

神奈川大学派遣交換留学生 近況報告書（初回）

所属	経営学部	国際経営学科	学科 専攻
派遣先大学 (国)	フルトヴァンゲン大学 (ドイツ)		
所属プログラム・ 学部・研究科	HFU Business School		
報告書提出日	2019年9月30日		
留学予定期間	2019年9月～2020年7月		

1. 渡航について

1.1. 出発前の準備

出願料・宿舎デポジット： 500 (EURO) /合計

航空券代： 22万 (円) /合計

ビザ申請関連費： () /合計

その他 ()： () /合計

ビザ取得の際に残高証明書は必要でしたか？ はい いいえ

HFU 側の留学生の受付期間がかなり長いため、神奈川大学で留学が決定してから HFU 側から具体的な情報を受け取るまで3か月くらい間が空いてとても心配だった。しかし、留学許可証を受け取ってからは HFU からの指示によく従えば、入居する家もスムーズに決まる。(大体7月中旬)

航空券は6月後半に予約した。(今回はマイル利用の関係で22万円のものを用意したが、15万円ほどで確保できると思う)ドイツはVISAを渡航前に取得することができないので、少しずつ必要書類を揃えたが、そこまで難しいことはしていない。

1.2. 渡航について

羽田空港からフランクフルト空港までの直行便に乗り、その後は特急列車などで移動した。(航空券は15万円くらいのももある。)フランクフルト空港からキャンパスのあるシュウェニゲンまではかなり遠いので、途中地点であるカールスルーエにてホテルを取り一泊した。最寄りについては現地大学のピックアップシステムを利用し、駅からアパートまで車で送ってもらった。キャリーケースを二つ引きながら移動する中でキャリーケースの車輪が取れる、階段の下のトイレに行けないなどのハプニングが起こったが、通りすがりの人や駅員さんに声をかけ手伝ってもらい、事なきを得た。特急電車には大きな荷物用の棚があるが、心配だったため固定用のチェーンを持って行った。

2. 到着後の手続きについて

2.1. 寮・ホームステイ等への入居手続き

大学への留学が決まると、大学に入居に関するフォームが送られてくる。それに自分の部屋に関する要

望をできるだけ細かく書くと要望に沿った部屋を提案される。それに同意すると入居に関する書類が送られてくるのでそれを介して手続きを進める。それに関しては手数料など一切かからなかったため、入居当日に家賃とデポジット 500€のみ現金で払った。

手続きについて唯一困惑したことは、日本の銀行にはない IBAN (International Bank Account Number) を求められたことだったが、現地大学に指示を仰いだ。

2.2. 滞在許可・外国人登録の手続き

出発前は滞在許可などの手続きについてとても心配していたが、オリエンテーション期間で(ほかの留学生と)一斉に手続きできるようになっているため、そこまで心配することはない。ただ、手続きに必要な書類は何かしっかり確認し、出国前に揃えておくことがとても大切だ。特にパスポート写真は複数枚必要になるため、基準に沿った写真を多めに持ってくるとうれしいと思う。

分からないことや不安なことは International Center の職員の方に聞くと丁寧に対応してもらえるため、安心して進められる。

2.3. オリエンテーション・学生登録・プレイスメントテスト等の学内手続き

オリエンテーション期間は 2 週間ほどあり、学生登録や住民登録などをここでやる。また、銀行口座開設がまだの生徒はそれに関するサポートもこの期間に受けられる。1 日目で大まかなオリエンの流れを説明され、また 47€の公的サービスに対する支払いを行う。2 日目からは午前中にオリエン、午後から Intensive German class のタイムスケジュールとなる。このドイツ語講座への参加は必須で、クラス分けのテストを前日までにオンラインで受ける。また、この講座は 4 時間越えで且つ、ドイツ語でドイツ語を教えられたため、かなりきつかった(なぜか同じレベルの他クラスの生徒は英語で解説を受けていた)。少しでも勉強しやすくするため、日本から自分の教科書を持っていくとよい。

3. 目標について

3.1. 留学の目的、達成目標

留学においては英語力向上を第一優先事項とし、特にビジネスイングリッシュに関する力を伸ばしたい。具体的には TOEIC800 点をとれるようになりたい。また、私はプレゼンなど、人前で何か発表したり、述べるのが苦手なため、留学中に経験を積み、少しでもそのコンプレックスを解消したいと考える。

3.2. これまでの学習・研修目標および達成度について

留学が決まってから渡航までの期間、勉強時間が減っていたことが反省点である。特に渡航してからはドイツ語と講義内容に関する勉強の比重がかなり大きくなるため、留学前に語彙力をしっかり伸ばしておいたらよかったと後悔している。留学中は学習のバランスをなるべく崩さないように注意しつつコツコツ勉強していきたい(オーバーワークすると後の怠惰につながるの定期的な計画を立てるつもりだ)。

3.3. 今月の学習・研修目標

とにかく学習量を一定に保ちたい。そのためには 1 日 2 時間だけでも自宅学習をする。学習すべきことはたくさんあるため(授業の予習・復習、自学)予定帳を活用して勉強以外の生活のパートと

うまく調節できればよいと考える。

4. 学修について

4.1. 授業時間割

現在の学期	前学期
月	Differential Psychology (15:45-17:15)
火	Intercultural Communication(ICC) (09:45-13:00)・ドイツ語(a1) (14:00-17:15)
水	English Tehnology(B1.1) (15:45-17:15)
木	Politics, Society and Culture: Germany and EU (14:00-15:30)
金	Neuro- Organizational Behavior (週ごとで異なる)
土	
日	

4.2. 授業について

Differential psychology: 先生がとても面白く、心理学について全く知識がなくても問題ない。ヒトの行動の差異は如何にして出るのか、心理学的要因に着目した学習をする。神大の共通教養の心理学に通ずるものがあるように感じた。

ICC: 個人的に一番面白いと感じる授業。グループワークが中心で、なかなか発言することができずに悔しい思いをすることが多い。教授の話す速度も速く、大変ではあるが視覚的資料が多用されているため理解度は高い。様々な文化背景をもった生徒が参加する、文化間の違いを肌で感じることのできる授業。(ex. ハイコンテクスト文化とローコンテクスト文化の対比をし、文化的価値観の違いに対しどのような態度をとるべきなのかを学ぶ。)

ドイツ語(a1): クラス分けテストの結果基礎クラスを履修することとなった。日本で半年ドイツ語を履修していたこともあり、かなり易しく感じるが、進度はとても速い。自宅学習必須。

English Tehnology: 語学としての英語を履修したく、また、英語に自信がなかったので一番下のレベルのコースを探していたところ、言語センターにおすすめされたクラス。内容は TOEFL 講座とほぼ変わらない感じで、やや易しい。予習は必要ないが復習はしっかりしなければならない。

Germany and EU: ドイツおよび EU 圏の文化、政治の発展、現状を学ぶ。教授の英語のアクセントが独特で、まだ自分の英語のレベルでは聞き取りが少し難しい部分がある。しかし話し方はゆったりしており、視覚的資料もそろっているので復習すればある程度は理解できる。評価はレポートでされる。

NOB: 不定期で開講される授業。differential psychology と少し似ており、ヒトの行動の差異がどのようにでるか、心理的要因ではなく脳科学的要因に着目して学習する。プレゼンで評価される。

4.3. 予習・復習・自習について

Differential Psychology: 予習は特にすることがないが、授業後に公開されるスライドと自分のノートを見合わせて復習すると理解度がかなり上がる。

ICC: 週により課題の量はばらつく。自分の文化背景について挙げられた視点から考察、報告する課題がほとんどであり、課題自体よりも英語力の問題で、かなり時間がかかってしまう。また、予習・復習は授業後に公開されるスライドや参考資料を通し行う。復習は用語を覚えることがほとんどだが、興味深いことなので苦ではない。

ドイツ語(a1): 復習と課題で理解度が決まる。課題自体がその週の授業の復習にはなるが、覚えることが多いため、自学は必須である。

English Technology: 文法事項はかなり基礎的なものであるため、復習は語句と速読、リスニングを中心に行っている。

Germany and EU: 授業内での聞き取りが上手くいかないため、復習はスライドを見ながら行う。ただ、予習の必要はないため、比較的楽に進められる。

NOB: 授業数が少なく、まだ一度しか受講していない。グループでのプレゼンに大きな比重がかかっているため、自学というよりも授業外でのグループワークが重要になる。

5. 生活について

5.1. 衣食住について

住居	学生アパート
<p>家具付き物件のアパートではあったものの、ベットカバーや掛布団、キッチングッズがないので入居当日に買いに行かないと夜寒い思いをすることになるので、前もってバディーに当日の買い物を手伝ってもらえるようお願いしておいた。</p> <p>私の部屋は前に使っていた人の管理が悪かったのか、コンロが壊れていたり、汚れが残ったままだった。私の入居前に家主側が修理し、しっかりクリーニングしていないことに衝撃を受けたが、現在修理の申請中だ。</p> <p>食に関しては ALDI というスーパーで安く食料を買うことができ、あまり困ることはない。</p> <p>衣についてだが、ドイツの9月は寒暖差が大きいので重ね着するとよいと感じた。</p>	

5.2. 課外活動について

休日は友達の家に行ったり一緒に買い物に行ったりして過ごしたが、特に集中ドイツ語講座がある期間は疲れがたまっていたため、丸一日家事とリフレッシュに充てたりもした。

アクティビティについて感じたことは非常に活動しやすいということだ。学校側が主催する旅行や交流会がたくさんあり、10€ほどで日帰りの旅行に行けたり、キャンプに行けたりする。

5.3. 現在までの感想

オリエンテーションが終了に差し掛かった今一番気になることは友達関係だ。同じ国・学校から来たグループが初めからできていたように思う。はっきり言うと人種でグループが分かれていると感じた。

とはいえ、日本のことが好きな人が留学生の中に多かったようで、顔を覚えてもらえたり、声をかけてもらえることが多かった。セメスターが正式に始まったらもっと多くの人と話したいが、自分の英語に自信が持てないため、少し話しかけるのを戸惑うが、頑張って一歩踏み出せばよいと思う。

以上

神奈川大学派遣交換留学生 近況報告書 (11月)

所属	経営学部	国際経営学科	学科 専攻
派遣先大学 (国)	フルトヴァンゲン 大学 (ドイツ)		
所属プログラム・ 学部・研究科	HFU Business school (International Business Management)		
報告書提出日	2019年11月29日		

1. 目標について

1.1. 留学の目的、達成目標

留学においては英語力向上を第一優先事項とする。留学開始当初はビジネスイングリッシュに関する力を伸ばしたいと考えていたが、その向上の基礎となる通常の英語学習をまずこの学期に達成できるようにする。留学後にはTOEIC800点をとれるようになりたい。また、私はプレゼンなど、人前で何か発表したり、述べるのが苦手なため、留学中に経験を積み、少しでもそのコンプレックスを解消したいと考える。

1.2. 先月の学習・研修目標および達成度について

ある程度予想はしていたが、あまりしっかりと勉強することができなかった。定期テスト(小テスト)前にはもちろん勉強したが、目標としていた一日2時間学習はほとんど達成できなかった。英語に関して、理解度は上がってはいるが、英語で授業を受け、日常生活を送っている中での上達なので当たり前な範囲の向上しかしていないように感じる。

1.3. 今月の学習・研修目標

前項目に書いたように勉強時間をしっかりと取ることができなかった。しかし、留学が始まって以来、自分の集中できる時間帯がはっきりとわかったのでその時間帯に一定の勉強時間をとるように心がける。また、これまでは英語で授業を受けるので若干精いっぱいだった部分もあったが、これからはドイツ語の勉強にもしっかりと力を注ぐことも目標としたい。

2. 学修について

2.1. 授業について

Differential Psychology : 授業回数を重ねるごとに受け身の授業スタイルからアクティブなものになってきた。グループプレゼンの準備も少しずつ始まっている。最近ではIQなど、知能レベルにおける分布の傾向などを学習している。授業中にしっかりと集中でき、理解度は高い。

ICC, MCD (Intercultural Management) : ICCのセッションが終わった。教授の話すスピードが速いため、ついていくので精いっぱいだった。また、ICC, MCDともにグループワークが中心で、少しずつ

つ発言できるようになってきた気がする。無茶苦茶な英語でも汲み取ってもらえるので授業開始当初ほど気負っていない。ICC,MCDともに文化間（または個人間）の差異、それにどう対処するかを学ぶものであるが、MCDではそれをマネジメントの場に応用するかを学ぶ。

German：初回の定期テストを終えた。そこまで難易度は高くないが繰り返し自宅学習しないと忘れてしまうことが多い。（特に名詞）

English Technology：こちらもそこまで難易度は高くない。宿題をしっかりとやるとテストも高得点を取れる。週ごとに異なるトピック（ロケット、緊急装備、細胞など）の文章を読み、また音源を聞き、問題を解く授業でTOEFLクラスとあまり変わらない感覚である。

German politics etc...：ドイツを中心とするヨーロッパの文化、政治、歴史について学ぶ。評価対象となるレポートの準備が始まった。レポートは10ページあるものを出さなければならないので少しだけ心配ではある。

Neuro Organizational Behaviors：この間グループプレゼンを終えた。プレゼンは職場での信頼関係について心理学、および脳科学的な説明をするもので内容が複雑なだけでなく、スクリプトを見ないようにしなければならなかったため、かなり大変だった。グループ全体として45分間のプレゼンを作ったが、かなりグループメイトに助けってもらったため、申し訳なさや不甲斐なさを感じたりもしたがいい経験ができた。

2.2. 予習・復習・自習について

Differential Psychology：予習は特にすることがないが、授業後に公開されるスライドと自分のノートを見合わせて復習すると理解度がかなり上がる。

MCD：理解度を高めるために授業中に提示される記事をしっかり読み込む。また、グループでのロールプレイが課題として課されているため、それに向けての準備で忙しい。準備中は自分の意見を言うことの大切さを痛感する。

German：復習と課題で理解度が決まる。課題自体がその週の授業の復習にはなるが、覚えることが多いため、自習は必須である。

English Technology：文法事項はかなり基礎的なものであるため、復習は語句と速読、リスニングを中心に行っている。

Germany and EU：授業内での聞き取りが上手くいかないため、復習はスライドを見ながら行う。ただ、予習の必要はないため、比較的楽に進められる。

NOB：授業内容がかなり複雑で私が受けている授業の中で最も難しく感じる。脳科学的視点と心理学的視点を組み合わせて職場での人の行動学ぶことは興味深いのが、授業の最後までなかなか集中力が続かないことが自分自身の残念な点である。そのため、授業中参考として視聴する動画のURLを控えておき、帰宅後に見返すなど、復習している。

2.3. 語学力について

英語でのコミュニケーションは留学開始当初が酷かったばかりあり、上達を少しは実感できるが、依然として自分の言いたいことをどう表現していいのかわからない時や、語彙力の乏しさを感じる時が多い。最近は考えすぎずに短い文を組み合わせで話すようにしている。また、特定の友達だけでなく、たくさんさんの友達と話すようにすると様々な訛りに触れることができ、リスニング力の向上にもつながったように思う。語学としての英語、ドイツ語は自宅学習が十分でないように感じる(特に語彙)。これからは机に向かってするような学習の時間を増やすことができるといいと思う。

3. 生活について

3.1. 衣食住について

住居	学生マンション
<p>今の住居に住み始めたおかげで、本当に日本の良さを感じることができた。たまに点かなくなる IH、水漏れするパイプ、お湯が出ないシャワー、壊れたカーテン、一度あがるとなかなか元に戻らないブレーカー。違う部屋はそこまでひどくないようだが、なぜか私の部屋はトラブルだらけで、一番のストレスの要因になった。英語で管理人さんとコミュニケーションが取れなく、また、依頼してもなかなか修理してもらえなかったため、かなり不満が溜まった。しかし、これも海外ならではのだと考え、今は心穏やかに過ごしている。</p>	

3.2. 課外活動について

<p>学校が主催するスクールトリップに加え、学生団体が主催するパーティーも多くあるため多くの人と知り合える。私は特定の団体に所属したりはしていないが、できるだけ多くのイベントに行くようにしている。また、様々な文化背景を持つ人と話す中で、ハイコンテキスト、ローコンテキストの齟齬などを肌で感じることもあり、学ぶことがとても多い。</p>

3.3. 現在までの感想

<p>重いホームシックなどになることもなく、楽しく過ごしている。しかし、自分の語学力の低さとそれに伴って、グループワークでみんなの足を引っ張っているように感じたりしてしまうことが精神的に苦しいことではある。ただ、これは留学する中で普通のことだと理解はしている。</p> <p>もう一つ心配なことはビザに関することだ。現地オフィス側の対応が遅いため、ビザの到着が大幅に遅れることがあるようだ。そうなってしまうと計画、予約をすでに済ませた海外旅行にも支障が出てしまうため、現地オフィスの連絡先を控え、トラブルが起こらないようこちらからコンタクトしている。</p>

以上

神奈川大学派遣交換留学修了報告書

所 属	経営学部	学 科	国際経営学科	3	年次
派遣先大学 (国)	フルトヴァンゲン大学 (ドイツ)				
所属プログラム・ 学部・研究科	International Business Management	履修言語	英語・ドイツ語		
留学期間	2019年9月～2020年3月				
報告書提出日	2020年8月26日				

1. 学修について

1.1. 学期区分

学期	授業期間	試験期間	履修登録するまでの過程
Winter Semester	9月16日 ～1月24日 (17週)	1月27日 ～2月14日	<p>オリエンテーションで一通りの履修の仕方を教えてもらうが、システムが少々分かりにくいので、周りの友達、バディ等からのサポートを仰ぎながら履修を組むと良い。</p> <p>また、留学生に教授がサポーターとしてつくシステムがあるため、割り当てられた教授に相談すると希望の勉強内容、難易度に合わせた科目を提案してくれることもある。</p>

1.2. 履修科目・内容

学期	履修科目名	合計時間 (内訳)	履修内容・授業での取り組み
Winter Semester	DAF (German as a foreign language)	45 時間 3(時間/回) × 1(回/週) × 15(週)	<p>授業は週1回3時間あり、基本的にドイツ語で行われる。教授によっては、生徒の理解度に合わせて英語で同じことを繰り返してくれる。しかし理解しきれない事態もあり得るため、日本から自分に合ったドイツ語の教科書を持っていくと良いだろう。習得するためには、英語以上に語彙について努力しなければならない。課題は毎週出るが教科書の演習問題を解くなど、簡単な内容であるため、さほど苦労はしない。評価については、出席・態度とオンラインテ</p>

			ストが観点となる。基礎クラスは難易度がかなり高いわけではないため、努力次第で100%の評価をもらうこともできる。
Winter Semester	English Technology	24 時間	この科目は日本で受ける英語の授業と同じように、読解を中心に勉強する。難易度は低めのため、英語にある程度自信のある人には、あまりお勧めはしない。具体的には、科学技術についての記事を読み、問題を解く。そのため講義に出る英単語の凡庸性は低めであるが、スピード読解、単語の推測等の力がつくように感じた。課題は毎週オンラインで出るが授業を受けていれば解けるものである。テスト勉強は講義内容をしっかり復習すれば十分のように思える。
		1.5(時間/回) × 1(回/週) × 16(週)	
Winter Semester	ICC, (Intercultural Communication) MCD (Management Cultural Diversity)	42 時間	この講義は、実際には Intercultural Communication と Management Cultural Diversity で成り立っている (学期前半: ICC、後半: MCD)。授業時間が通常の倍あるため、集中力がかなり必要である。授業は主にグループワークで進むため、講義が始まる前に指定された資料を読み込まなければ友達に迷惑がかかる。自分の文化背景についての小レポート、グループでのプレゼンが課題となった。特にグループ活動ではグループメイトとかなりの量のコミュニケーションを取らなければならない、また自分の意見を話せるようにならなければならないなど、英語があまり上手くない状態の人にとって大変な点は多くあるが、楽しんで熱心に活動すると教授に努力は伝わる。評価はグループ内で相互に評価したものを匿名で教授に提出し、それを加味して教授が最終評価を下す。
		3(時間/回) × 1(回/週) × 14(週)	
Winter Semester	Differential Psychology	19.5 時間	講義は週に1回90分、履修人数が多かったため途中から2グループに分かれた。授業形態は講義型ではあるものの、教授が積極的に生徒を指名し、また質問を受け付け、討論を進めるため、参加型であると言える。また、学期後半にはグループプレゼンが課題となる。暗記科目ではないが、その分いかにプレゼンをユニークに、緻密にできるかが評価を分ける。
		1.5(時間/回) × 1(回/週) × 13(週)	
Winter Semester	Neruro Organizational Behavior	21 時間	授業形態は講義型ではあるが、生徒からの質問を積極的に採用し、みんなで講義を進めていく。そのため、トピックはかなり速いスピードで変わり、ついていくのがとても大変だった。毎週の課題はないが、評価は授業態度とグループプレゼンでつく。授業自体の難易度が高いため、要求されるプレゼンの内容もかなり高度ではあるが、グループメ
		変則的	

			イトとしっかり意思疎通を図って準備を進めると良い。授業内容としては、授業名のように人の行動を科学的に観察するもので、一見マネジメントと関係のない内容に思えるが、職場での信頼をどのように構築するかなど、実践的な内容を科学的に学べるものである。
Winter Semester	Politics,Society and Culture:Germany and EU	19.5 時間	授業形態は完全な講義型。また、留学生を対象に開講されている科目である。週ごとにドイツ・EU 圏の文化についてテーマが決まっており、それに沿った内容の講義を受ける。予習・復習は毎回したほうが良いわけではないが、復習をすれば文化理解が深まる。課題は最終課題のみであり、教授がいくつか挙げたテーマから選択した事柄について書く。
		1.5(時間/回) × 1(回/週) × 13(週)	

1.3. 学修する上で心がけていたこと、予習復習の仕方について

語学は何度か中間テストがあり、それに向かって自宅学習をし（復習）、予習はあまりしなかった。（日本で勉強したことの復習という感覚で現地の講義を受けた。）新しいことを習っても分からなければ現地の友達に聞く、日本から持ってきた教科書を読むなどした。

語学以外では、事前に資料が指定されている場合はそれを読み込むことを徹底した。分からない単語を調べながらの資料の読み込みには時間がかかったが、要約などを作ることで、講義当日にも自分たちが何について話し合っているのか、分からなくなることがなかったように思う。

全ての授業を通し、周りの人にたくさん助けてもらったように思う。席の近かった友達や、時には直接教授にアドバイスを求めに行ったことで、学習がだいぶスムーズに進んだと思う。

1.4. 語学力について

英語については、話す力が大きく伸びたように思う。ドイツは英語圏ではないものの、現地の友達や留学生の友達は本当に英語が上手であったため、彼らとのコミュニケーションからたくさんのことを学んだ。上記にあるように、とにかく勇気を出していろいろな人と話をした。もちろん、英読解についても力は伸びたが（授業の資料の読み込み等を通して）そこは留学以降にもっと伸ばしていきたいと考えている。

ドイツ語については、正直に言うとあまり力を注げなかったように思う。英語の授業についていくのに必死だったこともあり、テストで良い点を取るために勉強した、という感覚だ。もちろん買い物等はドイツ語で行うため、そこに付随する力は伸びたが、何かの試験で点を取れるようなレベルまでには到達しなかった。

2. 留学の成果を振り返って

2.1. 学修の成果

- ・英語：授業で使った資料を自宅でも読み込み、そこから語彙を増やしていった。また、自宅以外でも短時間に比較的量の多い文を読む必要のある場面が頻繁にあり、その機会から速読の力がついた。スピーキング、リスニングは言うまでもなく、普段の友たちとのコミュニケーションを通して力をつけた。たくさんのアクセントに触れる機会があって、ある程度アクセントの聞き取りに耐性がついた。
- ・ドイツ語：クラス分けの結果基礎コースからのスタートだったため、学期末以外は日本で習った内容の復習のようであったが、学ぶ語彙数も多く、また新しい文法の習得もできた。しかし、正直ドイツ語には手が回らなかったため、力をあまり入れることができなかつたように思う。ドイツ語の勉強はテストに向けたものであったため、習得度はそこそこにとどまったように思う。
- ・語学以外：語学以外で受けた授業の大半はグループワークを主とするもの、あるいはそれを含むものであったため、周りの人たちにたくさん助けってもらったように感じる。留学開始当初では、グループディスカッションでもまず話題についていけず、自分たちが今何を話しているのかが分からない状態であった。しかし、学期半ば以降は、賛成・反対を述べるだけでなく、自分の意見も少しずつ述べることができ、自分の語学力並びにディスカッションでの発言能力が向上したことを感じた。

2.2. 学修面での反省点ならびに留学志望者へ学修面のアドバイス

- ・自宅学習（特に言語）の時間が圧倒的に少なかったように思う。ドイツ語は暗記項目が多く、また紛らわしい言語であるため、実践・応用できるレベルに到達するまでには、テストで点を取るための勉強では不十分なのだと実感した。1人で暮らしていると普段の授業の疲れから寝てしまったり、自分に甘くなってしまう場合が多かった。
- ・アドバイス：友達と一緒に勉強することを試してみる、図書館を利用するなど、自分が集中できる場所を探ってみること、1日の初めにその日にすべきことを付箋などに書き出して目に付くところに貼っておくこと、など自分に甘えが出ないように心掛けること。また、困ったらためらわずに人に助けをもらうこと。

2.3. 留学生活で得られたもの

- ・多くの人と話す機会を自分からつかみに行くと、グローバルな場でのコミュニケーションを学ぶことができる。具体的に言うと、初対面の人への会話の広げ方・NGな質問、自分と違う文化背景を持つ人とのコミュニケーションの取り方（直接的か婉曲的か）、相手の文化によって配慮すること、多様性を認める人間として配慮すべきことなどである。時には友人との文化的齟齬を感じることも、不快に感じることもあるが、それらを通して多様性を心から受け入れられ、また自分のことを表現しやすくなる。
- ・アパート関係のトラブルなどでは周りの人の手も借りたが、英語を話さない人への意思疎通の仕方を、身をもって学ぶことができた。
- ・日本では実家暮らしであったため、金銭面をはじめ多くのことを両親に頼ってきたが、現地で自分のことはすべて自分でしなければいけなかつたため、自立する力がついたように思う。

2.4. 留學生活での反省点ならびに留學志望者へ生活面のアドバイス

多くの人と知り合い、自分の知見を広げることに关しては楽しみつつ、最大限の努力ができたと思う。しかし、心残りなのは語学の勉強である。いくら英語で授業を受けていたとしても、自学がしっかりとできなかったため、語彙力が伸びずに少し残念に思うところがある。やはり、1人で暮らしていると、どうしても自分に甘くなってしまう瞬間は誰にでもあるし、ましてや、慣れない環境で慣れない言語での授業が日常的にあると、自宅での意欲が失せてしまう時が来る。そういう時は無理をしないことも大切ではあるが、友達に相談して一緒に勉強するなど、なんらかの対策を講じる必要があると思う。勉強など、自分のすべきことは明確にあるけれど、留學するうえで一番大切なことは何事も楽しむことだと思う。日本では体験することがないであろうダイバーシティに直接接触して、将来に役に立つ常識を身に着けることは、今後本当に大切な財産になると思う。自分の世界を広げるためにも食わず嫌いをせず、何でもやってみると良いと思う。

派遣交換留学中の生活等に関する調査

記入日	2020年8月30日	
派遣先国	ドイツ	
派遣先大学	フルトヴァンゲン大学	
留学先での所属学部	<input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部・研究科等 学部名：(International Business Management) <input type="checkbox"/> 語学研修 <input type="checkbox"/> その他 ()	
本学での所属	経営学部	国際経営学科
学年	2年次 (留学開始時の学年)	
	2年次 (留学終了時の学年)	
留学期間	留学開始年月 2019年9月 ~ 留学終了年月 2020年3月	
	留学期間 6ヶ月間	

I. 留学先での住居について

1	住居形態は何でしたか？	<input type="checkbox"/> 学内寮 <input type="checkbox"/> 学外寮 <input type="checkbox"/> ホームステイ <input checked="" type="checkbox"/> 民間アパート <input type="checkbox"/> その他 ()
2	部屋の形態	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋 (同居人数)
3	住居形態の詳細を教えてください。	(1人暮らし。部屋はかなり広かったが、キッチン周りが損傷しており、少々不便な時もあった。)
4	入居時手続き	(現地学校に部屋についての諸々の希望を伝え、それに沿うような部屋を提案される。最初のデポジット等のやり取りは学校を通すので安心できる。)
5	費用 (月額)	(約5万)円
6	食費 (月額)	<input checked="" type="checkbox"/> 自炊 <input type="checkbox"/> 食堂 <input checked="" type="checkbox"/> 外食 <input type="checkbox"/> その他 () 円
7	支払方法	(月ごとに直接現金で支払う、または銀行引き落とし)
8	住居に附属する設備	<input checked="" type="checkbox"/> 洗面所 <input type="checkbox"/> トイレ(共同) <input checked="" type="checkbox"/> トイレ(個別) <input type="checkbox"/> シャワー(共同) <input checked="" type="checkbox"/> シャワー(個別) <input type="checkbox"/> 浴槽 <input checked="" type="checkbox"/> 冷暖房 <input checked="" type="checkbox"/> 台所 <input type="checkbox"/> 食堂 <input checked="" type="checkbox"/> ジム <input checked="" type="checkbox"/> 洗濯機 <input checked="" type="checkbox"/> 乾燥機 <input checked="" type="checkbox"/> その他 (wifi)
9	住居選択方法	<input type="checkbox"/> 大学に申込 <input checked="" type="checkbox"/> 留学先大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 友人・知人の紹介 <input type="checkbox"/> 不動産業者・新聞を通じて <input type="checkbox"/> インターネット <input type="checkbox"/> その他 ()
10	周囲環境	(ディスカウントスーパーが近くにあり、駅までは徒歩10分ほど。必要なものはほぼ徒歩圏内で揃う。)
11	アクセス	(学校まで徒歩7分)
12	留学中の住居に関してアドバイス	(住居に不具合があった時はしつこく修理等を要請しないとなかなか動いてもらえません！)

II. 通信環境について

1	日本キャリアの携帯電話	持参した
2	現地キャリアの携帯電話	現地でSIMカードを購入
3	現地携帯電話の取得手続きの方法	(スーパーにて ALDI TALK というチャージする SIM を購入。)
4	自宅のインターネット接続環境	無線 (大学または寮へのLAN接続)
5	大学内インターネット接続環境	無線 (大学または寮へのLAN接続)

III. 留学費用について

諸経費（1ヶ月の平均）			
1	宿舎費	410	(ユーロ)/月
2	食費	200	(ユーロ)/月
3	交通費	0	(ユーロ)/月
4	通信費	7	(ユーロ)/月
5	娯楽費	200	(ユーロ)/月
6	図書費	0	(ユーロ)/月
7	学用品（教科書など）	10	(ユーロ)/月
8	被服費	50	(ユーロ)/月
9	医療費	0	(ユーロ)/月
10	雑費・その他	100	(ユーロ)/月
上記以外にかかった大きな金額の内訳（留学準備期間含む）			
11	出願料・宿舎デポジット	500	(ユーロ)/月
12	ビザ申請関連費	75	(ユーロ)/月
13	航空券代（休暇時旅行費用は除く）	16万	(円)/月
14	その他	300	(ユーロ)/月 備考（旅行等）
15	留学全日程に要した総額（概算）	110万	円/合計
お金の持って行き方			
16	<input checked="" type="checkbox"/> 現金（渡航時：10万 円） <input checked="" type="checkbox"/> 国際キャッシュカード（銀行名：スルガ銀行） <input checked="" type="checkbox"/> 海外送金 <input type="checkbox"/> クレジットカードからのキャッシング <input type="checkbox"/> その他（ ）		
17	現地で銀行口座開設	した	
18	口座開設手続き方法・利点・欠点	現地学校が手配してくれる。現地での決済がだいぶ楽になる。	
19	お金に関するアドバイス	留学先の文化にもよるが、交際費など、思ったよりも出費することが多いと思う。現地ならではの楽しむことも醍醐味だと思うので、無駄のないように気を付けることが一番。お金を使う前にそれが現地でしかあまり体験することがないのか等を判断基準に考えてもよいと思う。また、自炊をする際にはスーパーで食品を買うことになるが、キロ単位での販売など、とにかく一人で使い切るには多すぎる量しか売っていないことがよくある。その際は知り合いと分けるなど、無駄に多くの食品を買わないように気を付けると良い。毎回多く食品を買うと思っているよりも高つく。	

IV. 保険・医療について

1	海外旅行（留学）保険の種類	C19 (7か月分で73,830円)
2	留学中に病気・けが等をし、通院・薬の処方を受けましたか？	いいえ
3	日本から持参した方が良かったと思う薬などはありますか？理由は何ですか？	鎮痛剤・胃薬・風邪薬・漢方薬など（自分は胃腸炎を発症しやすいことがあらかじめわかっていたため、それに対する薬は3か月分以上持って行った。）

V. 持ち物について

1 日本から持っていったもの

衣服（欧州の寒さに耐えられるようダウンを持参した。）、現地の人にあげるお土産（箸や扇子、フリクションペンなど）、ドイツ語の教科書・英単語帳、化粧品、インスタント食品

2 現地で購入したもの

衣服など、消耗品は現地で購入した。それほど気負わなくても大体のものは現地で揃う。

3 （自分は持っていかなかったが）日本から持っていったら便利だと思ったもの

特にはなし。

VI. 留学先で困ったこと

一番困ったことは部屋の不具合を大家さんが真剣に取り合ってくれなかったこと。かなりのストレスになったし、正直その不具合から身の危険も感じた。ただ、海外では修理依頼を先延ばしにされたり忘れられたりすることは珍しくないそうなので、しつこく要求することも大切だと学んだ。

VII. その他、後続の学生へのアドバイス

留学先は新しいことで溢れていてとても刺激的ですが、気を抜ける空間を作っておくことも大切です。私の場合、部屋の環境を整えたり、家族・友達とテレビ電話することでだいぶストレスが和らぎました。それだけでなく、現地で知り合った友達にも積極的に甘えて良いと思います。留学生は留学生のコミュニティで知り合いを作ることがやはり多いと思いますが、ヨーロッパ圏内からの留学生、ラテンアメリカからの留学生、アジアからの留学生など、出身はそれぞれ違い、現地に慣れている人もそうでない人もいました。できるだけ多く知り合いを作って困ったことをいろいろな人に聞けるようにできていると安心だと思います。