

交換留学帰国報告書

記入 | 2020 年 5 月
 所属 & 学年 | 工学研究科所属修士一年
 卒業予定 | 2021 年 9 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 (修士 1 年次に留学)
留学開始 - 終了	2019 年 10 月 1 日 - 2020 年 3 月 19 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。

日本と同じように勤勉な国民性を持ちながら、効率を徹底的に重視するという点で日本と異なると言われているドイツで学んでみたかったから。その中でもドイツの大学のトップであるミュンヘン工科大学の大学院で授業を受けてみたかった。

- 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。

高校生の頃に父親が仕事でデンマークに行くとき連れていってもらい、英語を話す機会があった。そこで自分の英語力のなさに愕然とし、英語を話せるようになりたいと強く思うようになったから。

- 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
デンマーク	高校 1 年生	旅行
マレーシア、フィリピン、タイ	大学 2、3、4 年	旅行

- 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？

半年以上前。

- 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）。

2、3 回。
 留学先の候補大学について。
 応募の手続きについて。

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。

TOEFL ibt 2 回。
 受験料が高いため、何回受験していつまでに必要なスコアをとるかを明確に決めて勉強し

た。ただ自分の場合は学部生の頃から漠然と留学を考えていて、英語試験用の勉強はしていたためスコアを満たすのにそれほど苦労はしなかった。
TOEFL を受けるのであればライティングを重点的にやることをお勧めする。(他のセクションより点が伸びやすいと感じる)

- 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。

単位互換は行っていない

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。

CH3038 Organic Photochemistry (週二回の講義と数回の演習授業、光反応に特化した有機化学反応の講義)

00000002945 Metals in a Biological systems (週一回の講義と数回の演習授業、生体内での金属の働きに関する講義)

220000DE07 German as a foreign language (週二回の講義、ドイツ語の授業)

- 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？

復習を必ずして、その中でわからない箇所があれば次の授業で質問するようにした。

- 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？

難易度が非常に高く、最初はほぼついていけなかった。

わからない箇所を TA に聞いて少しずつ理解していった。

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。

現地の学生は、授業に対して能動的に学ぼうという姿勢が非常に強かった。一つ一つの授業の内容が深くて広いため、学生はテスト期間に限らず常に勉強している感じだった。クラブ活動的なものはあるが、日本ほど活発に活動しているわけではない。

- 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。

大学では常に Eduroam と呼ばれる Wi-fi が常に使える。

- 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（具体的にお願いします）？

地域のサッカーチームに所属していろんな現地の学生をはじめ、いろんな国からの留学生とサッカーをした。また、オリエンテーションで知り合った学生と交流を深めた。

- 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。

週に 2、3 日はサッカーチームの練習に参加していた。友人を招いて一緒に食事をするのもあった。

長期休暇はコロナが広まる直前に、ヨーロッパ内の様々な国を旅行できた。

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？

睡眠時間をしっかり確保して、バランスの良い食事をする事は心がけていた。

- 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下さい。

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。

ミュンヘンの治安は非常によく、安全面での問題はなかった。日本と違い外食は非常に高かったため、なるべく自炊するようにはしていた。

- 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。

出汁などかさばらない調味料（現地で調達しようとすると高い）

- 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。

TUMOnline（ミュンヘン工科大学の公式サイト）

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。

生鮮食品は日本と比べてもそこまで高くないため、自炊することで支出を減らす

- ②奨学金はもらっていましたか？

☒ はい（奨学金名：Jasso 支給額：月 80000 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	20 万	飛行機往復代
保険代	月 108 ユーロ	AOK というドイツの健康保険
予防接種・ビザ代	100 ユーロほど	ビザ代
住居費	月 280 ユーロ	私が住んでいたところが一番安い寮だった
食費		
教科書代		

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。

企業に就職を考えている。

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。

ロンドンキャリアフォーラム という留学生のための就活イベントに参加する予定だったがコロナの影響でなくなった。エントリーシートは出していた。

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。

世界中の留学生たちと自分の好きなサッカーをプレーすることを通して、関わることができたのは非常に良い経験だったと思う。スポーツの偉大さを感じた。
 本当にレベルの高い学生が多く、勉強面でもコミュニケーション面でも自分のレベルの低さを痛感した。今の自分に何が足りなくて、それを克服するためには何をすべきかを考えるようになった。

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？

海外の学生は知識の幅が広い人が多く、無知であると話題についていけないことが多くあった。今までは知識欲みたいなものが欠けていたが、留学したあとは色々なことを知りたいと思うようになった。

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。

留学を少しでも考えているのであれば、挑戦してみる価値はあると思います。しかし、やると決めたら英語学習や専門分野の勉強等の準備を徹底的にするべきです。私は正直、準備を十分にできなかったため、現地の学生と深いコミュニケーションをとったり、授業の議論に参加したりすることは結局できなかったと感じています。現地で充実した留学生活を送るには、どのくらい真剣に準備したかが鍵になってきます。是非、十分に準備をして、

充実した留学生活を送ってください。

以上