

神奈川県派遣交換留学生 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)	ヴロツワフ経済・経営大学 (ポーランド)		
所属プログラム・ 学部・研究科	ERUSMS, BA/MA		
報告書提出日	2019年10月24日		
留学予定期間	2019年9月～2020年2月		

1. 渡航について

1.1. 出発前の準備

出願料・宿舍デポジット： 400 (ズロチ) /合計

航空券代： 110000 (円) /合計

ビザ申請関連費： 0 (円) /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

6月 入学手続き開始

7月 セメスタースケジュールが判明、飛行機とビザ申請予約をするもののビザ申請が9月まで予約が取れなかったため急遽平塚国際課と大使館に連絡し、予約を早めていただいた。保険が申請できなかったためやむを得ないが、早めに行動することが大事だと痛感した。

8月 7月中旬に寮に入れることが正式に決定し、ビザ取得のため大使館訪問、指定された書類を提出し、5日ほどでビザ発給の連絡が来たため引き取りに行った。

9月 ポーランド人のチューターと頻りに連絡を取るようになった。

1.2. 渡航について

行きはドーハ、ワルシャワ経由でカタール航空でした。トランジットに5時間間が空きましたが、ポーランド航空からでているワルシャワまでの直行便は片道20万円ほどと高かったため、トランジットが多くても安いものを選びました。ヴロツワフ・コペルニクス空港に着いてからはUberで学生寮まで向かいました。空港からは車で、30分ほどで約30ズロチ、日本円で約900円でした。空港から寮の近くまでバスもありますが、荷物の寮が大変多かったため断念しました。

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

◇手続き

学生寮についた後、窓口の人と手続きをしましたが、ポーランド語のため大変でした。

名前を言うと部屋番号を渡され、鍵は同居人が持っているためその人から受け取るよう指示がありました。エレベーターがないため自力で3階まで荷物を上げ、部屋の扉を叩いたところ、中からスペイン女性二人が現れましたが、彼女たちの中で部屋交換が行われたようでした。スペイン語しか話せないとのことではなかなか話が通じず苦労しましたが、身振り手振りのコミュニケーションの末、私が2人部屋を1人で使うことで決着がつかしました。その後ロシア人が到着し、一緒に部屋で過ごすことになりました。

◇支払い

登録のため名前や国籍などを契約書に記入し、オフィスで支払いをしました。カードでも現金でも支払えます。鍵のかかるロッカーなどがいないため貴重品の管理に気を付けます。Wifi,ケトルは設置されていません。

2.2. 滞在許可・外国人登録の手続き

寮のオフィスで寮登録のための書類と滞在先登録の書類を渡されます。寮登録の書類を提出すると1ヶ月分の寮費とデポジットを支払います。支払いが済むと寮の滞在証明書を渡されるので滞在先登録書と一緒に持って市役所へ行きます。書類はもちろん、市役所のスタッフもポーランド語しか話さない場合が多いので数字などは学んでから行くとい良いでしょう。

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

9月21日 入寮

9月24日 オリエンテーション、スチューデントカードの引き取り、履修に関する注意事項、履修登録開始

9月25日 シティツアー

9月26日 学生団体による活動説明、人種差別にあった際の対応方法など、履修登録終了

9月27日 学内案内ツアー

9月28日 非開講科目の発表、再登録期間

10月1日 授業開始

10月25日 履修授業確定手続き締め切り

3. 目標について

3.1. 留学の目的、達成目標

TOEIC Speaking の点数が最高得点より20点落ちたため50点アップを目指し、180点到達を目指します。そのためにルームメイトをはじめとする友人と英語を使う機会を増やし、プレゼンテーションなども積極的に取り組みます。また、ヨーロッパと一口に言っても国や地域でガラッと雰囲気が変わるところは日本では経験できないので、積極的に出かけるようにします。また、ポーランド語しか話せない寮のスタッフとも会話できるレベルになれるようポーランド語習得も目指します。

3.2. これまでの学習・研修目標および達成度について

大学の授業では他国からの留学生も現地学生も発言が多く、積極的な学習が目立ちます。わたしは緊張して発言を渋ってしまうのですがもっと積極的に声を出したいと思います。また、特にスペイン人学生は自分が理解できていなくてもそれを英語で伝えようと必死に発言するのに対し、日本人は内容を理解していて、自分の意見があっても発言がなかなかできないという国民性を感じました。1セメスターのみで短い留学生活なので、アグレッシブなスペイン人にも負けないようなパッションで発言に挑戦したいです。

3.3. 今月の学習・研修目標

ポーランド語テキストを 3/4 進める
アイルランドへ旅行予定なので本場の英語に触れる、5人以上友達を作って帰ってくる
1授業1回以上発言をする

4. 学修について

4.1. 授業時間割

現在の学期	冬学期
月	Stress management(16:45~18:15)
火	Recruiting and selecting staff to organization(13:15~16:30)
水	Human Resource Management(9:45~13:00)
木	Decision Making(8:00~11:15) Polish Language(11:30~13:00) Strategic Leadership(13:45~15:00)
金	
土	
日	

4.2. 授業について

①Stress management

授業概要: 現代社会におけるストレスを分析、研究することで自身のストレスとの向き合い方を考える。
内容: 授業はワークショップ形式で実際に生徒がロールプレイングをする形で進んでいく。(パブリックスピーチに対するストレスなど)
進度、理解度: 留学生向けコースということもあり緊張することなく主体的に取り組んでいる

②Recruiting and selecting staff to organization

授業概要: 企業での採用に関する知識と実践を学ぶ
内容: 架空企業での採用プロセスをロールプレイングする。インタビューやテストなどを授業の内容をもとに生徒が作り、先生が評価する。
進度、理解度: 唯一のアジア人、日本人としての意見を求められることが多い。特に新卒一括採用などはやはりなじみがなくクラスの前で説明などをした。

③Human Resouce Management

未だ開講していない。11月開講予定。

④Decision Making

授業概要：組織決定に関する知識と実践。メソッドを多く学ぶ。

内容：講義とコンピューターを使った演習に分かれる。講義ではスライドを中心に知識を増やし、生徒同士で意見を交わすことも多い。演習では実際に組織決定を行う際の分析方法などを実践的に学んでいる。

進度、理解度：コンピューター作業が得意なこともあり、演習では他生徒を助けることがあるが、講義はやはり進むのがはやく、ついていけない部分が稀にあるため、現地学生と協力し合って学習している。

⑤Polish Language

授業概要：ポーランド語基礎の習得、ポーランド文化の理解

内容：日本の語学学習とは違い、スピーキングが主である。ライティング、リーディングもあるがポーランド語独自のアルファベットも多く、その読み分けなども学んでいる。

進度、理解度：基本的なあいさつ、自己紹介ができるようになったが、まだまだ日常で会話ができるほどではない。先生が面白く、積極的に授業に参加している。

⑥Strategic Leadership

授業概要：リーダーとしての意識決定の際のポイントや自分のリーダーとしての強み、弱み、適正を分析する。

内容：学術的な心理テストを通し、自分の得意なこと、苦手なことを知ることで意思決定を助ける。個人での作業とグループワークがある。

進度、理解度：先生の使う単語や語彙が専門的なものが多く、また文脈からも読み取れないことが多い。復習を怠らず、常に授業についていくように意識している。

4.3. 予習・復習・自習について

①予習は必要ないが、授業でのタスクに自身がどのように感じたかが大事なのでその都度ノートにまとめるようにしている。パブリックスピーチは緊張すると思ったので準備して臨んだがそれでも緊張し、ストレスを感じたので、ストレスを正面から考える授業内容にととても合っていて印象に残っている。

②就職活動のロールプレイングで試験官役になったのでグループで質問内容やテスト内容を話し合うなどして準備を進めた。

④日本人が考案したメソッドについて聞かれた際にも知らなかったため答えられなかった。授業で使うスライドは当日の朝配布されるため予習がなかなかできないが、その分復習にしっかり取り組んでいる。

⑤自身で教科書も持っているので自主的に学習を進めているが、授業での会話形式での練習はひとりではできないので授業で積極的に取り組んでいる。

⑥単語や語彙が難しいので不明点をすぐにメモし、復習として調べるようにしている。また、ノートを作成し、まとめている

5. 生活について

5.1. 衣食住について

住居	学内寮（その他： ）
Wifi,ケトルは備えられているとHPには乗っていますが、使えるところはごく限られており、私の部屋では使えないのでルームメイトと共に購入しました。寒いと思ったらいきなり晴れてあたたかくなったり、気温の変化が毎日激しいです。一日の中だけでなく1週間のなかでもかなり変化するので長袖や温かい服だけでなく半袖の服も持ってくるべきだったと思います。	

5.2. 課外活動について

学生活動が盛んで、特に留学生と現地学生の交流を深める学生団体が数多くのシティツアーやイベントなどを企画しています。参加は自由ですが、積極的に参加することで知り合いや友好関係が広まりました。また、派遣大学で行われている、現地学生向けの日本語授業のアシスタントをさせていただくことになりました。まだ始まったばかりですが、学生が主体的に日本語を学ぶ姿勢が自分のポーランド語を学ぶ姿勢と重なり、感動しました。長距離移動バスは格安でサービスも安定しています。上手に利用しながら週末など充実させています。
--

5.3. 現在までの感想

派遣から一ヶ月が経ちました。授業がはじまり、多国籍な学生とともに授業を受けたり、休日を過ごしたりし、日本では経験できない素晴らしい体験をしています。アジアでの留学経験もありますが、一番の違いはアジア国籍が圧倒的マイノリティだということです。街を歩いても私たち以外で日本人を見ることもなく、そもそもアジアンフェイスすら見かけません。1か月間を過ごして、それがいい意味でも悪い意味でも影響する環境がヨーロッパだということに驚いています。日本人の看板を背負っている意識を忘れず、国際的な視点をこれからも積極的に学びたいと思います。
--

以上

神奈川大学派遣交換留学生 近況報告書（12月）

所属	経営学部	国際経営学科	学科 専攻
派遣先大学 (国)	ヴロツワフ経済・経営大学 (ポーランド)		
所属プログラム・ 学部・研究科	ERUSMS, BA/MA		
報告書提出日	2019年12月18日		

1. 目標について

1.1. 留学の目的、達成目標

TOEIC Speaking の点数が最高得点より 20 点落ちたため 50 点アップを目指し、180 点到達を目指します。そのためにルームメイトをはじめとする友人と英語を使う機会を増やし、プレゼンテーションなども積極的に取り組みます。また、ヨーロッパと一口に言っても国や地域でガラッと雰囲気が変わるところは日本では経験できないので、積極的に出かけるようにします。また、ポーランド語しか話せない寮のスタッフとも会話できるレベルになれるようポーランド語習得も目指します。

1.2. 先月の学習・研修目標および達成度について

現地学生の友人も増え、休日など一緒に過ごす時間をつくることができました。また、授業でも積極的に発言できるようになり、プレゼンテーションも行いました。ポーランド語に関してはまだまだですが、習ったことを積極的に使い、買い物や自己紹介、寮のスタッフから洗濯機を借りることなどがポーランド語でできるようになりました。しかしながら出かけるのはいつも同じショッピングモールとクリスマスマーケットなので他のところへも積極的に足を運びたいとおもいます。

1.3. 今月の学習・研修目標

ポーランド語テキストを終わらせる。
英語力アップのために 1 日 5 記事以上の英語ニュースを読む。
スピーキング能力の向上を目指して英語のリスニングをシャドーイングする。

2. 学修について

2.1. 授業について

①Stress management
授業概要：現代社会におけるストレスを分析、研究することで自身のストレスとの向き合い方を考える。
内容：授業はワークショップ形式で実際に生徒がロールプレイングをする形で進んでいく。（パブリックスピーチに対するストレスなど）
進度、理解度：プレゼンテーションやグループワークを行って発表する形式の授業が多く、履修授業の

中で最も英語での発言が多い。国ごとに分かれて自分の意見を述べるのが何度かあったがアジアの意見として尊重されることが多く、責任を感じている。

②Recruiting and selecting staff to organization

授業概要：企業での採用に関する知識と実践を学ぶ

内容：架空企業での採用プロセスをロールプレイングする。インタビューやテストなどを授業の内容をもとに生徒が作り、先生が評価する。

進度、理解度：唯一のアジア人、日本人としての意見を求められることが多い。特に新卒一括採用などはやはりなじみがなくクラスの前で説明などをした。

③Human Resouce Management

授業概要：企業内での人事部の役割、企画について学ぶ。新入社員をまとめるためのリーダーシップについても勉強する。

進度、理解度：教授の英語の癖についていけず、授業の理解が追いつかないことがあるがフランス人留学生と共に協力して学習している。ワークショップが多く、グループでタスクを提出することが多い。

bachelor 向け授業の中でも4年目の学生に向けて開講している授業のため現地学生との温度差があり、ヨーロッパのマネジメントを学ぶ学生とのポテンシャルの差を感じる。

④Decision Making

授業概要：組織決定に関する知識と実践。メソッドを多く学ぶ。

内容：講義とコンピューターを使った演習に分かれる。講義ではスライドを中心に知識を増やし、生徒同士で意見を交わすことも多い。演習では実際に組織決定を行う際の分析方法などを実践的に学んでいる。

進度、理解度：コンピューター作業が得意なこともあり、演習では他生徒を助けることがあるが、講義はやはり進むのがはやく、ついていけない部分が稀にあるため、現地学生と協力し合って学習している。1月にディベートが行われる予定だがついていける自信がないのでしっかり予習して挑みたい。

⑤Polish Language

授業概要：ポーランド語基礎の習得、ポーランド文化の理解

内容：日本の語学学習とは違い、スピーキングが主である。ライティング、リーディングもあるがポーランド語独自のアルファベットも多く、その読み分けなども学んでいる。

進度、理解度：基本的なあいさつ、自己紹介ができ、数字を覚えたため買い物なども挑戦できるようになった。道案内、食べ物の名前なども学習中。

⑥Strategic Leadership

授業概要：リーダーとしての意識決定の際のポイントや自分のリーダーとしての強み、弱み、適正を分析する。

内容：学術的な心理テストを通し、自分の得意なこと、苦手なことを知ることで意思決定を助ける。個人での作業とグループワークがある。

進度、理解度：先生の使う単語や語彙が専門的なものが多く、また文脈からも読み取れないことが多い。復習を怠らず、常に授業についていくように意識している。ケーススタディとそのレポートの提出が多

く、一番時間をかけている授業である。

2.2. 予習・復習・自習について

①予習は必要ないが、授業でのタスクに自身がどのように感じたかが大事なのでその都度ノートにまとめるようにしている。パブリックスピーチにストレスを感じていたが慣れなのかどンドンナチュラルに話せるようになってきたと評価を受けた。事前準備と練習の積み重ねで軽減できるストレスについて実践的に学んでいると感じる。

②予習は必要ないがシミュレーションの事前準備が必要で、グループで授業外に活動をした。

④授業で使うスライドは当日の朝配布されるため予習がなかなかできないが、その分復習にしっかり取り組んでいる。

⑤自身で教科書も持っているので自主的にも学習を進めているが、授業での会話形式での練習はひとりではできないので授業で積極的に取り組んでいる。前回までの授業内容を踏まえた授業なのですべて理解できるまで復習を積極的に行っている。

⑥単語や語彙が難しいので不明点をすぐにメモし、復習として調べるようにしている。また、ノートを作成し、まとめている。

2.3. 語学力について

・英語について

おおよその授業にはついていくことができ、授業によっては発言することもできる。しかしヨーロッパの学生との知識に差があるため理解できないこともあるが、説明を受ければ理解できる。日常会話ではスピードにかける部分があるためもっとブラッシュアップしていきたい。

・ポーランド語

数字や挨拶、簡単な質問は理解できるときもある。買い物はボディランゲージを用いることでポーランド語でもおおむね出来る。

3. 生活について

3.1. 衣食住について

住居 学内寮（その他： ）

11月は暖かい日が続き、日本でいう秋の服装でも十分過ごせましたが12月に入ってから一変し、しっかりと防寒対策が必要になりました。ダウンが安く質の良いものが見つかるので日本から持ってくるよりも現地で調達することを勧めます。スーパーマーケットが近く自炊する環境もありますが、ポーランド料理の安いレストランもたくさんあるので外食もよくします。ポーランドにはタタルという新鮮な生肉を生卵につけて食べるユッケのようなものがありますが、ポーランド人の友人に教えてもらった安全なところでのみ食べるようにしています。寮は温水がすぐに出ますし暖房もつき室内はとても暖かいです。

3.2. 課外活動について

日本語授業のアシスタントとして現地学生と日本を通して交流を深めることができ、とても有意義な時間を過ごしています。アイススケートや食事にも一緒に行きました。街に出かけることが多く常に新しい発見があります。また、ポーランド語クラスでは大学が費用を負担の上ポーランドの文化に触れる体験をすることができます。ポーランドの村に行ったり、ミュージックフェスティバルに参加しました。

3.3. 現在までの感想

早いものでポーランドへ渡航してから3ヶ月もの月日が経ちました。また、年末やクリスマスに向けて人々は盛り上がり、2019年の終わりを感じます。留学生活を通して自分が成長できているのか正直あまりわかりません。語学力も大幅に上がっているわけではなく、目的を見失うことがたまにありました。しかし留学生活も残り2ヶ月しかありません。これ以上落ち込んでいる時間はないのでこれからは日々できることを今まで以上に真剣に取り組みながら過ごしていきたい思います。

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	4 年次
派遣先大学 (国)	ヴロツワフ経済・経営大学 (ポーランド)			
所属プログラム・ 学部・研究科	BA/MA, ERASMS	履修言語	英語	
留学期間	2019年9月～2020年2月			
報告書提出日	2020年3月13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	10月1日 ～1月31日 (17週)	2月1日 ～2月14日	ERASMS 生徒用に開講予定の授業についてはシラバスがメールにて送付された。オリエンテーションを受け、オンラインで登録。希望者が少ないと授業が廃止になり、その場合は追加受講が認められる。BA/MA の正規授業はすべての留学生に認められているが、シラバス検索システムがポーランド語のみだった。Academic 担当のスタッフとの面談により、履修登録は随時加除できる。

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)	
Winter semester	Decision Making	24 時間	金曜日に講義が 90 分、コンピューターを使った演習が 90 分。組織決定に関する知識と実践。メソッドを多く学ぶ。講義ではスライドを中心に知識を増やし、生徒同士で意見を交わすことも多い。演習では実際に組織決定を行う際の分析方法などを実践的に学ぶ。テストまたはプレゼンテーション、ディベートへの参加での評価。
		1.5(時間/回) × 2(回/週) × 8(週)	
Winter semester	Human Resources Management	24 時間	水曜日に講義が 90 分。演習が 90 分。企業内での人事部としての役割、企画について学ぶ。新入社員をまとめるためのリーダーシップについても勉強する。評価方法はレポートの提出、演習授業とワークショップへの出席。
		1.5(時間/回) × 2(回/週) × 8(週)	
Winter semester	Polish language	24 時間	木曜日に 90 分間の授業。ポーランド語の基礎の習得、ポーランド文化の理解。日本の語学学習とは違い、スピーキング

		1.5(時間/回) × 1(回/週) × 16(週)	が主である。ライティング、リーディングもあるがポーランド語独自のアルファベットも多く、その読み分けなども学ぶ。週末には授業履修者限定でポーランドの文化を学ぶアクティビティ（オペラ、美術館鑑賞、教会や町の案内など）が行われ、無償で参加できる。疑問文、質問の応答、道案内、自己紹介、趣味などについてのテストがあった。いつもは会話形式で授業が進むのに対し、テストは筆記のためスペリングの学習が必要となった。評価方法はテスト、出席。
Winter semester	Recruiting and selecting staff to organization	30 時間 1.5(時間/回) × 2(回/週) × 10(週)	火曜日に講義が 90 分、演習が 90 分。企業での採用に関する知識と実践を学ぶ。レジュメと CV の作成、評価、授業内で模擬採用試験を行った。イタリアンレストランのマネージャーを募集し、自身は試験官として志願者へタスクを与え、評価し、フィードバックを行った。評価方法はテストと模擬採用試験内での貢献度。
Winter semester	Strategic leadership	24 時間 1.5(時間/回) × 1(回/週) × 16(週)	木曜日に講義、演習が 90 分。リーダーとしての意識決定の際のポイントや自分のリーダーとしての強み、弱み、適正を分析する。評価方法はレポート、オープンクエスションのテスト、ケーススタディのオーラルテスト。
Winter semester	Stress management	18 時間 1.5(時間/回) × 1(回/週) × 12(週)	月曜日に講義、演習が 90 分。現代社会におけるストレスを分析、研究することで自身のストレスとの向き合い方を考える。授業はワークショップ形式で実際に生徒がロールプレイングをする形で進んでいく。（パブリックスピーチに対するストレスなど）ストレスに対する適応方法についてアジアでの問題を挙げたあと、その解決方法についてプレゼンテーションを行った。評価方法は出席、授業への積極的な参加。

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

スライドや教材を事前に配る授業がなかったため、復習に力を入れた。授業で取り扱った部分を自分の言葉でまとめた。その為一つの物事を違う言葉で表現する練習になり、期末試験やレポート、オーラルテストで自分の言葉を使って回答することが容易になった。

1.4. 語学力について

留学前はアメリカ英語の直接的な表現や発音に慣れてしたがヨーロッパへ留学して全く違う言い回しや発音に触れることができた。より多様な英語への対応力が身についたと思う。

2. 留学の成果を振り返って

2.1. 学修の成果

授業では主に組織決定やグループでのストレスについて、およびリーダーシップについての講義を受け、実際に採用試験のシミュレーションやコンピューターを活用した情報管理の方法を学んだ。これらの内容はすべてが密接に関わっており、すべてが自分にとって新しい知識だった。ヨーロッパの学生との意見交換を踏まえて、これから就職先でも活かすことができると思う。

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

授業は ERASMUS 向け授業のみでなく、BA/MA のものも履修することをお勧めします。ERASUMS 向け授業ではヨーロッパ各国から集まった様々な考え方を持つ学生と学問に取り組めますが、ポーランド人学生とは出会えません。BA/MA の授業に参加し、ポーランドの大学生との差を感じたことで日本人としてもっと学習に力を入れるべきだと気付くことができました。

また、ポーランド語の学習は日本で少しでも良いので進めてから留学した方が楽しい渡航生活を送れると思います。

2.3. 留学生活で得られたもの

今回の派遣交換留学を通して、一人で生きていく力が伸びたと思います。寮のレセプションや役所、公的機関は英語が通じず意思疎通が困難ですが、友人に助けを求めたり、分かる部分は自分でポーランド語に挑戦したり、準備をしてから取り組むなど、自分なりの対処法を考えて実行する力が身に付きました。また、ヨーロッパのオープンマインドや自分の意見をはっきり主張する文化に触れ、自分が本当にやりたいことを自分の言葉で伝えることができるようになりました。

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

やりたいことをはっきりさせるのはもちろん、自分がやりたくないこと、やらないことも決めるといいと思います。特にポーランドはパーティが盛んでお酒を飲んだりクラブなどに行くハードルも日本に比べて低いです。経験することも大切ですが、周りに流されず、自分が必要ないと思ったことは断る気持ちもしっかり持つべきだと感じました。物価は日本に比べれば安いですが、収入がない状態では苦しい時が来ると思います。何にお金を使い、どこで節約するのか自制することが必要だと感じました。

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2月15日

所 属	経営学部	国際経営学科	4 年次
派遣先大学	ヴロツワフ経済・経営大学		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 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。	1R、ロシア人学生と同居
3	入居時手続き	初月のみ Reception にてデポジットと家賃の支払い。翌月以降は Office にて支払い。Reception はポーランド語対応のみ。
4	費用 (月額)	480 (PLN) (食費 食費含まない/月)
5	支払方法	現金、クレジットカード、銀行振り込みも可
6	住居に附属する設備	<input checked="" type="checkbox"/> 洗面所 <input checked="" type="checkbox"/> トイレ(共同) <input 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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 渡航前に申込 <input 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	大型ショッピングモール、空港などと繋がるバスターミナルが徒歩 15 分圏内
9	アクセス	徒歩 5 分圏内：大学、スーパー、トラムの駅、バス停 徒歩 15 分圏内：大型ショッピングモール、バスターミナル 徒歩 30 分圏内：市街中心地
10	留学中の住居に関してアドバイス	はい、いいえ、数字、挨拶程度のポーランド語を勉強しないと受付と意思疎通ができません。英語のみでは生きていけません。

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	空港キオスクにて SIM を購入
4	自宅のインターネット接続環境	無線 (プロバイダは別途契約)
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	480 (PLN) /月
2	食費	800 (PLN) /月
3	交通費	10 (PLN) /月

4	通信費	20 (PLN) /月
5	娯楽費	200 (PLN) /月
6	図書費	0 (PLN) /合計
7	学用品 (教科書など)	0 (PLN) /合計
8	被服費	100 (PLN) /合計
9	医療費	0 (PLN) /合計
10	雑費・その他	50 (PLN) /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・宿舍デポジット	480 (PLN) /合計
12	ビザ申請関連費	0 (JPY) /合計
13	航空券代 (休暇時旅行費用は除く)	150,000 (JPY) /往復
14	その他	10,000 (JPY) /合計
15	留学全日程に要した総額 (概算)	500,000 (JPY) /合計
お金の持って行き方		
16	<input type="checkbox"/> 現金 (渡航時: 円) <input checked="" type="checkbox"/> 国際キャッシュカード (銀行名: SMBC) <input type="checkbox"/> 海外送金 <input type="checkbox"/> その他 ()	
17	現地で銀行口座開設	してない
18	手続き方法・利点・欠点	手数料が多くかかる ATM での引き出しができなかった。
19	お金に関するアドバイス	換金所のレートはそれほど悪くないです。クレジットカードで日本円を選択して支払う方がレートは悪いと思います。

IV. 保険・医療について

1	海外旅行 (留学) 保険の種類	B19 (5 か月分で 65000 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? 理由はなんですか?	風邪薬全般 体調が本格的に悪くなる前に自己管理として服用することができるため。

V. 持ち物について

1	日本から持っていったもの 衣類、バックパック、パソコン
2	現地で購入したもの 生活用品全般。近くに IKEA があります。
3	(自分は持っていかなかったが) 日本から持っていっていたら便利だと思ったもの 特になし

VI. 留学先で困ったこと

英語が通じない場面が多々あったこと。

VII. その他、後続の学生へのアドバイス

比較的安い生活費でヨーロッパで暮らせるポーランド、ヴロツワフは自分の行動次第でなんでも挑戦できる最高の留学先でした。やりたいことを明確に、お金を管理する力が問われました。