

交換留学帰国報告書

記入 | 2020 年 5 月
 所属 & 学年 | 法学部 4 年
 卒業予定 | 2022 年 3 月

留学先大学	ジュネーブ大学
留学先国	スイス
留学期間	約 6 ヶ月 (3 年次に留学)
留学開始 - 終了	2019 年 9 月 13 日 - 2020 年 3 月 17 日

A. 留学に至った経緯や留学準備について

①留学する大学や国、プログラムを決めた理由を教えてください。

行ったことのないヨーロッパ、国際機関が集まる都市ジュネーブに魅力を感じました。ゼミで専攻している国際法に関連した勉強がしたいと思い、Global Studies Institute という学部の授業を中心に受講しました。

②留学を志したきっかけや経緯、動機などについて教えてください。

異文化交流が好きで、高校生の頃から漠然と長期留学に憧れていました。部活動や研究室なども無かったので、在学中に何か挑戦してみたいと思い留学を決めました。

③留学前の海外渡航経験があれば教えてください。

渡航先	渡航時の学年	目的 & 期間など
マレーシア	高校 2 年	国際交流事業 (1 週間)
中国	大学 1 年	学部短期研修 (1 週間)

④実際に留学準備を始めたのは応募した時期からどのくらい前でしたか？

2 年の春に初めて IELTS を受験しました。
締め切りの 2 か月前くらいから応募の準備を始めました。

⑤海外留学室の個別相談を利用した方は相談回数や相談内容、参考になったことを教えてください (利用していない方は、利用しなかった理由や状況など)。

IELTS 講座の際に 1 回、留学先大学を決める際に 3 回ほどです。

B. 留学前の語学対策や単位などについて

①留学前の語学対策、TOEFL などの受験回数などについて教えてください。

IELTS 3 回受験、1 年の春休みに IELTS 講座受講

②単位取得、単位互換、教職履修などに関するアドバイスをお願いします。

今のところ単位互換はしていません。

C. 授業や勉強について

- ①留学先で履修した科目と科目コード（例：MKG3001 Introduction to Marketing）、時間数、形態、授業の内容、履修方法、などについて教えてください。

J2H267 Refugees in modern Europe : グループでポスター発表
 5055 Comparative Human Rights : 表現の自由について各国の法規、判例を比較
 J2M049 Model United Nations Seminar : 模擬国連
 J2M219 International Geneva : ジュネーブにある国際機関に訪問できる
 J2D231 International Environmental Law : 環境関連の条約や国連決議を取り扱う
 French A1.2 : 大学内の語学学校で学期中に無料で受けられる

- ②授業を受けるにあたって、心掛けていたこと、どんな努力や工夫をしていましたか？

授業を録音して復習に使えるようにしていました。グループワークでは、積極的に意見を出せなくても、自分も貢献したいという姿勢を示すよう心掛けていました。

- ③学習面で困ったことはありましたか？どのように解決しましたか？

パソコンでノートをとる習慣が無かったので戸惑いましたが、やっていくうちに随分慣れました。また、英語での口頭試験やプレゼンは初めてでしたが、自分の言葉で伝えられるよう練習を重ねました。

D. 大学生活について教えてください。

- ①現地の雰囲気や大学の校風について教えてください。

天気のいい日は多くの人が屋外で過ごしていました。学生含め異文化を受け入れる雰囲気が根付いている街だと思います。ジュネーブはフランス語圏ですが英語を話す人も多いです。学業にも遊びにも熱心な学生が多い印象です。

- ②ネット環境、施設、周辺環境などハード面について教えてください。

大学と寮の Wi-Fi 環境は非常に良かったと思います。
 街中に複数あるキャンパスには、公園付近の落ち着いた雰囲気の建物もあれば、いつも賑やかな校舎もあります。寮から大学へはトラムで通っていました。

- ③留学先でどのようにして現地の学生と交流を深めましたか（具体的をお願いします）？

- ・寮の同じフロアの子と毎日しゃべる、一緒に料理を作るなど
- ・授業で隣に座った子に話しかける
- ・ESN（留学生向け）、Estasia（アジアからの留学生向け）など学生団体のイベントに参加
- ・Tandem という外国語学習のマッチングツールを使って、言語交換を通して仲良くなる

- ④余暇の過ごし方（授業後や長期休暇など）について教えてください。

授業の復習や Tandem、同じフロアの子とキッチンでおしゃべりなどしていました。
 長期休暇は近隣国に旅行していました。ジュネーブは空港まで近くて利用しやすいです。

E. 健康管理、保険、予防接種など

- ①健康管理あるいは衛生面について注意していたことはありますか？

のど飴を常備していました。

- ②留学中に病院へ通った経験の有無、医療費などについて教えてください。

なし

③加入した保険の種類について教えてください。

☐ 留学先の大学が用意した「キャンパス保険」への強制加入

*キャンパス保険でカバーされない部分は、個人保険に加入も含む

☒ 個人の保険のみ

☐ キャンパス保険と個人の保険の二重加入

④留学するにあたって、予防接種は必要でしたか？

☐ はい（種類：）

☒ いいえ

F.住居、食事、マナーなどについて

①留学中の滞在先について教えてください。

形態	☒ 寮 ☐ 下宿 ☐ アパート ☐ ホームステイ ☐ その他（ ）
何人部屋	（ 1 ）人

②生活（住居、食生活、服装など）や習慣の違い（マナー、対人関係）、安全面などについて、困ったこと、気をつけていたことがあれば教えてください。

共有キッチンなのでいつも綺麗に使うよう気を付けていました。

郵便局や移民局では英語が通じないこともありました。

③日本から持参するとよいもの、または持参しなくてもよかったと思うものは何でしょうか。

○箸、電子レンジでお米を炊ける容器、インスタント味噌汁、ラップ、地球の歩き方、水筒
×必要以上の防寒具

④参考となる留学先国の情報（出版物、web サイト）を教えてください。

地球の歩き方スイス

Swiss info というニュースサイト（日本語版あり）

G.留学費用について

①留学費用や支出の管理などに関してアドバイスがあれば教えてください。

本当に物価が高いので毎日自炊していました。Lidl や DENNER といったスーパーは比較的にのぞすすめです。支払いはクレジットカードで済ませていました。

②奨学金はもらっていましたか？

☒ はい （奨学金名： JASSO 支給額： 100,000 円）

☐ いいえ

③差し支えなければおおよその留学費用を教えてください。*内容の費目は自由に変えてください。

内容	金額	備考
渡航費	180,000	
保険代	100,000	
予防接種・ビザ代	15,000	
住居費	60,000	光熱費、水道代込み
食費	15,000	
教科書代	3,000	

F. 今後の進路や目標、就職活動について

①卒業後の進路（進学、就職、その他）について教えてください。

☐進学

☒就職

☐その他（ ）

②今後の進路や目標があれば教えてください。また留学の前後で、進路や目標に対しての考え方や気持ちの変化があれば教えてください。

留学を経て大学院進学という選択肢も考えられるようになりました。

③留学中に就職活動を行った方は、具体的なエントリー、一時帰国の時期、感想などを教えてください。海外留学生用の就職活動を受けた場合はそれに関する情報もお願いします。

F. 留学を終えて感じること

①留学を終えて今の率直な気持ちや感想、印象に残っていることなど教えてください。

大きなことを成し遂げたわけではありませんが、彩り豊かな留学生活だったと思います。英語もフランス語も不自由な私に親切に接してくれた人たちに感謝したいです。現地の言葉が話せたらもっと楽しめたのかなと少し後悔しています。チーズが美味しかったです！

②留学したことで、何がどのように変わったと思いますか？

日本での生活と比べて余暇が多く、初めて自分自身について深く考えるようになりました。型に捉われない様々な生き方を知り、将来について視野を広く持てるようになりました。

③現在、留学を考えている学生へのメッセージをお願いします。

授業や研究だけでなく、日々の生活や現地学生との交流で得られるものもたくさんあります。どんなきっかけであれ、迷ったら挑戦するのをお勧めします。

◆自由記述欄◆

↓ジュネーブの街とレマン湖



↓名峰マッターホルン



↓国連ヨーロッパ本部前の Broken Chair



↓Escalade というジュネーブのお祭

