

交換留学帰国報告書

記入 | 2020 年 5 月
 所属 & 学年 | 環境学研究科博士後期課程 2 年
 卒業予定 | 2021 年 9 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 12 ヶ月 (2 年次に留学)
留学開始 - 終了	2020 年 8 月 1 日 - 2021 年 7 月 31 日 ※コロナウイルス感染拡大のため 2021 年 3 月 22 日に帰国、オンライン授業を受講

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。

過去にサマースクールを受講して、専門分野(エネルギー・気候変動政策)についての指導体制、カリキュラムが充実していたから。また、英語とフランス語の両方を学ぶことができるから。

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。

海外生活、留学経験を通じて、英語でのコミュニケーションを通じた職業に携わりたいと考えたから。

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
インドネシア カジャマダ大学	M2	サステイナブル デベロップメントをテーマとした短期スクーリング(1 週間)
オックスフォード大学	D1	Climate Policy をテーマとしたサマースクール(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ぐらい前でしたか？

1~2 か月

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)。

応募、内定後、正式決定等それぞれのタイミングで、個別の相談に乗って頂いた。社会人なので、会社を辞めてまで行く価値があると本当に悩んだが、温かく真剣にご自身の体験等を教えてくださったお陰で、留学を決心できた。

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。

IETLS を中心に年 3 回程度

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。

授業のレベル、課題の量はかなり多く、現地の学生と対等に扱われ自身をなくすことは多々あったが、だからこそ成長できたと思える。

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。

Energy Economics and Policy [14E051](#) 4h/w 講義、ゼミ、オンライン登録

Environmental and Resource Economics [S210008](#) 4h/w 講義、ゼミ、オンライン登録

Finance and Sustainability 2019 (fall) [14E232 CR](#) 4h/w 講義、ゼミ、オンライン登録

Advanced Econometrics [S403078](#) 4h/w 講義、ゼミ、オンライン登録

Introduction to Econometrics [S210021](#) 4h/w 講義、ゼミ、オンライン登録

A2 Français 4h/w 講義 オンライン登録

B1 expression orale (mardi) [ORB1SP20M](#) 2h/w 講義 オンライン登録

B1 grammaire (oral-écrit) 2h/w 講義 オンライン登録

[B1 grammaire \(oral-écrit\)](#) 2h/w 講義 オンライン登録

[Ecrit-Grammaire B1](#) 2h/w 講義 オンライン登録

Français sur objectifs universitaires 2h/w 講義 オンライン登録

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？

予習、課題を確実にこなすことだけを考えて。これを怠ると、授業にすぐついていけなくなり、ドロップアウトしてしまうと常に危機感を持っていた。

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？

英語が完璧には理解できないため、あとでメディアサーバーで講義ビデオを聞き復讐した。

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。

生徒、先生ともにレベルが高い。校風もよく大学内で生活していることがとても心地よかった。

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。

履修登録、予習資料のダウンロード、講義ビデオ等々、極めてよく整備されていた。留学生にはとても親切。ただし、大学のホームページはフランス語のみの頁も多く、解読するしかないときも多々ある。

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（具体的にお願います）？

Tandem という、お互いの母国語を教えあうマッチングシステムがあり、そこで現地の友達ができた。

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。

冬休みが1か月あったが、その大半を研究に充てたため、旅行はあまり行けなかった。最後の夏に行こうと思っていたら、コロナ拡大で帰国となってしまう悔やまれる。

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？

太ってもよいので、とにかくしっかり食べた。あと、大学のジムの会員となり、定期的に通って運動した。

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	<input type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> 下宿 <input checked="" type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> 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。

スイス人は、礼儀正しく時間をよく守り、日本人と国民性が似ていると感じた。約束の時間に遅れる友達、授業に先生が遅れてくることが一度もなかった。多くの人が英語をよく理解し、三か国語話せる人がざらにいます。語学センスと合わせてスイス人は教育システムが独特で、厳しい選別を勝ち抜いたジュネーブ大学生の勉強量は半端でなかった。

- 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。

風邪薬。

- 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。

Le Temp

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。

スイス、特にジュネーブは物価が高いがなんとかなった。家賃 8 万円/月、食費は月、3-4 万円。外食を控え、スーパーは、国境を越えてフランスで買うので、日本並みであった。

- 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/月）

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 円	備考
渡航費	300,000	往復
保険代	120,000	年
予防接種・ビザ代	25,000	
住居費	80,000	月
食費	30,000	ほぼ自炊
教科書代	40,000	

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。

国際機関を志望していたが、じっくり応募する時間がなくなってしまったが、環境省の国際ユニットに入省が決まった。

- 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をお願いします。

自ら、国際機関にロスター登録した、が途端に帰国することとなってしまった。ただし、帰国しなくても、合格は至難の業。今の自分では無理だと思った。

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。

半年での帰国となってしまったが、それでも行ってよかった。

- 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？

主体性が育まれた。何もしなくても誰も注意もしてくれない、自分で計画、実行しないと何もせずに終わってしまう危機感を常に持ちながらも、街も生活も勉強も楽しめた。

- 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。

強く勧めます。一人の時間が圧倒的に多く、良くも悪くも自由です。不安を感じることもありますが、それも含めて財産となると思います。

以上