなので学校にポスターが張り出されたら早急に応募することをお勧めします。私が参加した時はシャトーというワインを作っている倉に行きワインの製造方法などを学びました。</p>

4. 一週間のスケジュールについて

(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		起床	起床				
8:00	起床	準備	準備		起床		
9:00	準備	授業	授業	起床	ボランティアで日本語学科の講義に	起床	起床
10:00	授業	授業	授業	勉強	サポート役として参加する	友人とピクニックをしたり	
11:00	授業	授業	授業	勉強			友人とプチ旅行に行ったり
12:00	昼食	昼食	授業	友人と昼食	学食で昼食	土日は自由に過ごします	
13:00	授業	仮眠	昼食	仮眠	授業		
14:00	授業	授業	授業	1週間分の洗濯	授業		
15:00	授業	授業	授業		授業		
16:00	授業	授業	授業	街を探検したり	買い物		
17:00	買い物	授業	勉強	美術館や教会行ったり	勉強		
18:00	勉強	買い物	勉強	まだ見ぬポルドーを探す	1人で晩酌		
19:00	夕食	友人と食事	夕食	夕食			
20:00	勉強		自由に過ごす	勉強			
21:00							
22:00	睡眠		睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
23:00		睡眠					
24:00							

5. 留学成果とアドバイス

留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

私が通っていた語学学校では授業中話していいのはフランス語だけで、辞書も禁止だったので初めは先生との意思疎通がなかなかできなくて苦労しました。また私の性格から、間違っただけを言うのは恥ずかしいから、という理由で挙手できなかったり、自信のない話し方になってしまったりしていました。しかし、同じクラスの他国の学生は自分の答えが合っていようが間違っていようが堂々と「私はこう思う」と答えていて、先生も間違っても自分の意見を積極的に言ったことを褒めて下さったりして、「失敗は恥ずかしいことじゃない」ということを学ぶことができました。フランスに行く前に一番不安だったのは語学面だったのですが、先生やクラスメイトと話すうちに、「フランス語を学びに来ているんだからまだ間違ってしまうのは当たり前。できないことを恥ずかしがって挑戦しなければ何も変わらない」と思えるようになりました。この考え方は日本に帰ってから新しいことに挑戦する私の支えになっています。

同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関すること、生活全般に関する事など自由に記載してください）

留学先はほどよく緑があり、トラムを利用すれば街にも十数分で行けるので生活するにはとても便利な所でした。必要以上に日本で生活用品を買って行かなくても、大抵のものはフランスでも買えるので問題ありません。

フランスはデモやテロが起こったりもするので不安だと思いますが、私が留学したボルドーは私が行った時は何もなく落ち着いた地域でした。事前にフランスのニュースをよく見て、危険な場所には近づかないようにすれば大丈夫だと思います。

また、学校の先生も日本語学科の学生もみんな良い人ばかりです。うまく話せなくても伝えたいという意味が伝われば優しく答えてくれるので臆さず積極的に話しかけてたくさんの人と交流することが語学が上達する一番の近道だと思います。

留学を通しての感想

私は留学して最初の1ヶ月間は、もともと消極的で自分から話しかけたり誘ったりするのが苦手なのと、フランス語をうまく話せないことが恥ずかしいという理由で学校以外では日本人としか交流できていませんでした。しかし、せっかくフランスまで来たのにこのままではいけないと思い、3つの決まりごとを考えて実行するようにしました。1つ目は、ソワレやお出かけなどに誘われたらできるだけ断らないこと。2つ目は、遊びに誘ってくれた人には今度は自分から誘うこと、3つ目はストレスが溜まったら1人の時間をしっかり持つことです。この3つを守ることでフランス人と交流しつつ心のバランスを保つことができたので充実した4ヶ月間を過ごすことができました。フランスに行く前は期待よりも不安の方が大きかったのですが、今では留学して本当によかったと思っています。