

神奈川県派遣交換留学生 近況報告書（初回）

所属	外国語学部	英語英文学科	学科 専攻
派遣先大学 (国)	ウォーターフォード工科大学 (アイルランド)		
所属プログラム・ 学部・研究科	School of Humanities, Department of Languages and Tourism, BA in Tourism Marketing Year2 course		
報告書提出日	2019年9月30日		
留学予定期間	2019年8月～2019年12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： () /合計
 航空券代： () /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

出願料：なし
 宿舎デポジット：€2,070(四ヶ月分)
 航空券代：¥416,000
 ビザ申請関連費：€300
 保険加入：¥48,110
 ビザ取得の残高：¥420,000

1.2. 渡航について

【経路】

- 成田→ヘルシンキ→ダブリン
- ダブリン空港→ダブリン中心街(バスで30分ほど)
- *ダブリン中心街のホリデイインエクスプレスダブリンシティセンターで二泊
- ダブリン→ウォーターフォード(バスで2時間半ほど)→マリーナホテル(徒歩15分ほど)
- *ウォーターフォード中心街のマリーナホテルで一泊
- ホテル→バス停(徒歩5分ほど)→大学(バスで10分ほど)

- ・寮の場所をきちんと把握していなかった為、バス停から寮までかなり歩いた。
- ・途中で親切な老夫婦に車で拾って頂き、寮に到着した。
- ・寮によって行き方が異なる為、事前に調べておくべきだった。
- ・city campus accommodation であれば、中心街からでも歩ける距離。

☆滞在先への行き方や時間、また滞在先の前にホテルなどで一泊する際はそこから滞在先への行き方も事前に調べておくべきだった。

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

寮に到着したらまずレセプションで名前を言い、部屋の設備などの説明を受けてから部屋のカードキーを受け取った。入寮の際に提出する書類を印刷してもらい、部屋に荷物を置いてから記入し、レセプションまで出しに行った。部屋には大きめのバスタオルとバスマットが一枚ずつ置かれていた。それぞれ一人部屋で、シャワートイレが付いていてキッチンを四人でシェアする形だった。キッチンは用具がほとんど備わっていたのでちょっとしたものを買うだけで済んだ。一度、シャワーを浴びる際にお湯が出ず、大変だったがレセプションですぐに対応してもらえた。コインランドリーが寮にあるという話を聞いていたが、実際は洗濯物をまとめて1Fの洗濯場に行くと一回5キロで€8で洗濯と乾燥の工程をしてもらえるものだった。なかなか自由に洗濯ができないので少し困った。寮のすぐ近くにコインランドリーがあるが、外にただ置かれているだけのものなのであまりおすすめはしない。

2.2. 滞在許可・外国人登録の手続き

外国人登録の際に必要なもの：パスポート、入学許可証、住所証明、残高証明、保険加入証明、申請料
●残高証明など書類で出国前に準備すべきものなどは早めに用意しておいた方がよい。

外国人登録は、ウォーターフォード中心街にある警察署で行う。警察署へ行く前に、大学の international office にて、IRP(Irish Residency Permit)を受け取る必要がある。これは、オンラインで事前に発行手続きを行い、手続きの一週間後にオフィスに取りに行く形になる。手続きの詳細は、メールで送られ、オリエンテーションでも話がある。住所などの個人情報情報は正確にして手続きを行わないと再度手続きをし、受け取りに時間がかかってしまうため注意した方がよい。書類が準備できたら、警察署の immigration office へ自分でアポイントメントをメールで取り、行くという流れだった。

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は、広めの体育館のような場所で留学生のみで国際センターの担当者を中心に座って話を聞くスタイルだった。着いたらまず受付があり、そこで自分の名前を確認し、名前の書かれたシールを受け取り、席に着く。そこからそれぞれの学科コースや履修の話や、クラブやソサエティーの話などが昼休憩を挟みつつ行われた。また、コピーの仕方、レクリエーションを含めた学校内見学がそれぞれ複数のグループに分けられ行われた。日本人はすべて同じグループで、ほかにはブラジルやアイルランド、中国の留学生たちと同じグループだった。夜には学内にあるホールでナイトパーティーなどもあるので、友達をたくさん作ることもできる日になった。

3. 目標について

3.1. 留学の目的、達成目標

留学の目的は、英語力向上(TOEIC800点以上、TOEFL80点以上)、国際的感覚や思考を身につけ、自分の目で多くのものを見て、多くの人に出会い、様々な視点から柔軟に考えられる人になる。

3.2. これまでの学習・研修目標および達成度について

日本にいたとき、英語が話せる話せないではなく、話すことが億劫に感じられ、出国前は非常に不安だった。話せなかったら、相手に伝わらなかったらどうしようと、そればかり考えていた。しかし、一ヶ月経った現在、友達もたくさんでき、英語を「話そう」ではなく、伝えたいという意思を「見せよう」という思考に変わり、自分で会話力や単語数の増加を身をもって感じている。出国前の自分に言いたいことは、すべては自分の気持ちを相手に示すことが大切だということ。現状では、自分なりにかなりいいペースで目標を達成しつつあるため、次の目標に向けて満足せず、自身を持って留学生活を送りたいと思う。

3.3. 今月の学習・研修目標

まもなく、授業でのプレゼンテーションや小テストなどがある。現地の学生たちとグループになり、プレゼンテーションを行うため、自分の意思やわからないことはしっかり伝え、いいプレゼンテーションにしたい。小テストに関しては、スペイン語の授業のため、復習の意味も含めてしっかり取り組みたい。研修全体を通しては、休み期間を利用して、他の国に出ることを考えている。渡航した先で、アイルランドとはまた違った文化、人に触れて刺激ある一ヶ月にしたい。

4. 学修について

4.1. 授業時間割

現在の学期	前学期
月	
火	[9:15-10:15]Spanish [10:15-11:15]Spanish [14:15-15:15]Tourism Studies
水	[9:15-10:15]Guiding [10:15-11:15]Spaniah [12:15-13:15]Guiding [13:15-14:15]Guiding
木	[15:15-16:15]Tourism Studies [16:15-17:15] Tourism Studies
金	
土	
日	

4.2. 授業について

Spanish : 神奈川大学の初級から中級に当たるレベルで、プリントを活用する講義形式の授業。少人数の為、先生との会話も多く質疑応答も丁寧。評価方法は期末テストで、そのクラスごとに小テストの日程なども細かくお知らせして下さる。現在の進度としては、復習から入り、未来形、現在完了形、自分の好き嫌いの表現を取り扱っている。

Guiding : ツアーなどのガイドについてのクラス。少人数制で、講義形式。ノートを取ることが多くあるため、かなり集中力が必要。先生は、スライドを利用しそれをみんなで見ながら説明をし、たまにグループワークでその日の授業についての課題をその場で行う。個人のプレゼンテーションがある。現在は、プレゼンテーションの準備を進めている。なかなか授業中に発言はできていない。内容の理解度は80%ほど。英語についていくのに必死のため、内容を100%理解するのは難しい。

Tourism Studies : ツーリズムを歴史や、文化を交えながら学習する、講義形式の授業。**Guiding** 同様、ノートを取り、学期の間にグループでのプレゼンテーションがある。評価は期末テスト。**Guiding** と同じ先生のため、授業の進行の仕方が同じ。内容理解はこちらも80%ほどで、グループワークでの発言を

もっと増やしたいと思う。

4.3. 予習・復習・自習について

Spanish : ノートやプリントを見返し、その日やった内容を確認している。また、授業内で出された課題などを通して、実践的に復習している。

Guiding : ノートを見返し、レジュメなども含めてわからないところは意味を調べ、内容を一から確認している。プレゼンテーションに向けても情報を集めている。

Tourism Studies : ノート、レジュメを見返し、内容を確認している。

5. 生活について

5.1. 衣食住について

住居	学内寮 (その他:)

5.2. 課外活動について

休日は、友達とご飯を作ったり外に食べに行ったり、買い物をしたりしている。まだあまり遠くへの外出はしたことがない。夜には、街の中心にあるバーでお酒を飲んだりしている。友達の多くは、マレーシア人、台湾人などで、毎晩のように一緒にご飯をつくって食べている。サークルは **Japanese Society** に参加し、多くのアイルランド人が日本に興味を持っていることを知ってとてもうれしい気持ちになった。来月には、フランス、スペイン、国内だとヨークなどに旅行を考えている。

5.3. 現在までの感想

ここまで、あっという間で長い一ヶ月であった。私は着いた初日にマレーシア人の友達ができ、そこから多くの交流が生まれ、今とても充実している。言葉をうまく伝えられなくても、単語が出てこなくても、めげずに伝えようとする力が付いてきたということがこの一ヶ月での収穫だ。友達を作るのに「ハイ」の一言でいいということに気づき、自分をもっと知ってほしいし、相手のことも同じように知りたいと思うようになった。自分の変化に今とても驚くとともにうれしさを感じている。時間も穏やかで、人も優しいこの場所で、今までのどんな自分よりも自分を好きになれた一ヶ月。もっとたくさんの人と出会い、貴重な時間を過ごし、帰る頃にはいろんな国に友達がいるような環境になっていることを願う。

以上

所属	外国語学部	英語英文	学科 専攻
派遣先大学 (国)	ウォーターフォード工科大学 (アイルランド)		
所属プログラム・ 学部・研究科	School of Humanities, Department of Languages and Tourism, BA in Tourism Marketing Year2 course		
報告書提出日	2019年 11月 27日		

1. 目標について

1.1. 留学の目的、達成目標

留学生活を通して、私は語学力向上を第一に考えてきた。約三ヶ月が経過した今、徐々に自分の成長を感じられており、とても充実している。残りの時間が少なくなり、私が今目標としたいのはより多くの人とのコミュニケーションにより、どんな場面でも相手がどんな人であっても、意思や考えを100%伝えられるようになることである。それに加え、まもなく学期末に入り、定期試験やレポートなどに取り組む時期が来る。しっかりと復習をし、留学生活の集大成としてそれぞれ八割以上の点数がとれるようにしたい。

1.2. 先月の学習・研修目標および達成度について

九月からの約二ヶ月間で、授業や日常生活などを通じ、様々な経験を積むことができた。それにより、私が留学をするにあたって掲げていた、英語力の向上がこの二ヶ月間で感じられるようになった。授業では、プレゼンテーションやグループワークにて現地学生や他国の留学生とのコミュニケーションを通じ、意見を持ちそれを発信することの大変さを、身をもって経験することができた。プレゼンテーションでは、現地学生の話し方や振る舞いで参考になるところを取り入れ、自分のプレゼンテーションに生かし、内容に関しても伝わりやすさを重視し、満足のいく点数をもらうことができた。グループでの活動では自分の意見が伝わり、理解されることで自分に自信を持つことができるようになった。また、日常生活では、他国留学生との共同生活において、相手と自分の文化の違いに対応する力を身につけることができた。違う国の同世代の友人を持つことで、自分にとって大きな刺激となった。それは英語力向上の大きな要因の一つとなり、授業での経験と同様に自分に自信を持つことができた。自分の言いたいことを英語でどのように伝えたらいいか、考えずに話すことができるようになってきた。

n

1.3. 今月の学習・研修目標

これから定期試験期間に入るため、この三ヶ月間で行ってきた学習の成果を十分に発揮できるようにしっかりと準備したい。これまでの授業でとったノートやレジュメを材料に復習し、きちんと理解した上で試験に臨みたいと思う。

2. 学修について

2.1. 授業について

・Spanish の授業は、少人数であることと、そして、私が留学生であるということで、先生がとても親身になってくださっているのが、順調であるように感じる。小テストが二回あったが、一つ目のテストは自分の思ったより点数がとれ、七割ほどだった。二つ目は満足いく点数ではなかった。テストは、活用などが中心で、最期には配点の大きい作文の問題がある形式だった。授業内容は、期間の表現や位置の表現、estar 動詞、未来の表現など。

・Guiding の授業では、自分についてのプレゼンテーションがあり、私は故郷である新潟について話した。それまでなかなか発言らしい発言もできなかったため、初めて授業で人前に出て話す機会となった。プレゼンテーションを行う側も聞く側も、日本とは違い、フランクな様子であることに驚いた。私の話に対して態度で反応してくれる人もいて、話しやすさを感じた。授業の内容は、guiding において必要な知識、旅程表作成の上で大切なことなど。

・Tourism Studies は、自分以外全員アイルランド人という中でグループでのプレゼンテーションに取り組んだ。なかなか意思疎通が大変であったが、質問を積極的にしたりしつつ準備し、評価も良い点数を取ることができた。授業内容は、ツーリズムの歴史、需要、アイルランドにおけるツーリズム、持続可能なツーリズム、未来のツーリズムなど。

2.2. 予習・復習・自習について

・Spanish プリント、ノートを見返し、作文などを通して復習する。また、日本から持参した参考書なども活用し分からなければ調べつつ学習している。

・Guiding 授業で取ったノートを、レジュメと併せて見返し復習している。また、アサインメントとして、自分で一つ場所を選び、そこについての旅程表を、その歴史などを含めて書くという課題に取り組んだ。一週間ほどかけて情報を自分で集めながら、レポートを書いていった。フォーマットに関する規定がかなりあるように思うため、確認しながら行った。表紙の書き方や、ファイリングについても決められているため、大変であった。

・Tourism Studies Guiding と同様に、授業でのノート、レジュメを中心に復習した。この授業でのアサインメントは、質問に対する問いに関する内容を書いていくというものだった。こちらはかなり大変で、質問の内容理解ですら大変なことだった。

2.3. 語学力について

留學生活が始まってから、自分では語学力が間違いなく上がっていると感じる。留学前は、自分の思うように英語力が付いていかなかったらどうしようと不安に思っていた。しかし、授業で現地の学生とともに勉強すること、そしてここで出会った友人たちとの日常的な関わりなどを通じて、自分が予想していた以上に語学面での成長をすることができた。単に言語だけの成長であれば、日本国内であってもそれなりにはなると思う。日本国外に出たことによって、私は異なる文化、異なる環境で育った様々な国から来た人たちと関わることで刺激を受け、相手に伝えることを第一に考えたコミュニケーションの力をつけることができた。それに加え、私は自分がお手本にしたい人を見つけ、その人の使う英語表現や、話し方をどんどん真似することで、自分のボキャブラリーや表現を増やしていった。留学前は、英語で話すにも一苦労で、頭でよく考えてもなお会話に詰まってしまうことも多々あった。今では、人に聞くこと、人の真似をすることを恐れずにできるようになったと感じる。帰国日が迫っているが、おし

やべりすぎるくらいに人と会話し、もっともっと英語力、単語量を磨いて帰国後も衰えないような努力をしていきたいと思う。

3. 生活について

3.1. 衣食住について

住居	(その他:)
<p>寮内では、段々気温が下がってきているのでヒーターをつけ始めた。電気代が、元々払った分を使い切り、余分にかかってきそうな状況にある。10月には、リーディングウィーク(長期の休み期間)中に、部屋に寮の管理者側からのチェックが入り、部屋を清潔にしているか、電気機器関係の確認などをされた。共用スペースであるリビングの確認も入り、同じようにチェックされた。特に問題はなく、快適に生活できている。日々の食事に関しては、もう一つある大きい学生寮にて、友達8人ほどで毎日のように集まり、食材を買い自炊をしている。そこでのコミュニケーションは私の一日の終わりにある楽しみだ。それぞれ、日本、マレーシア、香港など、いつもアジア人ばかりだが、自分の国の料理を振る舞ったり、リクエストがあればその日に作る担当が作ったりと、共同生活を満喫している。</p>	

3.2. 課外活動について

<p>ウォーターフォードの街自体、決まった場所しか行くところもなく、休日はカフェで勉強したり外食をしたり、夜は友達と集まりご飯を作り食べたりしている。ここ最近はアサインメントに専念していたため、ウォーターフォードの外には出ていない。11月の頭には、母がウォーターフォードに来たため、その後一緒にダブリンへ行き少し観光や買い物をしたりした。また10月には、家族が危篤状態にあり、一時帰国をした。初めて自分一人で航空券を予約し、自分一人で遠く離れた距離への移動を経験した。帰国し、見舞いに行き最終的には最期に立ち会うことができ、帰国によって多くの貴重な経験をする事ができた。今まで誰かの命が終わる瞬間に立ち会ったことはなかったが、命に直接この目で向き合い、悲しみに直面し、心には大分負担になったが、とても良い機会だったと今は感じている。また、どんなに遠く離れていたとしても、意思があればどこでも行くことができるということを、身をもって感じた。家族から連絡があつてから、翌日には飛行機に乗っていた。私は慎重なタイプの間人だが、気が動転していたせいか、冷静でなかったせいか、その時は何も考えず飛行機を予約していた。せっかく留学しているのに、なぜそこまでして帰国するのかと言われたこともあったが、後悔はない。日本から離れた場所にいるからこそ、こんな貴重な経験ができたと思っている。これは私の留学生活における最も大きな出来事だ。勉強以外にもたくさん学ぶことがあると感じた。</p>
--

3.3. 現在までの感想

<p>定期試験が思ったより早くに終わるため、帰国日を早めた。日に日に帰国の日が近づき、少し寂しさを感じ始めている。これまで三ヶ月間でたくさんの人に出会い、助けてもらった。その中で語学面だけではなく学んだことがたくさんあり、派遣交換留学に応募してみて本当に良かったと感じている。今のところの悩みは、就職活動についてである。まだ四年で卒業できるか分からず、少し厳しいかと自分で感じているため、留学中はとにかく就職については考えず過ごしてきた。周りは少しずつ準備などしている中、自分を取り残されてしまう気がしている。今は不安を解消するために、情報を集め、自分の現段階の状況をもう一度確認し、前向きに過ごしていきたいと思っている。留学をして良かったと思うことの一つとして、物事を色々な方向から見て、前向きに考えられるようになったことだ。不安はあるが、</p>

大学のセンターなどを利用しつつ自分なりに進めていけたらいいと思う。

以上

神奈川県立大学派遣交換留学修了報告書

所 属	外国語学部	学 科	英語英文学科	3 年次
派遣先大学 (国)	ウォーターフォード工科大学 (アイルランド)			
所属プログラム・ 学部・研究科	School of Humanities, Department of Languages and Tourism	履修言語	英語	
留学期間	2019年9月～2019年12月			
報告書提出日	2020年1月15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
Fall Semester	9月10日 ～12月12日 (週)	12月3日 ～12月4日	オリエンテーションが第一週に行われ、そこで詳しい履修の説明をされる。しかしなかなか聞き取るのに苦労し友達と協力しながらオンラインで作業した。履修登録期間が長かったため、履修したい授業に出つつ、履修の作業もしていった。

1.2. 履修科目・内容

学期	履修科目名	合計時間	履修内容・授業での取り組み
		(内訳)	
Fall Semester	Spanish	33 時間	講義は火曜日に二時間、水曜日に一時間。内容は、未来形、線過去、点過去、好き/嫌い(意見)の表現、過去分詞形などについて学び、それぞれの内容において授業内で主に作文を通して演習した。中間試験と期末試験それぞれノート、授業内で配布されたプリントなどを用いて復習し臨んだ。
		1 (時間/回) × 3 (回/週) × 11 (週)	
Fall Semester	Guiding	33 時間	Guiding の授業では、ツアーガイドになるにはどのような人材が必要とされているかを学んだ。授業ではスライドを用いながら、場合によってはグループワークとして話し合いの時間があったりした。レジュメは、自分で印刷することができる(ドットキャンパスと同様の機能)。自分の好きなトピックについて一人一人前で話す機会もあった。試験前は授業内で取ったノート、レジュメを復習し臨んだ。
		1 (時間/回) × 3 (回/週) × 11 (週)	
Fall Semester	Tourism Studies	33 時間	Tourism Studies では、旅行業における様々な知識について学んだ。 Guiding と同様、スライドを用い、意見交換が飛び交う授業だった。授業内では、複数人のグループになり行うプレゼンテーションもあった。休み時間などで集まり、分担して担当した項目をまとめたりした。試験前は授業内のノート、レジュメを用いて復習を行った。
		1 (時間/回) × 3 (回/週) × 11 (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

普段は、とにかく授業中に集中し聞くことが大切だと感じた。ノートを取り、理解したつもりでもやはり見返すと100%理解をするのは厳しい。しかしテスト前や、レポート作成の際などにはノートは必須のため、集中しつつもノートもきちんと取った方が良い。復習などにも有効活用できるのでレジュメなどに直接書き込むのも効果的なやり方の一つ。課題はレポート提出や個人、またはグループでのプレゼンテーションの準備などで、授業内容によって大きく異なるように思う。資料を出され、それについてテーマが課せられ、レポートを書く課題では、資料に目を通し意味を理解するのも一苦勞で、なかなかやり応えのあるレポート。また、自分で旅程表を作成する文字数も割と少なめの易しいレポートまで様々だった。レポートなど課題が出た場合、分からないことを曖昧にせず質問をし、意見交換などもした。

1.4. 語学力について

留学前、私はカフェなどで注文をするのにも緊張しうまく伝えられないほどだった。本当は言おうと思えば言える言葉も、自信と勇気がなく発揮することができずもどかしく感じていた。留学開始直後、様々な出会い、刺激によって自分がどんどん変わっていくのを感じられ、とても嬉しかった。新しく出会った人たちとのコミュニケーションを通して、自分の考えをありのまま伝えること、分からなければ分からないとはっきり伝えること。これらの当たり前のことがいかに大変で大切であるか、身をもって実感した。自分の変化に気づいたのは留学開始してまもなくだった。今までにない経験と、それにより自信が付いたお陰で私は積極的でアクティブな性格に変わっていった。

日常で人とより多く会話するよう心がけたことで、英語での会話にためらいなく、間違えることを恐れず話すことができるようになった。

2. 留学の成果を振り返って

2.1. 学修の成果

私は元々旅行業に興味があり、2018年には神奈川大学で行われている講座に参加し、国内旅程管理の資格を取得した。そして今回の留学先で旅行業を英語で学び、とても大きな刺激を得ることができた。GuidingとTourism Studiesを通して、日本での講座では知り得なかったような知識、そして活発な意見交換があったことで、自分以外の考えを多く聞き、多様な考え方を付けられた。さらに、英語での授業ということで、常に一番の目的としていた語学力の向上にも繋がるものとなった。英語を聞きとることと、授業の内容を理解することを同時に行うのは非常に大変な時もあったが、そのお陰で大いに成長することができた。また、神奈川大学で第二外国語としてスペイン語を履修していたため、完全に母国語以外の言葉で授業を受けられる留学先でも学んでみたいと思い、履修した。内容はそれほど難しくは感じられなかったが、話を聞き取ることに慣れることが困難であった。しかし、スペイン語を担当していた教授はいつも気にかけてくれたため、分からないことがあっても質問を気軽にすることができ、授業についていくことができた。スペイン語の授業を通して、より多様な言語を自在に操れるようになりたいと心の底から感じた。

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

私は授業内で発言をすることが苦手だった。英語でうまく伝わらなかつたら、授業の雰囲気や乱してしまったらと、いろいろ気にしてしまい、発言はほとんどできなかった。グループでの話し合いではまだ話せるが、クラス全員の前ではやはり遠慮していた。これから留学をする方には、是非発言する癖をつけてほしい。自分が意見や意思を持っているというのを他の人に示すことができたなら、自分を理解してもらえることに繋がるはずだ。

2.3. 留学生活で得られたもの

私は、日常生活を通して一生付き合っていくだろうと思える友人に出会えた。共同生活は初めてで、初めは慣れないこともあったが、彼らと時間をともにし、夕飯を作ったり、隣の町まででかけたり、日常を通して、言葉の成長と自分の内面の成長を感じられた。信頼できる友人と、遠く離れた地で四ヶ月間過ごし、不安やマイナスな気持ちを一度も感ずることなく、非常に良い状態で自分のやりたいことをできたと感じ、改めて日常生活の安定がどれほど大切かということを知ることができた。また、留学生ということを周りの人は理解をしてくれ、どこにいても親切にしてくれる人ばかりだった。この四ヶ月で人の温かさ、親切的な心に触れ、自分の人生にとって本当に素晴らしい経験となったと感じられた。

2.4. 留学生活での反省点ならびに留学志望者へ生活面のアドバイス

私がこの四ヶ月間で海外での生活で一番大切だと感じたことは、自信を持って何でもやってみること。留学生はもちろん様々な国から、また、その国自体が多様な人種が暮らしているということもあり、生活を共にする人が同じ人種の人とは限らない。その中で、どれだけの人と出会うことができるか、自分らしくいられるかが本当に大切だと感じた。また、人と関わる上で、自分の考えていることをきちんと言葉にし、相手に伝えることを怖がらないでほしい。最初は見知らぬ土地で、戸惑うことやホームシックになることもあるかもしれないが、限られた時間を大切にすることと、自分の目標を忘れないでほしいと思う。終わってみるとあっという間で、留学先を恋しく思うこともある。しかし私は後悔がない。留学する前に、留学が終わって、ああしておけば良かった、参加していればよかったなどと思わなくていいように、やりたいことは全てやると自分のなかで決めていたからだ。そのお陰でアクティブに、悔いなく全てやりきることができた。留学を希望している人には、後悔しなくてもいいように、目標を立ててしっかりと準備をし、自信を持って自分だけの留学生活を謳歌してほしい。そして、何か起きたとしても意外となんとかなる、大丈夫という気持ちも一緒に持って行ってもらえたら嬉しい。何か困ったことや難しいことがあっても、誰かに聞くことを恐れずの気持ちでいることが大切だ。試しに見てみる、話してみる、行ってみる。そのくらいの心構えで何にでも挑戦してみしてほしい。

帰国後は、現実が一気に押し寄せてくるような感じがし、留学中とのギャップに少し驚くかもしれないし、不安にもなる。それに打ち勝つには、帰国後の自分の目標や、次はどうしたいかなどのビジョンをしっかりと考えて留学生活を過ごすことが大切である。

派遣交換留学中の生活等に関する調査

国際センター

記入年月日：2020年1月15日

所 属	外国語学部	英語英文学科	3 年次
派遣先大学	ウォーターフォード工科大学		4 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 checked="" type="checkbox"/> 学内寮 <input type="checkbox"/> 学外寮 <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> 民間アパート <input type="checkbox"/> その他 ()
2	住居形態の詳細を教えてください。	日本人が私を含め4人、アイルランド人が1人でキッチンを共有。自室の広さは部屋の間取りによって異なるが、私の部屋は7畳ほど。
3	入居時手続き	寮に必要な費用は日本から先に送金をした。寮に着くと受付にて用紙に記入をし、提出し鍵をすぐ受け取り入室できた。
4	費用 (月額)	517 (€) (食費 食費含まない/月)
5	支払方法	一括で日本から海外送金
6	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 type="checkbox"/> ジム <input type="checkbox"/> 洗濯機 <input type="checkbox"/> 乾燥機 <input type="checkbox"/> その他 ()
7	住居選択方法	<input type="checkbox"/> 渡航前に申込 <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"/> その他 ()
8	周囲環境	最も栄えている町から徒歩で10分ほど。大学までは歩いて30分ほど。歩いて10分の距離に大きめのスーパーが二軒。
9	アクセス	寮から大学までは徒歩で30分。寮から無料のスクールバスも出ている。
10	留学中の住居に関して アドバイス	調理器具や寝具などは私の寮にはあったが全ての寮にある訳ではない為、注意が必要。

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	街にある携帯ショップにてSIMカードを購入
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	宿舍費	0 (€) /月
2	食費	300 (€) /月
3	交通費	30 (€) /月
4	通信費	20 (€) /月
5	娯楽費	100 (€) /月
6	図書費	0 (€) /合計
7	学用品 (教科書など)	0 (€) /合計

8	被服費	0 (€) /合計
9	医療費	0 (€) /合計
10	雑費・その他	100 (€) /合計
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	2,070 (€) /合計
12	ビザ申請関連費	300 (€) /合計
13	航空券代 (休暇時旅行費用は除く)	4,160 (€) /往復
14	その他	500 (€) /合計
15	留学全日程に要した総額 (概算)	7,580 (€) /合計
お金の持って行き方		
16	<input checked="" type="checkbox"/> 現金 (渡航時: 150,000 円) <input checked="" type="checkbox"/> 国際キャッシュカード (銀行名: 住信、ソニー) <input type="checkbox"/> 海外送金 <input type="checkbox"/> その他 ()	
17	現地で銀行口座開設	-
18	お金に関するアドバイス	何にいくら使ったかを記録しておくとう留学中、留学後に役立つ

IV. 保険・医療について

1	海外旅行 (留学) 保険の種類	C19 プラン (5 か月分で 61,100 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

V. 持ち物について

1	日本から持っていったもの
	衣類、洗濯用品 (洗濯ネット、洗濯はさみ、ハンガー)、靴三足、パソコン、カメラ、救急セット、薬、生理用品、タオル、勉強道具
2	現地で購入したもの
	シャンプーなどの日用品、衣類
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

VI. 留学先で困ったこと

体調不良、騒音、寮の電気トラブル

VII. その他、後続の学生へのアドバイス

私は留学開始直後に体調を崩したことがあったので、無理はせずに自分のペースをなるべく守って生活できるとその先の生活もうまくいくと思います。
--