

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満)

2017年5月12日

| | | | |
|------------------|-----------------|---------------|--------------------|
| 東京大学での所属学部・研究科等: | 経済学部 | 学年(プログラム開始時): | 学部3 |
| 参加プログラム: | 全学交換留学 | 派遣先大学: | ストラスブール大学 |
| 卒業・修了後の就職(希望)先: | | | |
| | 1. 研究職 | | 2. 専門職(医師・法曹・会計士等) |
| | 3. 公務員 | | 4. 非営利団体 |
| | ✓ 5. 民間企業(業界:) | | 6. 起業 |
| | 7. その他() | | |

派遣先大学の概要

フランスで唯一大学にも所属しているビジネススクールである、EM Business Schoolに通った。そのため、ビジネススクールの授業だけでなく、別の学部の授業履修可能だ。大学の施設も同様に利用可能で、大変便利だと思う。ビジネススクールの授業は少人数制のため、経済系を学びたいのならば、経済学部を選ぶのではなくビジネススクールを選ぶことを勧める。

留学した動機

フランス語・英語の語学力向上。ビジネススクールだからこそ履修できる実際のケースに基づいた授業の履修による実践的知識の獲得。

留学の時期など

| | | | | | |
|--------------------|------------------------|-------|-------|------|----------|
| ①留学前の本学での修学状況: | 2016年 | 学部3 | 年生の | S2 | 学期まで履修 |
| ②留学中の学籍: | 留学 | | | | |
| ③留学期間等: | 2016年 | 8月~ | 2017年 | 4月 | |
| | 学部3 | 年時に出発 | | | |
| ④留学後の授業履修: | 2017年 | 学部4 | 年生の | S2 | 学期から履修開始 |
| ⑤就職活動の時期: | 2017年 | 学部4 | 年生の | 6月頃に | 行う予定 |
| ⑥本学での単位数: | 留学前の取得単位 | | | 40 | 単位 |
| | 留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位 | | | 22 | 単位 |
| | 留学後の取得(予定)単位 | | | 22 | 単位 |
| ⑦入学・卒業/修了(予定)時期: | 2014年 | 4月入学 | 2019年 | 3 | 月卒業/修了 |
| ⑧本学入学から卒業/修了までの期間: | 5年 | | | 0ヶ月間 | |

⑨留学時期を決めた理由:

サークル活動が2年間で終了し、就活がスタートする前という、自分の将来を考え直すのにちょうど良い時期だったから。

留学の準備

①留学先大学への入学手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

寮の選択には注意。先輩に聞いたほうがいいと思う。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

指定された書類をきちんと順番に並べて向かうこと。フランス大使館は厳しいので、何度も事前にチェックすること。学生なら予約なしでも受け付けてくれる曜日があるので、予約が取れなかったらその曜日の朝一番に行けばなんとかなると思う。戸籍抄本の仏訳には時間がかかるので時間に余裕を持つこと。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

日本で加入しなければならない付帯海学に加えて、フランスでは学生の保険に加入することが義務なので、何か病気になっても病院に行っても薬をもらったとしてもお金はかからないと思う。ただ、フランスの病院は予約とかが面倒だったりするので、必要最低限は必ず日本で購入して持っていくこと。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

付帯海学、OSSMAの他に、フランスの大学で加入を義務づけられたMGEL。

⑤留学にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

単位認定のための手続き。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

私はフランス語C1レベルを持ってから旅立ったのであまり困ることはなかったが、日本でも机で単語や文法の勉強はできるから、留学先では友達と出来るだけ沢山コミュニケーションを取ることを勧める。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

延長コード。変換プラグ。電子辞書。その他生活用品(フランスで購入しても良いが、日本の100均の方が安く済む)。

学習・研究について

①履修した授業科目のリスト(授業を履修した場合)

※そのうち、帰国後東京大学で単位認定の申請を行ったもの(又は行う予定のもの)に●をつけてください。

| 授業科目名 | 単位数 | 単位認定の申請 | 授業科目名 | 単位数 | 単位認定の申請 |
|----------------------------------|-----|---------|--|-----|---------|
| Business Negotiation | 5 | ● | Introductory Grape and Wine Knowledge | 5 | ● |
| Cases in International Marketing | 5 | ● | French Wine Industry a Stakeholder Perspective | 3 | ● |
| Comportement organisationnel et | 3 | ● | Luxury Brand MGMT | 5 | ● |
| Web marketing | 3 | ● | Logistic mgmt project | 3 | ● |
| European Politics Games | 3 | ● | Principles of Sales Management | 5 | ● |
| Basics in financial analysis | 5 | ● | | | |

②留学中の学習・研究の概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている授業等)

基本少人数授業でグループワークが多かったのが、教授との距離も周りの学生との距離も近かったのが良かった。アルザス地方ならではのアルザスワインの授業、そしてフランスならではのラグジュアリーブランドマネジメントの授業は興味深かった。

③1学期あたりの履修科目・単位数、週あたりの学習・研究時間(授業時間・授業以外の学習時間)など

1学期あたり5~6個の授業、つまり10~12単位。一つの授業時間が約3時間なので、週15~18時間。

④学習・研究面でのアドバイス

授業の選び方に注意。短期集中授業は有名な教授がやってくれることが多いので、オススメ。

⑤語学面での苦勞・アドバイス等

学校の語学の授業を取ると良いと思う。

生活について

①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

ストラスブール大学の寮。名前はLes Flamboyants。一人部屋、キッチン及びバスルーム付き、24㎡と十分広く、家賃は月450ユーロ。ストラスブール大学から送られてきた寮のリストに載っていたので、そこを希望した。私の通っていたビジネススクールから徒歩4-5分という好立地。寮の部屋にはベッド、机、椅子、クローゼットしかない。枕や布団を始め生活用品はすべて用意する必要がある。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

気候は夏は日本ほど嫌な暑さではなく、冬は日本よりも寒い。分厚いコートを現地で調達すれば間に合う。大学から市内中心までトラムで10分と近いので、スーパーや買い物など困ることはない。スーパーによっては学生割引のあるスーパーもある。自炊をすれば食費はとても安く済む。Societe Generaleというフランスの銀行で口座を開設し、CAFなどを受け取っていた。奨学金はUFJに振り込まれていた。主に三菱VISAデビットカードを使用。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

貴重品の管理は厳重に。私はスリにあっていないが、周りの日本人の友達も8割くらい被害にあっていた。治安については、テロの可能性があったため何か大きなイベントのときには人混みに行かないように。

④留学に要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)

・毎月の生活費とその内訳

450ユーロ:家賃。300ユーロ:食費。300ユーロ:娯楽費。印刷・コピーは無料、本も図書館で借りれるので学習費用はかからない。

・留学に要した費用総額とその内訳

約130万円。(航空券は14万円。家賃は月約5万円。食費・旅費の割合が高い。)

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

トビタテ留学ジャパン4期。月10万円支給。航空券代20万円支給。先輩から教わった。

⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)

ビジネススクールのサークル活動である、モダンジャズダンス、軽音に参加。長期休暇はヨーロッパにいる友人を訪ねたり、旅行をしたり。週末は友人と街中に出かけたり。日曜は店が閉まっているので、勉強をすることが多かった。

派遣先大学の環境について

①留学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

ビジネススクールの授業は半分以上が英語で行われるし、約半分が留学生ということもあり、留学生の対応にとっても慣れている。英語を話せるスタッフは常にいる。授業の履修登録や授業スライドの共有などがすべてネットで管理されていて、とても便利。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

ビジネススクールの学生のみ印刷無料。経済学部生は有料。(ビジネススクールの学生は授業料を支払っているのに対して、大学の学部生は授業料が無料だから。)食堂は3つあり、3.25ユーロで前菜・メイン・デザート3品を選べる。たくさんのスポーツの授業があるが、人気のスポーツはすぐに埋まってしまうので、早く登録するべき。

留学と就職活動について

①(就職活動を既に行った場合)留学が就職活動に与えた影響、メリット・デメリットなど

メリットは視野が広がって様々な職業に興味が出たこと。デメリットは一年就活を遅らせないといけないこと。もし一年遅らせなければボスキャリアやロンキャリアに行くなど、留学中の時間を就活に割かなければならない。

②(今後就職活動を行う場合)留学が就職に対する考え方に与えた影響

留学前は、周りの考え方や価値観に影響されて選択肢が狭まっていたが、この一年で様々な職種の社会人の方と話す機会があったりインターンを経験したことで選択肢が広がった。

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

私は行きませんでした。もし4年間で卒業を考えているなら、ボストンキャリアフォーラム、ロンドンキャリアフォーラムへの参加は大事だと思う。

④就職が決まっている場合は、差し支えない範囲で就職先をお知らせください

- | | |
|--|--------------------------|
| | 1. 研究職 |
| | 2. 専門職(法曹・医師・会計士等)(職名:) |
| | 3. 公的機関(機関名:) |
| | 4. 非営利団体(団体名又は分野:) |
| | 5. 民間企業(企業名又は業界:) |
| | 6. 起業(分野:) |
| | 7. その他() |

留学を振り返って

①留学の意義、留学を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

知識面で学んだことも大きいけれど、何より精神的に成長した一年だった。

②留学後の予定

経済学部経済学科の学生として授業を履修。並行して就職活動を開始。

③今後留学を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

大学生の時に留学しないで学生生活を終わってしまうのは、とてももったいないと私は思う。現在のグローバルな社会において、留学というものは一生に一度の大きなことでもなく、割と当たり前のことになってきていると思う。もし高校の時に留学経験や海外生活経験があっても、それから数年経っているのなら行く価値はあるし、もしまだ行ったことがないなら若いうちに一度は行くべきだし、大学卒業後にまた社会人になってからも行くべきだと私は思う。日本を出て海外を見ることは定期的にするといいいんじゃないかと思うので、大学生という時間のあるときにこそ一度は行くべきだと思うので、ぜひ大学のプログラムを利用して留学に行ってください。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

フランス留学学生会のブログ。

②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。



東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満)

2017年10月7日

| | | | |
|-------------------------------------|---------------|--------------------------|--------------------|
| 東京大学での所属学部・研究科等: | 人文社会系研究科 | 学年(プログラム開始時): | 博士2 |
| 参加プログラム: | 全学交換留学 | 派遣先大学: | ストラスブール大学 |
| 卒業・修了後の就職(希望)先: | | | |
| <input checked="" type="checkbox"/> | 1. 研究職 | <input type="checkbox"/> | 2. 専門職(医師・法曹・会計士等) |
| <input type="checkbox"/> | 3. 公務員 | <input type="checkbox"/> | 4. 非営利団体 |
| <input type="checkbox"/> | 5. 民間企業(業界:) | <input type="checkbox"/> | 6. 起業 |
| <input type="checkbox"/> | 7. その他() | | |

派遣先大学の概要

東京大学に比べて、私にとっては近い分野を研究する先生・学生が大変多い大学でした。

留学した動機

落ち着いて研究できる環境を整えたかったため。近い分野を研究する先生のもとで、博士論文について本格的に考え始めようと思ったため。

留学の時期など

| | | | | | |
|--------------------|------------------------|-------|-------|---------|----------|
| ①留学前の本学での修学状況: | 2016年 | 博士2 | 年生の | 夏 | 学期まで履修 |
| ②留学中の学籍: | 留学 | | | | |
| ③留学期間等: | 2016年 | 10月~ | 2017年 | 9月 | |
| | 博士2 | 年時に出発 | | | |
| ④留学後の授業履修: | 年 | | 年生の | | 学期から履修開始 |
| ⑤就職活動の時期: | 年 | | 年生の | 月頃に | |
| ⑥本学での単位数: | 留学前の取得単位 | | 8単位 | | |
| | 留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位 | | 0単位 | | |
| | 留学後の取得(予定)単位 | | 8単位 | | |
| ⑦入学・卒業/修了(予定)時期: | 2013年 | 4月入学 | 2019年 | 3月卒業/修了 | |
| ⑧本学入学から卒業/修了までの期間: | 6年 | | 0ヶ月間 | | |
| ⑨留学時期を決めた理由: | | | | | |

博士課程一年時に申請したわけですが、修士論文を書き博士課程に入ったところだったので、留学を考えるにはちょうどいい時期でした。

留学の準備

①留学先大学への入学手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

今回は交換留学でしたので国際交流課の方が代わりに入学手続きをしてくださったようなもので、私自身は国際交流課および留学先大学から指示された書類を準備し、それを提出しただけでした。受け入れてくださる先生にはこの手続きとは別に予めメールでご連絡を差し上げました。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

学生ビザで、交換留学でしたので通常の場合より提出書類・面接等が簡潔だったようです。受入許可証が手に入らなければビザの申請ができませんが、この許可証がなかなか受け取れなかったので手続きに行こうにも予約が取れず、わずかな予約なしで行ける日に行ったところ大変な混雑でした。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

海外の薬はあうかわからないので、日頃使うことがある薬は一通り持って行きました。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

交換留学生在が必ず入ることになっていた日本の保険に入ってから渡航しました。また留学先で大学から指示された学生向けの保険に入りました。

⑤留学にあたって東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

交換留学をする旨をお伝えする書類を提出しましたが、単位認定は希望しませんでしたので他に手続きはいたしませんでした。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

フランスの大学に留学する際に一般に求められるDELF B2を取得しておりました。大学でフランス語を読む機会はありませんでしたが話す・聞く能力はまったく不十分と思いましたので留学の一年前からフランス語学校に通っていました。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど

もちろんお持ちになると思いますが、日本語の本で必要になりそうなもの。他にフランスの場合は、紙製品・布製品は日本から持って行った方がいいかもしれません。

学習・研究について

①履修した授業科目のリスト(授業を履修した場合)

※そのうち、帰国後東京大学で単位認定の申請を行ったもの(又は行う予定のもの)に●をつけてください。

| 授業科目名 | 単位数 | 単位認定の申請 | 授業科目名 | 単位数 | 単位認定の申請 |
|-------|-----|---------|-------|-----|---------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

②留学中の学習・研究の概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている授業等)

とにかく受入教員の授業に出ようと思っていましたが、それぞれの先生がどの学期にも必ず授業を持っているというわけではないようでした。また博士課程の学生向けの授業はなく、学部または修士課程の学生向けのゼミに行くことになりました。科目名はゼミとあっても東大の文学部・人文社会研究科で行われるような購読形式ではなく講義形式でした。

③1学期あたりの履修科目・単位数、週あたりの学習・研究時間(授業時間・授業以外の学習時間)など

博士課程でしたので履修したわけではありませんが、週に三つほどの授業に出て、他に先生が案内してくださる講演会にときどき行っていました。その他の時間は自由に自分の研究等にあてることができました。

④学習・研究面でのアドバイス

外国での生活を始めるというところで、様々な必要な手続きもありますし不慣れでもあるのでいろいろと時間がとられますが、そのなかでどうにか自分のペースをつくるのが大切だと思いました。

⑤語学面での苦勞・アドバイス等

フランスでは講義の最中でも進んで発言したり、食事しながら研究について滔々と語ったりするようでしたが、話す訓練が十分でないことと性格が影響してなかなか周りのひと同じようにというわけにはいきませんでした。ただ、拙いフランス語だとしても言ってみれば伝わるものだなあとはい思いました。

生活について

①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

日本人向けの掲示板でアパートを見つけました。日本人の大家さんが案内を出していました。

②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

夏は思っていたよりも夏らしく暑くなりましたが冬はやはり大変寒かったです。市街地から少し外に出ると森が広がっていて人気もあまりなく、夜は怖いと感じました。食事は特に苦勞しませんでした。お金については、奨学金が日本の口座に振り込まれますが送金は手数料がかかるのでそう気軽にはできないという点でやや大変でした。

③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

お金を求める等で声を掛けられることはありますが治安はそう悪いわけではないと思います。一度健康診断のために病院を受診しましたが、病院で先生から紹介状をもらって血液検査の機関やレントゲンの検査の機関にみずから出向くという形式だという点は日本と違うものの、みなさん親切でした。

④留学に要した費用について(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)

・毎月の生活費とその内訳

約10万円(家賃 35,000円、水道・電気 10,000円、交通費 35,000円(個人的な事情で遠方と行き来していたため)、食費 15,000円 雑費 10,000円)

・留学に要した費用総額とその内訳

約215万円(上記生活費 120万円、航空券 60万円(面接のため二度帰国しました)、ビザ・保険料・家の敷金等 25万円、その他iphone(もともと持っていたスマートフォンが海外で使えなかったため)・スーツケース・日本から持って行った生活用品等 10万円)

⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

交換留学生向けのJASSO奨学金、月80,000円

⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末や長期休暇の過ごし方など)

特に参加しませんでした。

派遣先大学の環境について

①留学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

大学の事務はいわゆるフランス式というのでしょうか、登録のためにどこに行ったらいいかということでたらい回しにされる、必要な書類や保険についての案内が担当の方によって違う、いつまでも学生証を受け取れない、奨学金用のサインをもらおうにも担当の方がいる時間がほんのわずか・頼んでも嫌がられるという状態ではありました。(ただ大学以外の公的機関での手続きでは幸いこういった対応に出くわすことはなく全てスムーズでした。)

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は、フランスで二番目の規模とうかがいましたが、蔵書が大変多く、改築したので清潔で明るくて過ごしやすく、すばらしかったです。

留学と就職活動について

①(就職活動を既に行った場合)留学が就職活動に与えた影響、メリット・デメリットなど

②(今後就職活動を行う場合)留学が就職に対する考え方に与えた影響

研究職を希望しており、留学はそのために必須と考えて行ったものですので、就職についての考えが大きく変わったということはありませんが、フランスの大学の様子を見てこられたことは将来のためにもよかったと思います。

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

④就職が決まっている場合は、差し支えない範囲で就職先をお知らせください

- | | |
|--|--------------------------|
| | 1. 研究職 |
| | 2. 専門職(法曹・医師・会計士等)(職名:) |
| | 3. 公的機関(機関名:) |
| | 4. 非営利団体(団体名又は分野:) |
| | 5. 民間企業(企業名又は業界:) |
| | 6. 起業(分野:) |
| | 7. その他() |

留学を振り返って

①留学の意義、留学を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

留学先大学の先生とのやりとりのなかで新しい研究テーマの着想を得たことは私にとってとても大きなことでした。留学でいろいろと煩瑣な手続きが生じたり生活の基盤が変わったりしたことで確かに日本にいつけるより研究に集中できる時間がかなり削られたとは思いますが、今後必要になるだろう語学力が向上しましたし、積極的に先生や他の学生と関わることがこれまでよりできるようになったと思います。別の環境・別の言語のなかに身をおくことは楽しいことでした。

②留学後の予定

フランスの他の大学で留学を続けます。

③今後留学を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

私自身留学するならもっと研究を進めてから・語学力をつけてからと考えて先延ばしにしてきましたが、あらゆる点での準備が整うことなどあまりありませんし、機会があればとにかく行ってみるといいと思います。

その他

①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。