

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 2025年 8月 6日(YYYY /MM/ DD)	
本学の所属学部・研究科 School/Graduate School at HU	文学部 地理学科 学部/研究科 School/Graduate School 4年次(Year) (留学開始時点(When Started))
派遣プログラム Name of Program	☒ HUSA ☐ USAC
留学先大学 Host University	ミュンスター大学 (国名/Country : ドイツ)
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	Educational Science
在籍身分 Status at Host University	Exchange Student (ex. Exchange Student, Special Auditing Student)
留学期間 Period of Program	2024 年 9月 9日 2025 年 7月 30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	教育を専門的に学んでみたいと考えていた。海外で教育を学ぶことによって日本で学 ぶのとは違った知見が得られると考えた。特にドイツは学費がほぼ無料であり、今後 ドイツの大学院に進学する可能性が高かったため、学部の段階でドイツに留学してみ たかった。中でもミュンスターはドイツにおいて教員養成の分野で一定の成果を残し ているため、派遣先大学として希望するに至った。
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	10 か月前
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	・学生寮への申し込みを早めに行っていてよかった。学生寮に関する案内メールがき たその瞬間に応募してできるだけ早くウェイティングリストに登録しないと、学生寮 が見つからず自力で住む場所を確保することになる。そしてそれはすごく難しい。 ビザよりなにより学生寮への申し込み！最優先！

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 : Aufenthaltserlaubni ビザ申請先 / Location of Visa Application : Ausländerbehörde 提出書類 / Required Documents : ・パスポート ・入学許可証 ・閉鎖口座の残 高証明 ・ドイツの公的健康保険加入証明 ・住民登録証明書 ・パスポート用 写真 手続きに要した日数 / Duration of Visa Application Process : 4か月
その他必要な事前手続き Other Required Procedures	ドイツについたらまずは住民登録。そのあとビザ(滞在許可証)の申請だが、申 請してから実際に発行されるまで1か月くらいかかるので早めに申請しましょ

	う。
出国年月日/ Date of Departure	2024 年 9 月 9 日 (YYYY/MM/DD)
経路(往路) / Route (Outward)	関西空港からアムステルダムのスキポール空港。そこから電車でミュンスター
現地での出迎え Pick-up Service	☐ 有/Yes (大学関係者/Univ. Staff ・ その他/Others) ☒ 無/No
到着後オリエンテーションの有 無・期間・内容 Orientation, Period, Contents	☒ 有/Yes 有の場合 期間/Period : 2週間ほど - ☐ 無/No (If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation
帰国年月日 / Date of Return	2025 年 7 月 30 日 (YYYY/MM/DD)
経路(復路) / Route (Return)	スキポール空港から関西空港

3. 留学費用について / Expenses

支出額 / Expenses	総額 Total Amount	1766000	円/yen
	内訳 Details		
	渡航費(往復) / Flight Ticket (Round Trip)	200000	円/yen
	ビザ申請手数料/ Visa Application Charge	16000	円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge		円/yen
	保険料 / Travel Insurance	300000	円/yen
	教材費(授業料以外の学費) / Learning Material (Extra Tuition Fee)	100000(Semester ticket 代 含)	円/yen
	宿舍費(住居費) / Accommodation Fee	330000	円/yen
	光熱費 / Utility Cost	宿泊費に含	円/yen
	食費 / Meal Cost	300000	円/yen
	通信費(インターネット・携帯) / Internet, Phone	20000	円/yen
	交通費(宿舍～大学間) / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)		円/yen
	交際費 / Social Expenses	300000	円/yen
	その他 / Others (旅行費)	500000	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)	A 1.2: Deutsch mit geringen Vorkenntnissen (ドイツ語のクラス) 週90分×2 John Dewey on Democracy and Education 週90分×1 Fostering motivation through effective teaching practices 週90分×1 Internationalisation and Mobility in Higher Education 週90分×1 Learning History through Film and Television 週90分×1
--	--

	Biography and Education in the German and Austrian Empires, 1900-1933 週90分×1 The 1968 Student Movements in West Germany and the United States 週90分×1 The 1968 Student Movements in West Germany and the United States 週90分×1 Approaching and Explaining Xenophobic and Right-Wing Populist Attitudes 週90分×1
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)	予習をしっかりと教材の内容をある程度理解してから授業に参加すると、英語が理解できなくても何となくついていけます。授業の録音などは、嫌う先生が多かったので期待しないほうが良いです。
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)	議論が中心の授業が多いため積極的な発言が求められます。また、単位の取得方法を自分で選ぶことができます。例えばプレゼンテーションと口頭試験で評価してもらうのか、期末レポートの提出で評価してもらうのかを選ぶことができます。

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	☐ 大学の寮 / University Dormitory ☐ アパート / Apartment ☐ その他 / Others ()		
住居の広さ Size of the Room	約/approximately 11 m ²	同居人の有無 Roommate(s)?	☐ 有 / Yes (8 人/People) ☐ 無 / No
住居に附属する設備 Facilities in Accommodation	☐ 電気/ Electricity ☐ ガス/ Gas ☐ 水道/ Water ☐ 給湯/ Hot Water ☐ シャワー/ Shower ☐ 風呂/ Bathtub ☐ 水洗便所/ Flushable Toilet ☐ 暖房/ Heating ☐ 冷房/ Cooling ☐ 台所/ Kitchen ☐ 食堂/ Dining Room ☐ 固定電話/ Land-Line Phone ☐ インターネット/ Internet ☐ その他/ Others ()		
住居費 Accommodation Fee	1ヶ月当たり/ per month	(現地通貨/ local currency)	約/ approximately 33000 円/yen
留学先での住居全般に関するアドバイス Accommodation Advice	とにかく早く寮に申し込むことが大切です。ミュンスターの住居供給は完全に不足しています。ミュンスターに留学が決定したならいち早くミュンスターの学生協会の学生寮を希望するウェイティングリストに登録しましょう。ウェイティングリストの上から順に寮が決まっていきます。		

（２）医療について / Medical Care

保険の加入先 Insurance (Who Designated)	☐ 本学指定の保険 / Hiroshima University ☐ 留学先大学指定の保険 / Host University ☐ 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	☐ 有 / Yes (種類 / Acquired Immunizations : , 医療機関名 / Location of Immunization :) ☒ 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)	日本と同程度に充実していると思います。
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	DM (ドイツのドラッグストアチェーン) でビタミンタブレットが売っています。ドイツの冬は日照時間が短く気分が落ち込むので活用してみてください。
(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	
ミュンスターは日本と同じくらい安全です。ただ自転車がたびたび盗まれるのでしっかりカギをかけましょう。ドイツは基本的には安全だと思いますが、ベルリンとフランクフルトはかなり危険らしいので気を付けましょう。特にフランクフルトの駅周辺は夜になると危ない雰囲気になります。	
(4) 食生活についてのアドバイス / Food – Related Advice	
私は留學生活のほとんどをパスタでしのぎました。パスタは500gで100円程度、とても安いので簡単に調理できるのでお勧めです。元気がなくなったら大量の野菜としょうゆとソーセージを入れた鍋を作りましょう。効果的です。ドイツのスーパーに売っている Milch reis(ミルクライス)は普通に炊くと日本のお米と変わらないくらいおいしいです。500gで160円程度で日本のものより安いです。ビールは安くておいしくて種類が多いのでテンション上がりますが、飲みすぎには注意しましょう。私はおなかがかかなりポッコリしてしまいました。	
(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing	
冬は東広島よりも少し暖かいくらいです。(氷点下いくか行かないくらい)。夏は東広島よりも少し涼しいです(暑くて33,4度超えるか超えないくらい)。服は現地でも安く購入できます。	
(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.)	
学内にはWi-Fiが通っています。図書館も学内WIFIが使えます。大体の学生が大学本部の近くにある図書館を利用しています。	
(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?)	
ウェルカムパーティーや交流会が定期的に行われます。留学生向けのクラブパーティーが毎週火曜日行われます。そこで友達は簡単にできます。	
(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	
海外の友達に日本食をごちそうするときがあるかもしれませんが、アレルギーや宗教上の禁忌などを確認したほうが良いです。私はヒンドゥー教徒の友達に肉じゃがをご馳走しましたが、何の肉を使っているか聞かれて背筋が凍りました。(豚肉だったので教義上は問題ないようでした)	
(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?	

現地の日本人とも仲良くしたほうが良いです。いろいろアドバイスをもらいましょう。

卒業予定年月 Expected Graduation Month and Year	2026 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?	☒ 4年次に留学したため / Participation in HUSA during 4th Year ☐ 単位不足のため / Amount of Credits ☐ 新卒で卒業するため / In order to graduate as a “new” graduate ☐ その他 / Others (具体的に / Specific reason:)
---	---

現在の状況及び今後の予定・進路等 Current Situation, Plan and Career	現在私立学校で教員をするために就活中です。卒業後は高校教師として働く予定です。
--	---

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.	私は帰国後教育実習に行きますが、とても忙しくなりそうなので、できれば留学前に行 きましょう。単位は卒論以外は留学前にすべて取り切ったので良かったです。
--	--

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
-------------------------------------	--	------------------

特になし

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

留学生活思い切り楽しんでください！ドイツにいとヨーロッパの国々をたくさん旅行できてとても楽しいですが、ドイツ国外に行くときはしっかりと現金も持っていきましょう。私はスペインでスマホとクレジットカードを盗まれ、現金を持ってきていなかったのでもとても大変な目にあいました。50ユーロくらい靴の裏に忍ばせておきましょう、

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



留学を終えて、まず思うことは「留学して本当によかったな」ということです。留学したことで、本来できるはずなかった経験、出会い、学びに恵まれました。ミュンスターは町自体が本当に美しく、ふとした時に、これは本当に現実か？と思うことがたくさんありました。トラブルや嫌な経験をすることもたびたびありましたが、それをかき消すほど楽しい思い出をたくさん作ることができました。

特に寮生活では海外の友達と争いもありましたがよい関係を気づくことができました。印象的な出来事としては、私がネパール人のフロアメイトに肉じゃがをふるまった経験が挙げられます。当時の私はただ単に日本食をご馳走してあげたいという思いでふるまっていたのですが、彼が食事中に「この肉は何の肉？」と聞いてきた瞬間背筋が凍りました。幸運にもそれは豚肉で、ヒンドゥー教徒である彼の教義上の禁忌ではなかったのですが、あの肉が牛肉だったらと思うとぞっとします。この出来事から、私は相手の文化的背景に考えを巡らせて行動する必要があるということを強く感じました。

留学の成果としては主に3つ挙げることができます。1つ目は語学力の向上です。私はドイツ語は結局習得できませんでしたが、英語力は留学前と比べて格段に上がりました。友達や現地でできた彼女と過ごす時間が長かったので自然と話せるようになりました。2つ目は異なる文化的背景を持つ人々接するときの姿勢や考え方がい意味で変わりました。ドイツには多様な文化的背景を持つ人々が住んでいます。そんな国で、海外の友達と気持ちよく過ごそうと思ったら、相手の文化的背景を理解し、尊重することからは逃れられません。日本にいれば出会うことがないような考え方を持つ人々とも出会いました。そういった経験の中で異なる文化的な背景を持つ人々を理解し、尊重しようとする姿勢が身についたように思います。3つ目は単純に自信がつきました。日本の学生マンションの契約すら親に任せっきりだった私ですが、今回の留学は、留学前の準備も含めて基本的には自分一人の力で（金銭的には助けてもらってばかりですが）終えることができました。留学する際には、外国語で書かれたあらゆる書類、サービス、手続きを読んだり利用したりする必要があります。また、海外での生活にはトラブルはつきもので、自分で解決したり、自分から助けをもらいに行ったりする必要があります。そうした中で、だんだんと自信をつけていくことができました。

私は今回の留学で得た経験を、高校の教師として将来の生徒たちにあらゆる形で還元していきたいと考えています。たとえば、留学生活での経験や様々な国で撮った写真は、教材として授業で生かすことができると考えています。

この報告書を見ている人は大体が、留学を考えている方だと思います。迷っているなら、いったほうが良いと思います。私も留学前は留学に行くべきか散々迷いましたが、留学をして心からよかったと感じています。皆さんにも勇気をもって一歩踏み出していただきたいです。特にミュンスターはおすすめです。

ドイツに留学するならビールはたくさん飲みましょう。私のお勧めはFruh Kolsch と Krombacher です。前者は苦みが少なく、ビールが苦手な人でも楽しめます。後者は芳醇は麦の香りとコク、さわやかな苦みが楽しめるビール好きにはたまらないビールです。スーパーで買えます。

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、留学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 Global Exchange Group.