

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3月24日(YYYY/MM/DD)	
本学での所属学部・研究科 School/Graduate School at HU	総合科学部国際 共創学科	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	テュービンゲン大学 (国名/Country：ドイツ)		
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	文学部		
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10月1日 ~ 2023年2月28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	留学を志した動機は、海外に出て様々なバックグラウンドをもつ人々と関わってみたいと思ったこと、英語力、特に日本語を母国語としない人とのコミュニケーションを通してリスニング及びスピーキング能力を向上させたかったこと、そして何か自分自身の人生観に変化をもたらしたいと思ったことの3つです。
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	応募の3, 4か月前から IELTS の試験に向けて対策を始めました。
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	滞在先の寮への応募や手続き、現地の保険加入手続き、大学への諸々の書類提出などを行いました。ドイツ語の勉強も初心者レベルですぐに役立ちました。現地ですなければならぬ役所での手続きや口座開設などの流れは出発前にもっと入念に調べておくべきだったと思います。

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 :	
その他必要な事前手続き Other Required Procedures	ドイツは事前にビザを取得せずに入国することができますが、到着後90日以内に居住許可証の申し込みを済ませる必要があります。	
出国年月日/ Date of Departure	2022年9月30日 (YYYY/MM/DD)	
経路(往路) / Route (Outward)	成田→香港→フランクフルト	
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 checked="" type="checkbox"/> 有/Yes	有の場合 期間/Period : 2022.10.10 - 2022.10.16

無・期間・内容 Orientation, Period, Contents	<input type="checkbox"/> 無/No	(If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation 新入生向け説明会、留学生同士の交流、大学校舎ツアー
帰国年月日 / Date of Return	2023年2月28日 (YYYY/MM/DD)	
経路(復路) / Route (Return)	フランクフルト→台北→関西	

3. 留学費用について / Expenses

内訳額 / Expenses	総額		1,207,500	円/yen
	Total Amount			
内訳 Details	渡航費(往復) / Flight Ticket (Round Trip)		165,000	円/yen
	ビザ申請手数料 / Visa Application Charge		14,000	円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge		0	円/yen
	保険料 / Travel Insurance		165,000	円/yen
	教材費(授業料以外の学費) / Learning Material (Extra Tuition Fee)		3,500	円/yen
	宿舍費(住居費) / Accommodation Fee		335,000	円/yen
	光熱費 / Utility Cost		0	円/yen
	食費 / Meal Cost		225,000	円/yen
	通信費(インターネット・携帯) / Internet, Phone		18,000	円/yen
	交通費(宿舍-大学間) / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)		17,000	円/yen
	交際費 / Social Expenses		15,000	円/yen
	その他 / Others (旅行 費) (費) (費)		250,000	円/yen 円/yen 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)	A1 ドイツ語(90分×週2回) 英語ライティング(90分×週1回) 英語スピーキング(90分×週1回) ドイツ近代史(90分×週1回)
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)	私は履修科目をひとりで決めましたが、配属される学科などを探せばおそらく担当チューターの方がいるのでその方や、教授などに履修登録は手伝っていただくと、その後の単位取得や互換の手続きなどがスムーズに進められると思います。
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)	少人数で他の学生との交流が多く、意見を求められる場面も多いのですが、英語力の不足で言いたいことをうまく話せないことが多々ありました。

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 13 m ²	同居人の有無 Roommate(s)? <input type="checkbox"/> 有 / Yes (人/People) <input checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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 (現地通貨/ local currency) 282ユーロ	約/ approximately 40,000 円/yen
留学先での住居全般に関するアドバイス Accommodation Advice	入居・退去ができるのは管理人の方がいる平日の限られた時間なので、休日と祝日を調べたうえで渡航計画をたてると良いと思います。私はドイツの3連休の初日に渡独してしまい、入居ができるまでホテルに3泊しました。	
(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 checked="" type="checkbox"/> その他 / Others (ドイツの法定医療保険)	
保険の補償内容 Insurance Coverage	補償額 / Coverage 死亡 / Death 1,000 万円 / 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)	チュービンゲン大学の入学の手続きと、居住許可証取得の手続きの際にドイツの法定保険会社 (AOK、BARMERなど) の保険に加入しているという証明の提示を求められるので、広島大学指定の海外旅行保険に加えてドイツの保険にも加入しました。保険の申請はメールにて行うことができ、渡航後開設した銀行口座を伝えることで支払いを開始します。	
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	渡航してしばらくは環境の急激な変化に身体がついていけない可能性があるため、日本から自分の身体に合う薬を持っていくと良いと思います。	
(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		
鉄道駅の周辺や切符売り場近くなど、特に大都市の駅では声をかけられることが多いので、なるべく速やかに行動し、声をかけられても相手にしないことは気をつけました。そして、日が沈んで暗くなってからはなるべく屋内で過ごしました。出発時間の遅い高速バスなどは外で待機する時間が危ないので避けたほうが良いと思います。		
(4) 食生活についてのアドバイス / Food – Related Advice		

ドイツの料理は日本人の口に合いやすいと言われてはいますが、基本的には問題はないと思います。ただ、私は大学の食堂をよく利用していましたが、人によっては口に合わないこともあるので、自分に合ったライフスタイルを見つける必要があると思います。	
(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing	
冬はかなり冷え込み、ピーク時にはマイナス10℃近くになることもあります。あたたかい服を持っていくのはもちろんですが、かなりかさばると思いますので厚手のコートなどは現地で調達すると良いと思います。	
(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.)	
広島大学とは異なり、大学施設は講義棟を含め街中に散らばっています。最初は混乱するかもしれませんが、マップに逐一メモしたり留学生オリエンテーションなどに参加したりすることでだんだん慣れていくと思います。図書館の一階にはカフェがあり、学生証にお金をチャージすることで利用できます。Wi-fiは主な大学の施設すべてで eduroam を利用できます。	
(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?)	
オリエンテーション期間には留学生や新入生を集めたイベントが多数開催されるので、大学メールや学生団体の SNS などを見逃さないようにすると良いです。また、チュービンゲン大学には日本学科があり、日本に興味を持ち、日本語や日本文化を学ぶドイツ人学生が多く在籍しています。日本学科の教授の方からドイツ人学生たちとの交流会についてお誘いのメールをいただくことがあると思うので、積極的に参加するののも一つの方法だと思います。	
(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	
個人的な感想ですが、私は対人関係に問題が生じるほどのマナーの違いを感じることはありませんでした。	
(9) 日本から持っていくべきもの、持っていきべきでないもの / What Should You Bring? What Should You NOT Bring?	
日本食は海外でもアジアンショップで購入できますが、日本と比べかなり値段が高いので少量でも持っていくと安心できると思います。また、冬は気温の低さからバッテリーの消耗が激しいのでモバイルバッテリーは重宝しました。	
(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	
ドイツの交通機関は頻繁に遅れたり、ストライキを行ったりします。ドイツの電車(Deutsche Bahn)を利用するときは DB navigator というアプリで運行状況を確認していました。このアプリで切符や割引カードを購入することもできます。ドイツの鉄道駅には改札はなく、車内で担当の方から切符の提示を求められます。	

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 2025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	引き続き文化と観光分野の授業を中心に幅広く学んでいく予定です。
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.	留学の直前の夏休みに、広島大学で10日間ほど開催されたINU学生セミナーに参加し、海外の学生と交流する練習をしました。

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
チュービンゲン大学公式	https://uni-tuebingen.de/en/	オリエンテーションや履修登録など大学全般
在ドイツ日本国大使館	https://www.de.emb-japan.go.jp/	居住許可証など移住について
大学都市チュービンゲン	https://www.tuebingen.de/	Ausländeramt(外国人局)の予約

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

海外留学はとても勇気のいることではありませんが、挑戦すれば必ず人生の糧になる経験を積むことができます。英語力に自信がなかったり、目的意識を強く持てずいたりしたとしても、挑戦してみることで得られることは想像以上に大きく、また貴重なものです。葛藤や困難があるかもしれませんが、乗り越えたときに自分の確かな自信になって今後の人生の後押しをしてくれるので、ぜひ一歩踏み出してみてください。

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).

約半年間のドイツ留学を終えて振り返ると、困難の多い日々でありながらも充実した時間を過ごすことができたと感じます。渡航してしばらくは、まわりの学生と関わりを持つと焦って行動して失敗したり、漠然とした不安からあまり外に出られなかったりしましたが、時間の経過とともにだんだんと海外での生活に慣れ、心の余裕も生まれたことによって頻繁に外に出られるようになりました。外に出ている時間は、そのすべてが新鮮な経験で、自分自身の成長を促してくれるものでした。

留学中特に印象的だったのが、とあるドイツ人の方から言われた言葉です。その方とは、ツークシュピッツェというドイツ最高峰の山の頂上で出会いました。山頂からの絶景を楽しめるレストランで私が一人で食事をしていたところ、お店が混んでいたこともあり同じく一人で旅行をしていたその方と相席することになりました。お互いのことを話していくうちに仲良くなり、今度その方の地元近くを案内してもらうことになりました。それ以降連絡を取り合い、後日もう一度会って街を歩きながら、地元の人しか知らないような豆知識をたくさん聞かせてもらいました。その旅の最後に、その方から「今日私は“普通のドイツ人”を代表してあなたと接した。もちろんドイツには様々な人がいて、悪意を持った人も中にはいるけれど、ほとんどのドイツ人は穏やかで心優しいことをあなたに覚えてほしい。」と言われました。それを聞いて、文化も生きてきた環境も異なるけれど、国境を越えてただの人と人として接してくれたことに対する感謝の気持ちでいっぱいになりました。そして、国として、集団としてといった大きな単位での関係構築は壮大なことのように感じられるけれど、ただの人と人の小さな関係づくりから変えられることがあること、その可能性の大きさを考えるきっかけを頂きました。

留学を経て、語学力の向上はもちろんですが、それ以上に視野の広がりや精神面での変化を感じました。留学前は、海外の人というだけで何か身構えてしまうところがあったのですが、海外で生活し、たくさんの人と接してみて、皆私と何ら変わらないただの人で、わざわざ自分から壁をつくる必要などないと気づくことができました。また、留学前や留学中の困難を乗り越えたことで、本気で取り組みばできないと思っていたこともできる、と自信を持って言えるようになりました。今後は留学の経験を踏まえ、人と人を繋ぎ、日本と海外の架け橋になれるような人材を目指していきたいと思います。



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