

広島大学短期交換留学プログラム 派遣留学報告書  
HUSA (Hiroshima University Study Abroad) Program Report

記入日/Date		2020年6月25日
派遣プログラム Name of Program	<input checked="" type="checkbox"/> HUSA <input type="checkbox"/> USAC <input type="checkbox"/> UMAP	
留学先大学 Host University	ヴィタウタス・マグヌス大学 (国名/Country: リトアニア)	
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	Natural Science	
在籍身分 Status at Host University	Exchange student (ex. Exchange Student, Special Auditing Student)	
留学期間 Period of Program	2019年8月15日 ~ 2020年1月9日 (YYYY/MM/DD)	(YYYY/MM/DD)

### 1. 留学するまで / Preparation for the Program

留学への志望動機・ 派遣先大学を希望した理由 Purpose of Study / Reason of Host Choice	人とは違った体験がしたいと考え、あまり留学先として有名ではないリトアニアを希望した。またリトアニアは、ヨーロッパからたくさんの学生が集まってくるので、様々な学生と交流してみたかったから。
留学準備を始めた時期 (応募する 何か月前ですか?) Commencement of Preparation for Application	応募する半年前頃から英語の勉強を開始した。 ビザの取得には時間がかかる為、留学の2.3か月前には大使館と連絡を取った。
事前準備について(どのような準備 をしたか、しておけばよかった か) Preparation Completed Prior to Study Abroad	もっと歴史的背景について勉強しておくべきだった。自分の専攻分野についての英語の知識が必要だった。

### 2. 渡航について / Visa and Flight Information

ビザについて Visa	ビザの種類 / Visa Type : student visa	
	ビザ申請先 / Location of Visa Application : 東京、リトアニア大使館	
	提出書類 / Required Documents : パスポート、web上のフォーム	
	手続きに要した日数 / Duration of Visa Application Process 約一ヶ月	
その他必要な事前手続き Other Required Procedures	なし	
出国年月日 / Date of Departure	2019年8月15日 (YYYY/MM/DD)	
経路(往路) / Route (Outward)	フィンランド	
現地での出迎え Pick-up Service	<input type="checkbox"/> 有/Yes (大学関係者/Univ. Staff ・ その他/Others) <input checked="" type="checkbox"/> 無/No	
到着後オリエンテーションの有 無・期間・内容 Orientation, Period, Contents	<input checked="" type="checkbox"/> 有/Yes	有の場合 期間/Period : 8月23日 - 8月30日 (If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation
	<input type="checkbox"/> 無/No	大学内の案内、留学生に対する提出書類などの案内
帰国年月日 / Date of Return	2019年1月9日 (YYYY/MM/DD)	
経路(復路) / Route (Return)	フィンランド	

### 3. 留学費用について / Expenses

支 出 額 / Expenses	総額		約 50 万	円/yen
	Total Amount			
内 訳 Details	渡航費（往復） / Flight Ticket (Round Trip)		180,000	円/yen
	ビザ申請手数料 / Visa Application Charge		0	円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge		0	円/yen
	保険料 / Travel Insurance		6,000	円/yen
	教材費（授業料以外の学費） / Learning Material (Extra Tuition Fee)		10,000	円/yen
	宿舍費（住居費） / Accommodation Fee		120,000	円/yen
	光熱費 / Utility Cost		0(住居費に含む)	円/yen
	食費 / Meal Cost		150,000	円/yen
	通信費（インターネット・携帯） / Internet, Phone		10,000	円/yen
	交通費（宿舍～大学間） / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)		5,000	円/yen
	交際費 / Social Expenses		50,000	円/yen
	その他 / Others (                      費)			円/yen
(                      費)			円/yen	
(                      費)			円/yen	

### 4. 授業・修学について / Courses and Study

授業の概要について（カリキュラム、プログラム、履修した科目、時間数、履修形態等） / Brief Description of Courses (Curriculum, Program, Registered Courses, Study Hours, Course Style)	英語C1（週4、45分）、EU政治（週一、2時間半）、リトアニア語（週2、1時間30分）、物理（電磁気）（週一、3時間）、心理学（週一、2時間半）
単位互換希望の有無 / Credit Transfer from Host to Home University	<input checked="" type="checkbox"/> 有/Yes <input type="checkbox"/> 無/No
授業・勉強についてのアドバイス（留学前の履修、留学中、単位取得等） / Advice for Class and Study (Before and During Study Abroad)	スピーキング能力が不可欠だと思いました。日本よりも発表やディスカッションに力を入れていたので、スピーキングが出来ないと満足に授業に参加できませんでした。
日本と異なる授業形態などにおける困難や挑戦（ティーチングスタイル・先生と学生の関係性など） / Difficulties and Challenges Faced in Classes Different from Japan (Teaching Style, Relationship with Professors/Lecturers)	日本の大学と違って出席点はなく、最終試験の一発勝負でした。学生の出席は本人の自主性にまかされていたので、ほとんど授業を受けずにテストだけ受ける人も珍しくありませんでした。



(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing	
基本は中に薄めの服を着て、上着を分厚いものにしていました。それぞれの校舎同士の距離が比較的ある為、歩きやすいスニーカーなどが適していると思います。	
(6) 学内外の施設・設備環境について (インターネット環境含む) / Available Resources (Library, Cafeteria, Campus Wi-Fi, etc.)	
大学内のWi-Fiは速度が速いのですが、寮のWi-Fiはまぼ入りませんでした。なので、無制限で使えるSIMを購入して使っていました。	
(7) 現地学生や地域との交流について (どのような、機会・きっかけがありましたか?) / Communication with Local Students and People (Available Opportunities?)	
Hashi Club という日本の文化や日本語に興味のあるリトアニアの学生たちと日本人留学生とで開催されているサークルに参加することで、色々なイベントに参加したり、交流することが出来ました。	
(8) 習慣やマナーの違いによる対人関係等、注意すべきこと / Care and Attention regarding Customs and Manners	
特筆することはないように感じます。親日国なのもあってかみなさんとてもやさしくしてくださいました。	
(9) 日本から持っていくべきもの、持っていくべきでないもの / What Should You Bring? What Should You NOT Bring?	
必要以上に日本から服を持っていく必要はないと思いました。日本から持って行った冬服は防寒対策には心もとなかった為、現地で買い換えました。	
(10) その他生活等に関して参考となる情報・アドバイス / Other Useful Information and Advice about Life Abroad	
米や醤油、みりんなどは近くのスーパーに売っていたので、だしを持っていけば、大体の日本料理は再現できると思います。日本食を持っていくならお茶よりも味噌汁などのほうがいいと思います。日本茶も売っていました。	

<b>6. 帰国後の進路について / Your Career After Study Abroad</b>	
卒業予定年月 Expected Graduation Month and Year	2022 年 / year 3月 / month (当初の卒業予定年月 / Expected Month and Year before Studying Abroad 2022年 / year 3 月 / month)
卒業が遅れる見込みの場合、その理由 Reason for Extension of Graduation Month and Year?	<input type="checkbox"/> 4年次に留学したため / Participation in HUSA during 4th Year <input type="checkbox"/> 単位不足のため / Amount of Credits <input type="checkbox"/> 新卒で卒業するため / In order to graduate as a "new" graduate <input type="checkbox"/> その他 / Others (具体的に / Specific reason: )
現在の状況および今後の 予定・進路等 Current Situation, Plan and Career	未だ完全に決めたわけではないが、科学に興味があるので、日本と海外 (EU) の環境問題に対する意識や取り組みの違いを調べたり、実際に海外で化学や生物に関する研究をしたりしたいと思っている。
就職活動や留学前の単位 取得、教育実習等について の工夫 Pre-arrangement by yourself for your future job hunting, acquisition of credits of required courses and practicum, etc.	留学先での体験を強みに就職活動を行っている。 留学先で認定できる単位数には上限があったので留学前後で取る単位数を調整した。

**7. 留学準備, 留学中に役立つ書籍, ウェブサイト等**  
**/ Useful Books and Website for Study and Life Abroad**

書籍, サイト名 Name of Book or Website	詳細 (出版社, URL 等) Details (Publisher, URL etc.)	コメント Comments
地球の歩き方	ダイヤモンド社	歴史から日常生活のことまで一通り記載されている。

**8. 後輩へのメッセージ / Message for Outgoing Students who Desire to Study Abroad**

リトアニアは治安もよく、現地の人もみなさんとてもやさしいです。困ったことがあったら、周りの人に助けを求めてください。きっと快く助けてくれます。

## 9. 自由記述（日本語・1,200字程度） / Feedback (English about 600 words)

まず、初めての長期留学ということで、なにをもっていけばいいのか、どんな準備をすればいいのか、などの初歩的な部分からつまずくことが多くありました。元々リトアニアという国に旅行としても、留学としても渡航する日本人は多くなく、インターネットや本などを調べても、ほとんど情報が得られないという状況でのビザ取得はとても大変でした。直接大使館に電話を掛けるという経験はおそらくもう二度とないのではないかと思います。

実際渡航してからは、文化面でも日常生活面でも特に困ることはありませんでしたが、リトアニアで生活し始めてから、いかに日本での暮らしは便利かを思い知らされました。例えば、リトアニアはコンビニエンスストアがなく、出来合いの食品というのもとても少ない為、基本的には外食か一から料理を作るかのどちらかであることが多かったです。また、日本では少し歩けばすぐに自動販売機を見つけることが出来ますが、留学先ではそうはいかなかった為、自然と水筒を持ち歩く習慣が出来ました。さらには、エコバックを持ちあるく習慣がありほぼすべてのビニール袋が有料で提供されています。日本で生活してれば、ごく当たり前で特に意識しないことですが、留学することによって日本の暮らしやすさを再認識し、同時にEU圏におけるエコやフードロスに対する取り組みに気づくことが出来ました。

リトアニアはシェンゲン協定加盟国の一つであり、留学生はシェンゲン協定国間を自由に行き来ることが可能です。バスなどで気軽に他国に旅行に行くことが可能なので、私は留学中に休暇を利用していくつかの近隣諸国に旅行に行きました。留学前の私は、単純にヨーロッパは陸続きである為に似たような文化や生活様式を有していると考えていましたが、それぞれの地域で近隣の文化の影響を受けつつも独自の文化を形成していたことに気が付きました。その違いは食文化や服装だけにとどまらず、人々の考え方やそれを構成する教育なども顕著でした。これらの差異は実際に現地に出向き、その地を知り、そこに住む人々と関わり合い事でしか知りえないことだと感じました。

普通の留学ではできないことがしたいと考えリトアニアに留学しましたが、留学前では考えられないほどたくさんの経験や気づきを得られました。私はまだ将来のビジョンが明確にあるわけではありませんが、将来はEU圏で進んでいる環境問題への取り組みを日本の文化や生活様式に適應させる形で取り入れるなどの取り組みに関わってみたいと思っています。前述の様に、日本は他国に比べてとても便利な生活が出来ていると考えます。一方で、便利であるが故にフードロスが多かったり環境にやさしくない製品を利用していたりする場合も多々あります。利便性と環境保護の両立というのは困難な課題ではありますが、実現させる事で更に生活面からも環境面からも豊かな暮らしができると思います。日本の文化背景を有し、海外での生活を実際に体験した私ならではできることだと考えています。





注1) 報告書およびその内容は、留学希望者への情報提供のため、HUSA ホームページおよび広島大学ホームページへの掲載、事務室での閲覧や大学の留学情報案内の作成のために利用させていただきます（氏名及び学生番号については、非公開とします）。ただし、公開にあたり不適切と判断された内容については、国際交流グループにて削除等させていただきますので予めご了承ください。 / This report and its contents will be uploaded on website of the HUSA and Hiroshima University, browsed at the office and used for information regarding study abroad at Hiroshima University in order to provide information to students who desire to study abroad. (Student name and student number are not published). If the report and its contents are included inadequate contents to be published, it would be deleted or amended it by International Exchange Group.