

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 2023年2月10日(YYYY/MM/DD)	
本学での所属学部・研究科 School/Graduate School at HU	総合科学部/研究科 School/Graduate School 2年次(Year) (留学開始時点(When Started))
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	ヴィタウタスマグナス大学 (国名/Country: リトアニア)
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	Humanity
在籍身分 Status at Host University	交換留学生 (ex. Exchange Student, Special Auditing Student)
留学期間 Period of Program	2022年1月23日 ~ 2022年7月13日 (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	観光でもあまり行かないような場所に行ってその土地の文化や言語について学んでみたかったから。
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	ビザなどの準備に半年弱前から始めました。
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	公共交通機関の乗り方や寮への行き方を調べておくべきでした。

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 :
	ビザ申請先 / Location of Visa Application :
	提出書類 / Required Documents :
	手続きに要した日数 / Duration of Visa Application Process : 二か月弱
その他必要な事前手続き Other Required Procedures	PCRの結果、ワクチン証明
出国年月日/ Date of Departure	2022年1月23日(YYYY/MM/DD)
経路(往路) / Route (Outward)	フィンランドで乗り継ぎ
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	<input type="checkbox"/> 有/Yes 有の場合 期間/Period : _____ - _____

無・期間・内容 Orientation, Period, Contents	■無/No	(If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation
帰国年月日 / Date of Return	2022 年 7 月 13 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		800000	円/yen
	Total Amount			
内訳 Details	渡航費(往復) / Flight Ticket (Round Trip)		180000	円/yen
	ビザ申請手数料 / Visa Application Charge		0	円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge		100000	円/yen
	保険料 / Travel Insurance		50000	円/yen
	教材費(授業料以外の学費) / Learning Material (Extra Tuition Fee)		0	円/yen
	宿舍費(住居費) / Accommodation Fee		90000	円/yen
	光熱費 / Utility Cost		0	円/yen
	食費 / Meal Cost		180000	円/yen
	通信費(インターネット・携帯) / Internet, Phone		7000	円/yen
	交通費(宿舍-大学間) / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)		0	円/yen
	交際費 / Social Expenses		200000	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)	Lithuanian Folklore, Traditions, Mythology 1,5h (オンライン) Lithuanian as a Foreign Language A1 [LKB0305] 3h (対面) Survival Lithuanian 学期が始まる前の5日間 1,5h × 5 (対面) International Communication and Global Perspectives 1.5h (オンライン) Political Systems of East Asia Countries 1,5h (対面)
単位互換希望の有無 / Credit Transfer from Host to Home University	■有/Yes □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)	話すことに慣れておく。 英会話を利用したりして話すことの恐怖感を取り除いておくべき。
日本と異なる授業形態などにおける困難や朝鮮(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)	学生同士のグループディスカッションが多い。 わからないことは早めに周りに聞いて解決しないとテストで詰む。

5. 生活等について / Lifestyle	
(1) 留学先の住居について / Accommodation	
住居の種類 Type of Accommodation	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の寮 / University Dormitory <input type="checkbox"/> アパート / Apartment <input type="checkbox"/> その他 / Others ()
住居の広さ Size of the Room	約/approximately 7 m ² 同居人の有無 Roommate(s)? <input checked="" type="checkbox"/> 有 / Yes (1 人/People) <input type="checkbox"/> 無 / No
住居に附属する設備 Facilities in Accommodation	<input checked="" type="checkbox"/> 電気/ Electricity <input checked="" type="checkbox"/> ガス/ Gas <input checked="" type="checkbox"/> 水道/ Water <input type="checkbox"/> 給湯/ Hot Water <input checked="" type="checkbox"/> シャワー/ Shower <input checked="" type="checkbox"/> 風呂/ Bathtub <input checked="" type="checkbox"/> 水洗便所/ Flushable Toilet <input checked="" type="checkbox"/> 暖房/ Heating <input type="checkbox"/> 冷房/ Cooling <input checked="" type="checkbox"/> 台所/ Kitchen <input type="checkbox"/> 食堂/ Dining Room <input type="checkbox"/> 固定電話/ Land-Line Phone <input type="checkbox"/> インターネット/ Internet <input type="checkbox"/> その他/ Others ()
住居費 Accommodation Fee	1ヶ月当たり/ per month 120ユーロ(現地通貨/ local currency) 約/ approximately 15000 円/yen
留学先での住居全般に関する アドバイス Accommodation Advice	大学寮は二つあるけど街と大学に近い寮を選ぶべき。 ルームメイトとうまくいかないと思ったら我慢せず即部屋替えを申請すべき。
(2) 医療について / Medical Care	
保険の加入先 Insurance (Who Designated)	<input checked="" type="checkbox"/> 本学指定の保険 / Hiroshima University <input type="checkbox"/> 留学先大学指定の保険 / Host University <input type="checkbox"/> その他 / Others ()
保険の補償内容 Insurance Coverage	補償額 / Coverage 死亡 / Death 円 / yen, 入院1日 / per day of Hospitalization 円 / yen その他 / Others ()
留学前後での予防接種の必 要の有無 Immunization Requirement	<input type="checkbox"/> 有 / Yes (種類 /Acquired Immunizations : , 医療機関名 / Location of Immunization :) <input checked="" type="checkbox"/> 無 / No
留学先国の医療事情 (日本 と比較して) Difference in Medical Service (Compared to Japan)	病院に行っていないからわからない。
留学先での健康管理, 衛生 面について特に注意すべき こと Healthcare and Hygiene	冬場はかなり冷え込むので防寒対策をしっかりすること。
(3) 危険を感じた地域, 状況, 安全管理において注意したこと / Dangerous Situations and Locations Encountered, Possible Advice for Risk Management	
特にない。	
(4) 食生活についてのアドバイス / Food – Related Advice	

近く中華やケバブ屋さんが安くておいしい。	
(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing	
冬でも室内は暑いのでジャケットの中はTシャツをきるなど体温調節できるようにしたい。	
(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.)	
マキシマという大型ショッピングモールでシムを買ったらいい。安い。	
(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?)	
とにかく同じ寮の人に積極的に話しかけてパーティーには極力参加し続けると自然と友達が増えていく。	
(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	
相手の文化を尊重する。	
(9) 日本から持っていきべきもの、持っていきべきでないもの / What Should You Bring? What Should You NOT Bring?	
味噌汁、レンチンご飯。たまに日本食が欲しくなる。色々な国に対応している電源プラグ	
(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	
調理器具は基本現地調達で大丈夫。	

6. 帰国後の進路について / Your Career After Study Abroad	
卒業予定年月 Expected Graduation Month and Year	2025 年 / year 3 月 / month (当初の卒業予定年月 / Expected Month and Year before Studying Abroad 2024 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 checked="" type="checkbox"/> その他 / Others (具体的に / Specific reason: もう一度留学するため)

現在の状況および今後の 予定・進路等 Current Situation, Plan and Career	将来的にはヨーロッパへの海外赴任ができる会社で主に現地の人と交流できる仕事をしたい。
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.	卒業単位はほぼ取り終わったからあとはTOEICなどの資格試験と並行して就活の準備を始めていきたい。

7. 留学準備, 留学中に役立った書籍, 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

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

初めて海外で留学という人もおられると思いますが実際思ったよりも何とかなるものです。今のこの時期でしか体験できないこともたくさんあると思うので存分に楽しんでください。

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

- 以下の点を踏まえ、記述して下さい。 / Please give your feedback including the following points:
 - ① 留学を終えての所感 / Please describe and evaluate your study abroad experience briefly.
 - ② 留学期間中、最も印象に残った体験・出来事 / What was the most impressive experience in your study abroad experience?
 - ③ 留学の成果、留学前と比較して成長した点 / What is your achievement through the study abroad experience?
 - ④ 今回の留学での経験や成果を今後どのように活かしたいか(将来のキャリアパスも含めて) / How do you want to make use of your study abroad experience in the future including your career?

- 写真を2~3枚程度、貼り付けてください(写真1枚当たりの容量は、500KB以下に縮小して下さい)。
Please add 2-3 photos (within 500 KB per a photo).

留学を終えての感想としてまず1番初めに頭に浮かんだのは一瞬だった、ということです。今回、初の留学でヨーロッパにさへ行くのが初めてなのにリトアニアというマイナーな土地で生活するなんて到底考えられませんでした。実際、住んでみると様々な人種の人と一緒に暮らしているのを見て日本がどれほど閉鎖的で単一化した国家なのだとこのことをひしひしと感じました。この多様な社会の中で生活でき、交流できたのはこれからの人生でも確実にプラスにしかならないと思います。それを感じるだけでも今回の留学に行った意味があるなと思いました。

幸いリトアニアはEUということもありかなり簡単にヨーロッパ内を周遊できました。ヨーロッパ内のLCCであるライオンエアを使って様々な国に行ったのですがフィンランドに4ユーロで行けたのは驚きました。また、私はこの半年間でヨーロッパ14カ国回ることができたのですが、一番の思い出として挙げられるのはマルタ共和国です。これは個人的に私が好きでした。建物が他のヨーロッパと全く違う雰囲気やヨーロッパの街並みに慣れてきた頃に行ったのでかなり圧倒されました。マルタはイタリアの南西部に位置しているのですが、とにかく海が綺麗で透き通っており春頃に行くのがベストだと思います。是非余裕があればマルタに旅行していただけたらいいなと思います。しかし、注意点としてどの国に行くにしてもホテルはちゃんと取っておくべきだと思いました。というのも私は何度か野宿を経験したのですが、夏なのにとても寒い時があったり不審者に話しかけられたりとなかなか痛い思いをしました。マルタでは到着した後にホテルを取ったのですが、グレードが低く入った瞬間にゴキブリが這いずり回っていたのでホテル選びは大事だなとこの留学で学びました。

今回の留学で議論する力がついたと感じます。日本と違って海外の大学はディスカッションが多いと聞いてはいたのですが実際まぼ毎回ディスカッションをしなければならぬ授業などもあり、初めの頃は周りが何言っているのかついていけず家帰って落ち込むことが多々あったのですが数ヶ月経っていく内に自分の意見を芯をもって主張することができるようになってきました。日々の積み重ねは本当に大事だと感じました。コミュカも飛躍的に伸びたと感じます。このコミュカというのはただ雑談を話すだけというよりもひとつの議題に対してどう対処していくのかをグループで考え、解決していく問題解決力に近いかなと思います。授業のGlobal Perspectiveでは国際的な観点からビジネスを考えるというものが多かったのですが日本語でも表現しづらかったり考えづらいものを英語で率先してまとめ、話を聞きそれを聞いた上で自分の考えを出す力が身につきました。

留学中には光の部分もあれば闇の部分もあります。一つ道が違えばホームレスの土地というところも多くありました。私は今まで日本に21年間住んできてそこまでの貧富の格差は感じていませんでした。しかし、ヨーロッパではそれを強く感じ、この格差社会を少しでも無くしたいと思えるようになりました。将来的にはヨーロッパなどの海外に行きさういふ人々を救えるような事業を立ち上げたいと考えております。その上で今回の留学で学んだ相手を尊重することや他の文化に寄り添い、しっかりと議論する、この要素が後々大事になってくると思います。

