

## 交換留学帰国報告書

記入 | 2020 年 3 月  
 所属 & 学年 | 経済学部 4 年  
 卒業予定 | 2020 年 3 月

留学先大学	ミュンヘン工科大学
留学先国	ドイツ
留学期間	約 6 ヶ月 (4 年次に留学)
留学開始 - 終了	2019 年 9 月 1 日 - 2020 年 2 月 18 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。

国：2 年次に経済学部のプログラムでドイツのフライブルクに行った経験から、もう一度ドイツへ行き勉強がしたいと思ったから。  
 大学：関心のあった自動車産業が盛んな地域、国際色豊かな地域という観点から。

- 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。

2 年次にドイツに 1 か月滞在したことが留学に関心を持ったきっかけ。人生で初めての海外渡航で、1 か月という短い期間ながら多くの刺激を得ることが出来た。新たな環境で多くの経験をすることが勉学においても人としても自分を成長させると思ったため、より期間の長い交換留学を志した。

- 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
ドイツ・フライブルク	2 年	経済学部のプログラム、1 か月

- 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？

9 ヶ月前 (2 年の 2 月に IELTS 講座受講。)

- 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)。

3, 4 回ほど  
 渡航先の選定、出願書類のチェックなど

**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。

大学の IELTS 講座の前後に IELTS を 1 回ずつ

- 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。

講義に出席ししっかり聞く。ありがたいことに講義は録画されるので、分からなかった点があれば再度見返す。

### 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。

000000247 Entrepreneurship

週 2 回 起業に関する授業。ビジネスを創造していくプロセスについて具体例を交えて学ぶ。レクチャー形式。期末テストで評価。

0000003369 Introduction to Business Ethics

週 2 回 企業倫理に関する授業。グローバル社会における企業の社会的責任、従うべき行動規定やマネジメントについて、倫理学をふまえながら学ぶ。レクチャー形式。期末テストで評価。

0000005021 Introduction to Entrepreneurship

週 2 回 起業に関する授業。毎授業、大学 OB/OG、または在校生が立ち上げたスタートアップ企業がプレゼンテーションを行う。スタートアップ企業の理解を深めると同時に彼らが直面した困難や乗り越え方について理論を交えて学ぶ。レクチャー形式。期末テストで評価。

220000DE23 German as a Foreign Language A1.2

週 2 回 ドイツ語の授業 15 人程度の少人数クラス。グループワークやペアワークが多い。期末テストで評価。

- 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？

講義中の理解度を上げるために、事前にアップされる講義スライドを用いて予習。講義中分からなかった点はアップされる動画で復習する。ノートを英語でとる。

- 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？

講義のスライド資料の枚数が多いこと、英語での講義に慣れず内容があまり頭に入っていないこと。予習や復習で量の多さや理解度の低さをカバーした。

### 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。

ミュンヘンはヨーロッパの中でも一番治安がよく住みやすい地域だと思う。勉強意欲の高さに加え、世界中から学生がやってくるので多様性を感じる。学生主体のイベントも盛んに開催されており、勉強と遊びとのメリハリがある印象。

- 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。

特に不便を感じたことはない。日本と同等。

- 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（具体的にお願いします）？

イベントに積極的に参加する。特に学期始めは歓迎イベントが数多く開催されるので、多くの学生と出会うよい機会。渡航当初は英語でのコミュニケーションが円滑に出来ず苦労した。分かったふりをせず内容を聞き直すことや、たどたどしくても話し続けることが友人を作るうえで大事だと思う。

language café という言語学習を通じた交流イベントによく参加していた。週に 1 度行われ、言語の練習や友達との出会いの場としておすすめ。また、大学側がタンデムパートナーを斡旋してくれるので、日本語を教えつつドイツ語を学べることや、パートナーと親しくなりやすい点でおすすめ。

- 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。

友達とバー。年末休暇や週末を利用して国内外を旅行。サッカーや水泳などの運動。

## 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？

栄養バランスに気をつけた食事。適度な運動。冬は日照時間が短いため、ふさぎ込まないように友達と会ったり、体を動かしたりすることが大切だと思う。水道水は飲める。

- 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。

病院には行かなかった。体調を崩したときは日本から持参した常備薬を使用した。

- 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 checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> 下宿 <input 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。

話題のニュースや時事問題に関して自分の意見を持っている人が多いと感じたので、そういった問題にアンテナを張るようになった。  
対人関係に関して、外国人だからといって接し方を変える必要はないと思う。

- 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。

持参すると良いもの：常備薬、箸

持参しなくても良いもの：日本食の材料（日本ショップやアジアショップがたくさんある）

- 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。

## 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。

食を抑えるために自炊をすること。  
スマホのアプリで出費を管理していた。

- ② 奨学金はもらっていましたか？

はい (奨学金名: 支給額: 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	120,000	
保険代	12,000	AOK
予防接種・ビザ代	6,000	学生ビザ取得の際
住居費	42,000	寮によって異なるが、これが最高値だと思う。
食費	30,000	
教科書代	2,000	

## 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、進路や目標に対する考え方や気持ちの変化があれば教えてください。

数年間働いた後に大学に入り直す友人が周囲にいたので、就職がすでに決まっている自分でも将来の選択肢として大学院を考慮に入れるようになった。  
元々抱いていた願望だが、留学を通してより海外で働きたいと思うようになった。

- 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。

半年間は長いようであつという間だった。満足感もありつつやり損ねたこともあるので、渡航前に絶対にやりたいことや目標を明確に掲げて行くと、より充実したものになると思う。  
自分一人では絶対に実現できなかった交換留学なので、出発前、留学中に支えていただいた方々への感謝の気持ちでいっぱいである。

- 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？

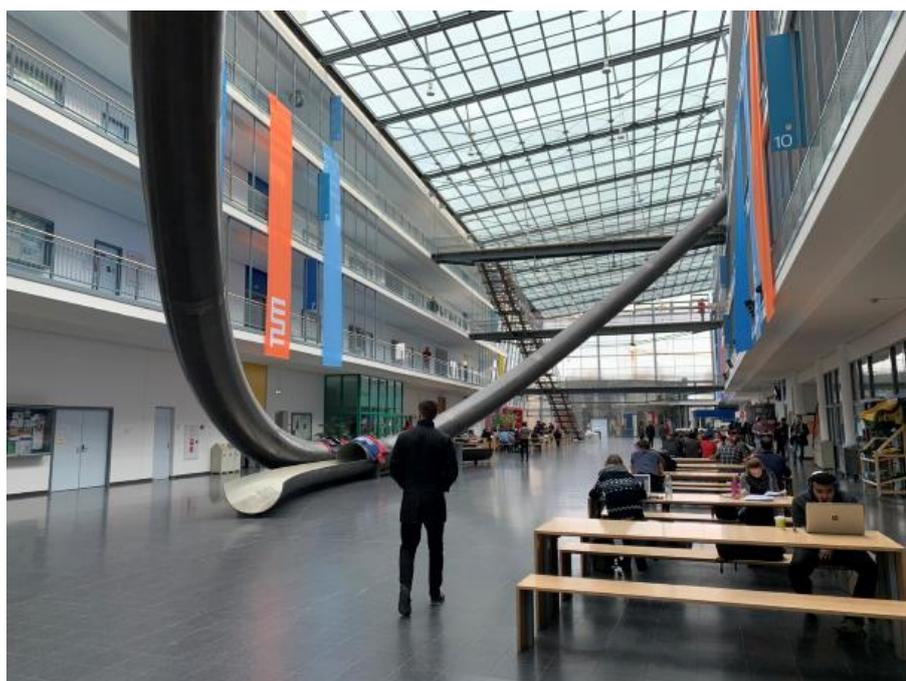
自分の常識が当たり前じゃない環境に身を置くことで、今まで頭を使わずに従ってきたようなルール・慣習に疑いを感じられるようになった。常に頭を使って物事が合理的かどうかを考えるようになったと思う。  
価値観の違いに触れることで、日本・ドイツの、自分にとっての良い点や嫌な点が見えて

きた。それぞれの国における価値観を相対的に評価し、どの点を自分の行動指針に取り込んでいくかを考える機会になった。

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。

私は交換留学を「とてもハードルの高いもの」だと認識していました。もちろん現地で困難に直面することもあります。物事なんとかなるものです。語学力も専門的な知識やスキルもない私でも無事に留学を終えることが出来たように、誰にでも留学のチャンスがあると思うので、少しでも留学に関心があるのなら是非1度海外留学室へ足を運んでみてください。

◆自由記述欄◆



以上