

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)

2018 年 3月 1日

東京大学での所属学部・研究科等:	法学部	学年(プログラム開始時):	学部4
参加プログラム:	全学交換留学	派遣先大学:	ベルリン自由大学
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: 金融など)		6. 起業
	7. その他()		

派遣先大学の概要

ベルリンの郊外に位置し、人文、社会科学、自然科学の各研究科があります。

留学した動機

以前ベルリンに2週間短期留学したことがきっかけで、学生のうちにある程度まとまった期間海外に滞在したいと思っていました。また、将来的に海外の大学院で学ぶことに憧れがあり、英語やドイツ語の運用能力を向上させることも目的でした。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2017 年	学部4	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:	2017 年	10 月~	2017 年	2 月	
	学部4	年時に出発			
④留学後の授業履修:	2018 年	修士1	年生の	S1	学期から履修開始
⑤就職活動の時期:	2018 年	修士1	年生の	8 月頃に	行う予定
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位			86	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			4	単位
⑦入学・卒業/修了(予定)時期:	2014 年	4 月入学	2018 年	3 月卒業/修了	
⑧本学入学から卒業/修了までの期間:	4 年		ヶ月間		
⑨留学時期を決めた理由:					

留年せずに卒業したかったため、単位をほぼ修得し終えているはずの4年冬学期に留学することにしました。

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)

特筆するようなことはありません。

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)

ビザの種類は学生ビザでした。ベルリン自由大学ではPass-Serviceという部署に必要書類を持っていくとビザの手続きをしてくれるようになっているので、自分で外国人局に行く必要はありません。申請の際に滞在費を自弁できることを証明する書類を添えなければならず、その選択肢はいくつかあるのですが日本にいるうちにドイツ大使館で費用負担証明書を発行してもらっておくとスムーズだと思います。また、ビザを受け取る前に50ユーロほど振り込む必要があります。私は滞在期間が短くドイツで銀行口座を開くのは難しいと思い口座を持っていなかったため、口座を持っている友人に依頼して代わりに振り込んでもらいました。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

風邪を引いた際はいつも葛根湯の粉末を飲んでいるため、2箱ほど買って持っていました。虫歯があったためその治療も済ませていきました。

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)

東大から交換留学するには必須の付帯海学に加入していました。また、学籍登録やビザの申請のためには別にドイツの保険会社の健康保険に加入する必要があります。AOKなどといった保険会社は学籍登録の日にブースを出していますが、保険料が高額だと聞いていたため、私はベルリン自由大学の日本学科の学生が紹介してくれたケアコンセプト(毎月20€)という保険に入っていました。保険料が安く、不安になるくらい手続きが早いです。保障はそれほど手厚くないとのことですが、付帯海学に加入しているのであればケアコンセプトで十分ではないでしょうか。(幸い保険が必要になるような目には遭わなかったので実際のところはわかりませんが)

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)

4月に教務係から連絡があり、留学の目的や履修予定の科目概要などを記入した書類を提出しました。また、6月初旬に簡単な面談がありました。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

ゲーティンステイテュートの試験で聞き取り以外は何とかB1に合格しているというレベルでした。2年生のAセメには後期教養学部のドイツ語を履修したり、3年生のAセメでは社会科学研究所でのドイツ語文献購読の授業を履修したりしていましたが、出発直前の時期には特別に何か授業を受けているわけではありませんでした。

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

出発の際にスーツケースに入りきらなかったものを国際郵便で送ったのですが、内容物の記載が不十分だったこともありドイツの税関で送り返されてしまいました。国際郵便を利用する際は気を付けてください。

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
ドイツ語コース					
International Institutions and Organizations in the World Economy					
Social Market Economy in Germany					
Introduction to European Integration					

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)
ドイツ語コースは週2回4コマでした。先生によると思いますが毎回宿題が出るのでその宿題と授業の復習を帰宅後に行っていました。その他はどの授業も予習として英語の論文やテキストの抜粋を読んでくれることが課されます。シラバスによると予習にかかる時間は3時間程度とのことでしたが実際に何時間かかるかは個人差があると思います。
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
ドイツ語4コマ、その他3コマで週7コマでした。
④学習・研究面でのアドバイス
留学前にネット上のコースカタログを見ている際には気づかなかったのですが、ベルリン自由大学は交換留学生(主にErasmusですが)用のコースを提供しています。B2レベルの英語のもの、B2レベルとB1レベルのドイツ語のものがあります。私は渡航直後あまりにもドイツ語に自信がなかったため英語の授業しか受けませんでした。スコア上同じようなドイツ語レベルであってもドイツ語の授業を受けている人は少なくなかったため、ドイツ語の授業も受けてみればよかったと後悔しています。
⑤語学面での苦労・アドバイス等
渡航直後はドイツ語が聞き取れず苦労しましたが、暮らしていくうちに慣れてきます。
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)
5月末にベルリン自由大学の方から住居の紹介のメールが来ました。WGという水回り共同の学生寮か、普通のアパートかという選択肢でした。早く埋まってしまうので案内が来たらずきに申し込んだ方がいいです。ベルリンは個人で住宅を探すのが本当に難しいらしく、1か月おきに引っ越さなければならない状況の学生もいるようです。
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)
ベルリンの秋から冬にかけては本当に曇りの日が多く、また16時前には日が沈んでしまいます。雪はあまり降りませんが12-1月頃は気温が1日中2-3度前後ということも多かったです。交通機関については、セメスターの初めに250ユーロほど払えばベルリン中のバス、Sバーン、Uバーンが乗り放題のチケットを入手できるのでかなり便利です。食事は学食(Mensa II)で食べるが多かったです。昼食は2ユーロほどで食べられます。スパゲッティが1袋40セントほどで買えるので、自宅にいるときはほとんどパスタを食べていました。私は結局使わなかったのですが、ベルリンにはAsian Marktというアジアの食品を買えるスーパーもあるので日本食にはそれほど不自由しいのではないのでしょうか。お金の管理方法としては、キャッシュパスポートというデビットカードを持っていたので親に毎月その口座に入金してもらい、ATMで引き出すなどして使っていました。
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)
ドイツはそれほど治安が悪くないと言われますが、一応、携帯や財布をテーブルに出しっぱなしにしない、コートのポケットに入れないなどの点は気を付けていました。
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
月によりばらつきがありますが、食費230ユーロ、日用雑貨や消耗品などが30ユーロ、被服費が50ユーロ(うちコインランドリー利用20ユーロ)ほどでした。
・留学に要した費用総額とその内訳

総費用はわかりませんが、上の生活費に加えて航空賃が往復で13万円ほど、家賃が毎月560ユーロ×契約期間6か月、デポジット1000ユーロ、セメスターチケット250ユーロ、その他旅行や娯楽費などが主な出費でした。

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)

国際本部の奨学金(毎月5万円)に加えて、駒場のドイツ・ヨーロッパ研究センター(DESK, http://www.desk.c.u-tokyo.ac.jp/j/education_020.html)から奨学金を受給していました。航空賃として10万円と、生活費8万円を3か月分いただいていた。

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)

ジャーマンレイルパスのFlexiタイプ7日間を購入して、12月の週末はドイツの他の都市に旅行していました。年末年始の休暇の間は、1週間ほどフランス・イタリアを旅行しました。ベルリンにはクラシックカード(<http://www.classiccard.de/>)というものがあって、格安でオペラやクラシックコンサート等を鑑賞できます。日本にいたときはそういった芸術にはあまり縁のない生活を送っていましたが、ベルリンで知り合った友人の影響でオペラを何度か鑑賞したことは良い体験だったと思っています。

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)

ベルリン自由大学の学生で日本への留学経験のある方が中心となっているBuddy-Programというものがあり、専攻や興味などに応じて日本語を勉強しているドイツ人学生を紹介してくれます。大学公式のサポートではないため今後もあるかはわかりませんが、紹介してもらったパートナーにはかなり助けられました。大学公式のもので、タンデムパートナーという言語交換の相手を探す制度があります。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館はいくつかあり、広くて綺麗ですが入館前にロッカーに荷物を入れられないといけないため、混みあっているときは空いているロッカーを見つけられずに苦労します。スポーツ施設を使ったことはありませんでしたが、University Sportsという格安のスポーツのレッスンをセメスターの初めのオリエンテーションで紹介されます。大学内にはPCがいくつかの場所に備え付けてあり、プリントもできる設備があります。

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

非常に個人的なことなのですが、留学前、私は大学院進学後に国家公務員になりたいと思っており、それは周囲にそのような人が多いということに多分に影響を受けたものでした。留学中に他の専門分野の人と関わる機会が多かったことや、ベルリン自由大学には交換留学ではない形で在籍しているドイツ人以外の学生が多く、そういった人たちと話す機会があったことは、従前の進路希望を相対化するものであったかもしれません。

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

日本と海外の大学の授業スタイルの違い、ということがよく言われますが、ドイツの大学の場合は日本とそれほど変わらないのでは、という話を他の日本人学生とすることがあります。ひょっとしたらあくまで私が履修していた授業の場合に限られるのかもしれませんが、確かにゼミであっても人数が多く何となく済んでしまったり、発言する人が決まっていたりする点は日本とあまり変わらない気がします。ただ発言する方の人数が多いということは違っていました。そして授業が母語ではなく、ゼミの場合は学生の発言によって授業の進行が変わるためその内容についていくためには予習で論文を読んできておくことが必要でした。以上のことは、日本にいてもできる人はできていることなのですが、院に進学する前にこういった体験ができたことは、私にとっては意義深かったと思っています。

②留学後の予定

大学院に進学後、就職活動をする予定です。

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

留学の目的と期間はよく考えた方がいいです。出国前、留学期間が3か月以内だと帰国することばかり考えてしまってもよくないよ、という話を聞いたことがあったのですが、4か月半でもそういった面はありました。1年あれば前半の Semester でドイツ語を鍛え後半の Semester でドイツ語の授業を取るといったこともできたらと思うこともあります。ただ、海外の雰囲気を知るという目的においては4か月半でも十分だと思います。

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。

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)

年 月 日

東京大学での所属学部・研究科等:	教養学部	学年(プログラム開始時):	学部4
参加プログラム:	全学交換留学	派遣先大学:	ベルリン自由大学
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 checked="" type="checkbox"/>	3. 公務員	<input type="checkbox"/>	4. 非営利団体
<input checked="" 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

ベルリン自由大学(Freie Universität Berlin)は、ベルリン市南西部にある総合大学です。東ベルリンのソ連占領地区に位置していたベルリン大学(現ベルリン・フンボルト大学)の教授・学生たちにより、思想統制から「自由な」大学として1948年に西ベルリンに開設されました。留学生が全体の2割を占めるため、留学生への支援体制が整っていること、日本学科があるため、日本語-ドイツ語のタンドムパートナーが見つかりやすいことなどから、とても過ごしやすい留学先だと思います。

留学した動機

自分の専攻はドイツ語統語論なので、中心となるのはやはりドイツの大学であり、直接的にこの分野を扱う授業は日本の大学では限られています。また、私の学科ではドイツ語で卒論を書くことが卒業要件となっているのですが、今の私の能力では言語においても内容においてもドイツの言語学科の学生の劣化版にしかなれないと感じ、彼らと同じ授業を受講し、同じレベルの基本知識を身に付け、言語力もみがいてから卒論に臨みたいと思ったため、留学を決めました。

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2017年	学部4	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:	2017年	9月~	2018年	7月	
	学部4	年時に出発			
④留学後の授業履修:	2018年	学部4	年生の	A1	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			84	単位
	留学先で取得し、本学で単位認定申請を行う単位			19	単位
	留学後の取得(予定)単位			10	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:

2年生の冬に初めて留学をしたいと思い、全学交換留学の追加募集に応募したのですが、準備不足のため残念ながら選考に落ちてしまいました。そのとき3年次での留学はあきらめたのですが、卒論を書く前にどうしてもドイツに留学したかったので、4年次に留学をすることになりました。結果論になってしまいますが、留学準備の期間が長くあったことで語学の勉強も言語学の勉強も1年分長くできたので、ドイツ語の講義やゼミにあまり苦勞せずついていくことができたため、この時期に留学してよかったと今では思っています。

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)

手続き書類の情報やフォーマットは東大の国際交流課を介して受け取り、申請しました。履歴書や履修計画は特に指定がなかったため、履歴書にはEuropassという欧州共通フォーマットを使い、履修計画はWordで書いて提出しました。4月半ばに自由大学から受け入れの連絡をいただき、6月初めに正式な受け入れ確認書がメールで届きました。

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)

交換留学の場合は学生ビザが申請できます。ビザは通常外国人局に行つて申請しますが、大学がビザ申請を代行してくれるサービスがあるため、そちらを利用する方が良いと思います。ビザの手続きは、住民登録、保険関連の手続き、学籍登録、場合によっては銀行口座開設の後に行うことになるので、私の場合は渡航後3週間くらいかかってやっと大学に書類を提出できました。その後ビザを受け取るまでには1か月ほどかかりました。日本国籍保持者は3か月まではビザなしで滞在できるので、渡航後すぐに提出すれば問題ないかと思います。

申請書類について、以下の2つは注意が必要です。

①滞在費用を自分で賄えることの証明

一番簡単なのは日本にいる間にドイツ大使館で経費負担証明書を出してもらうことです。それが無理ならばドイツで開設した銀行の残高証明か、奨学金の月額が規定額を越えていれば奨学金の受給証明でもいいです。いずれにしても日本にいる間に早めに申請書類を確認しておく必要があります。

②保険 下の④でも書きますが、ビザの申請には歯科治療をカバーした保険が必要なため、東大で入る保険以外にドイツの保険に入る必要があります。どの保険に入るかは予算と相談になるかと思いますが、ある程度決めてから留学する方が良いでしょう。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

ドイツ特有の注意点などは特になくはないと思いますが、売っている薬の種類は日本とは大分違うので、常備薬や必要になるだろう薬はなるべく持参した方が良いでしょう。保険を安いプランにした場合、歯科治療は渡航から一定期間の間全額自己負担となることもあるので、歯科検診は渡航前に一度行った方が良いでしょう。

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)

東大で加入を義務付けられている付帯海学に加入しました。しかし上述のようにビザの申請のためにはドイツの保険に入らなければなりません。選択肢としては、まずドイツの国民保険(AOKなど)があります。自由大学にはAOKのオフィスがあるので、向こうについてから加入することができます。しかし、1年で10万円ほどかかり、付帯海学と二重に入るのは予算的にかなり厳しいのではないかと思います。

そこで、私は民間の保険でビザ申請の基準を満たしている、Care Conceptという会社のCare College Basicというプランに入ることになりました。このプランは1年で4万円ほどですが、自己負担の部分が大きく、これだけに頼るのは不安なプランです。こちらにはビザのためだけに入る保険という認識で加入し、病気やけがの際は付帯海学を使うつもりでいました。

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)

留学先で取得した単位を、東大の単位に振り替えてもらえるよう申請する予定です。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

留学先の語学要件に従って、ゲーティンステュートの試験のB2を取得していきました。語学学習に関しては、私の学科ではドイツ語を読む機会は沢山ありますが、話す・聞く練習は自分で機会をつくって行わなければならませんでした。そうした会話に必要な能力が、私の場合はあまりにも低かったため、駒場で開講される会話の授業や、Deutsch für dichというゲーティンステュートのサイトで出会ったタンデムパートナーとの言語交換や、駒場キャンパスで行われていた「ドイツ語でしゃべらんち」というドイツ語学習者の集まりを利用して準備しました。

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

筆記用具は、日本のものの方が使い慣れているし質もよいように感じました。特にノートやルーゼリーフ、シャープペンには向こうであまり良いものが見つからなかったため、持っていくと安心です。ほかにも洗濯ネットやロープなどすぐに必要なものは、持っていくと向こうでちょうどいいものを探すのに苦労なくていいので楽だと思います。また、冬はすごく寒いのでカイロを持っていったのは正解でした。

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
言語学入門(冬学期・講義)	2	●	ドイツ語統語論(夏学期・ゼミ)	2	●
言語記述入門(冬学期・ゼミ)	2	●	ドイツ語統語論(夏学期・演習)	2	●

言語学の研究技術(冬学期・演習)	1 ●	語学コース(夏学期)	4 ●
言語構造(冬学期・ゼミ)	2 ●	ドイツ語学期前準備講座	2 ●
語学コース(冬学期)	2 ●		

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)

自由大学の言語学には入門・発展・深化の3つのモジュールがあり、私は冬学期に入門と発展、夏学期に深化モジュールを履修しました。通常は1学期に一つのモジュールを履修するのだと先生に注意を受けましたが、留学期間の関係上仕方がないことを説明して履修させてもらいました。

入門モジュールには授業に加えてチュートリアル(演習)の時間があり、補習のような形でTAの先生に質問したり、参加者と一緒に授業で課される課題を解いたりできました。

印象に残っている授業は、言語学の研究技術を扱う演習です。ところで、ここまで私がゼミ、演習というように訳してきた授業ですが、ドイツ語ではそれぞれSeminar、Übungと呼ばれています。前者は参加者が事前にテキストを読んできて、講師の先生が生徒に問いを投げかける形で進めていく形式の授業で、日本のゼミに近いかと思います。後者はもう少し実践的で、グループや個人でテーマを決めて、調査・分析・発表を行うような授業です。私が取った演習では、母語話者の言語使用において揺れが見られるような場合(Zweifelsfälle)がテーマだったのですが、グループごとに扱う現象を決めて、小規模ながら数量的調査を行って使用状況を調べ、そのデータからわかることを考察しました。グループ内で母語話者でないのは私だけなので、足手まといでないか心配でしたし、ドイツ人の知り合いが少ない中で調査の協力者を確保するのは大変でしたが、今まで専攻の勉強では教科書や論文を読むことしかしてこなかった私にとって、自分たちで調査方法の決定や調査用紙のデザインからデータの解釈までを行うという経験はとて新しく、やりがいがありました。

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

語学コースを含めて、冬学期は5コマ、夏学期は4コマ履修しました。夏学期は少し余裕があったので、加えてかねてより行きたかったベルリン市内にあるフンボルト大学の講義とゼミを聴講していました。ただ、私は聴講のためテストや課題がなかったからよかったです。留学を終える学期の学期末は帰国の手続きとテスト期間が重なるので、あまり授業を取りすぎるとつらいかもしれません。

授業の予習として読むべき教科書の範囲が一つの授業で10-20ページくらいあり、初めのうちはドイツ語を読むのが遅かったので土日すべて予習に費やしていましたが、慣れるとどんどん読む速度が上がり、自分の興味のある範囲の勉強にも手が回るようになりました。

④学習・研究面でのアドバイス

私は言語学の授業しか受けませんでした。他の留学している人たちは自分の専攻に関わらずいろんな授業に挑戦しているようでした。例えば、自由大学には留学生向けの授業もあり、ベルリンの歴史や文化を学ぶことができます。また、日本学科の授業を受講している人もいました。せっかく異なる国の大学に留学しているのだから、今まで日本で出会ったことのない分野の授業を受けてみるのも視野が広がっていいのかもしれない。

⑤語学面での苦労・アドバイス等

語学コースの振り分けは筆記テストの成績で決まりますが、私は読み書きの能力に比べ話す聞く能力が極端に低いので、振り分けられたコースの他の人達は日常会話に支障がないレベルなのに、私一人だけレベルが低くて苦労しました。しかし、少なくとも聞き取りに関しては1ヵ月間の学期前語学準備講座を受けるうちにずいぶん向上し、コースにもついていけるようになりました。学期前でも学期期間中でも、語学コースでは振り分け後にコースのレベルを下げてもらうことが可能なのですが、少し難しい環境に身を置いた方が上達は早いだろうと思うので、もし初めのうちコースについていけない不安があっても、できるだけそのレベルにとどまってみることをお勧めします。

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)

大学からバスで30分ほどのところにある、大学生協が運営している学生寮に住んでいました。ワンフロア6人で、個人の寝室があり、シャワー・トイレ・キッチンが共用という形で、家賃は月250ユーロほどでした。大学に紹介してもらった宿舎の中にあつたのですが、契約の開始も延長も、手続きを早めしないとすぐに埋まってしまうので注意が必要です。

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)

湖や緑地が多く、夏は日本よりは涼しく過ごしやすいですが、冬は長く、寒く、日照時間が短いのでとてもつらいです。クリスマス過ぎた12月が憂鬱になりやすいので注意が必要です。
交通に関しては、学生証に定期券がついているためバス、電車、地下鉄、路面電車などの市内交通はすべて無料です。ただし、学生証を提示できないと無賃乗車として高額な罰金を払うことになるので、学生証は常に持ち歩くよう気を付けていました。
食事はほとんど自炊で、お昼はたまにメンザという大学食堂で食べていました。食堂の評判はあまり良くなかったですが、個人的には安くて美味しかったです。食堂には毎日ひとつ環境にやさしいメニューがあり、ベジタリアン、ビーガン専用の食堂もあり、メニューをみるのも面白かったです。
お金は、私はドイツの銀行口座を開設してそこに両親から一括で送金してもらったお金を生活費に充てていました。他の日本からの留学生の間では、ドイツの口座は家賃支払いのためだけに使い、生活費はデビットカードから引き出す、という人が多かったように思います。

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)

大学も寮も郊外の閑静な地区にあるので、治安はとてもよかったです。街の中心部では、大規模なデモがあったりスリが多い場所があったりするようです。たびレジという海外安全情報配信サービスに登録すると、注意喚起のメールが送られてくるので、それに従っていれば特に危険はないと思います。

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

基本的な生活費としては、月約650€使っていました。内訳は、家賃が250€、食費や生活必需品が約200€、娯楽・交際費が150€、保険料とARD(日本でいうNHKのような国営放送局)の受信料が合わせて月50€です。そのほか、教科書やコピー、スキャンの費用として一年で総額150€くらいかかったと思います。ただし、調理器具や身の回りの物を全て一からそろえたため、初月は追加で500€ほどかかりました。

・留学に要した費用総額とその内訳

生活費が月650€×10ヵ月+500で7000€=約90万円、航空券が往復で20万円、私は結構旅行に行ったのでその費用として20万円、その他語学準備講座の費用などでさらに10万ほどかかったため、東大に支払う授業料約50万を合わせて総額190万円でした。

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)

東京大学からの奨学金として、生活費を月8万円いただいていた。そのほか、DESK(ドイツ・ヨーロッパ研究センター)から、渡航費と、追加で5ヵ月分の生活費をいただきました。

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)

週末や平日の夜には、よくオペラを観に行きました。クラシックカードというオペラやコンサートが安くみられるカードを作ったのですが、10€でとてもいい席でオペラが見られるのでおすすめです。2月ごろから、プロテスタントの教会が主催する留学生のディスカッショングループに参加し、毎週テーマをきめて議論しました。そういったグループは他にもいくつかあるようなのですが、いろんなルーツを持つ人の話が聞け、またドイツ語の練習にもなるので、参加してよかったです。

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)

留学してきた当初は、日本学科の学生さんが主催してくださったバディ制度に大変助けられました。自由大学の日本学科の学生さんが日本からの留学生に対し、一対一のバディとしてお世話をしてくれる制度のことで、学校の施設の使い方や手続きの案内をしてくださいました。そのままバディの人とタンデムパートナーになったりもできるので、知り合いのいない大学に飛び込む不安がずいぶん和らぎました。
大学のサポート体制は整っていて、職員さんはとても親切です。困ったときは国際交流課に相談しに行けば大抵のことにはアドバイスをくださると思います。ただ、部署の間、職員の間、連絡や交流が不十分なように見えます。とくにある事案の責任者が不明であった場合など、責任者に行きつくまでいろんな部署や人の間をたらい回しにされたという話をよく聞きました。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館はメインキャンパスに2つあり、どちらも自習スペースが広く快適です。しかし、荷物をロッカーに預けなければ中に入れないため、テスト前などロッカーに空きがなくて入れない、ということが良くありました。スキャン・コピー・印刷は図書館もしくはPC室で行えます。どれも1ページ5セントほどかかります。この代金の支払いと、食堂での支払いには、メンザカードという大学生協のプリペイドカードを使っていました。2018年からは、それまで紙であった学生証がICカードになり、メンザカードの機能も兼ねるようになりました。

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

就職活動はしていないので、省略します。

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

特に書けることはありません。

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

留学中就職活動をしていないので、特に書けることはありません。

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

1年間外国で生活・勉強することで、日本での自分の環境とは異なるやり方、あり方を一通り見てくることは、大きな財産なのではないかと思えます。私がフンボルト大学で聴講していたゼミは、様々な言語理論の概要を学び比較する、というこれまであまり受けたことのなかった内容でした。その授業のはじめに先生が、自分の従う理論を選ぶ前に、ほかにどんなやり方があるか、それぞれの長所・短所は何かを理解しておくことが大事だ、とおっしゃっていました。私は様々な言語理論を知る前に生成文法の勉強を始めて、その勉強でいっぱいになっていたもので、耳の痛いお言葉でした。それと似たようなことが生活全般においても言えるのではないのでしょうか。自分の通っている日本の大学、日本の交通制度、住居、スーパーのレジなど、学問的なことから日常のものまで身の回りのすべてに対して比較対象ができることによって、視野や思考の幅が広がり、当たり前を受け入れていたものに目を向けて批判し、評価することができるようになるのだと思えます。この点は、個人の専攻や留学の目的に関わらず、すべての人に当てはまる留学の意義だと言えるのではないかと私は思っています。

②留学後の予定

2018年度に卒業し、大学院に進学したいと思っています。

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

留学には、必要な書類や提出物がたくさんありますよね。私はそういった手続きがすごく苦手です。留学の手続きもいつも期限ギリギリか、過ぎてしまったこともあり、担当の皆さんに沢山迷惑をかけてしまいました。それはなぜか考えたのですが、(主に)何か書類を書く上で不明な点があっても誰かに問い合わせなければならないとき、いつもためらって先延ばしにしてしまうせいだと思うのです。どこかに書いてあるのに見落としているだけだろうか、とか自分の勘違いではないだろうか、と思い悩んで問い合わせができず、一旦手を止めて他の事を始めるうちに、期限が来てしまうことがほとんどなのです。留学は人を一人海外に送り出して一定期間生活できるようにするプロジェクトなので、人それぞれの事情があって、一律の手続きに対してそれぞれの疑問点や不明な点が出てくるのは当たり前だと思います。そうした時、ためらわずに人に聞いたり相談するのはすごく大事なことだと思うのです。留学の情報を集めているときでも同じで、例えばGo Globalのサイトには詳しい情報が載っているけれども、知りたいことがそこに載っていないか確認するために1人で長い時間調べるよりも、学部の国際交流担当窓口にご相談に行ったり留学した先輩に聞いたりした方が早いし確実です。もしたとえ相手に「こいつちゃんと説明読んでないな」とか「それぐらい自分で調べてほしい」と思われたとしても、正しい情報を得られる方が絶対に良いと、沢山の失敗を経て思いました。

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

有名なかもしれませんが、ドイツ語学習用の無料サイトで、便利なものを載せます。

・ゲーテンスティテュートの語学学習・交流サイト: <https://www.goethe.de/prj/dfd/de/home.cfm>

・ドイツ語学習者のためのラジオ(Deutsche Welle): <https://www.dw.com/en/top-stories/s-9097>

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)

2018年11月8日

東京大学での所属学部・研究科等:	教育学研究科	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:	ベルリン自由大学
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

・冷戦期、ソ連に反発した学生や教授が推進主体となって西ベルリンに設立された大学として有名
 ・ドイツでも有数の研究大学

留学した動機

・ドイツ語能力の向上
 ・博士論文作成に関わる資史料の収集

留学の時期など

①留学前の本学での修学状況:	2018年	博士1	年生の	A2	学期まで履修
②留学中の学籍:	留学				
③留学期間等:	2018年	3月~	2018年	9月	
	博士1	年時に出発			
④留学後の授業履修:	2018年	博士2	年生の	A1	学期から履修開始
⑤就職活動の時期:	2019年	博士3	年生の	4月頃に	行う予定
⑥本学での単位数:	留学前の取得単位			22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:	2017年	4月入学	2020年	3月卒業/修了	
⑧本学入学から卒業/修了までの期間:	9年		ヶ月間		
⑨留学時期を決めた理由:					

・研究活動を行うのにベルリンが最適地であったため ・ベルリン自由大学に限らず研究交流を行うのに適して土地でもあったため

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)

・ウェブ上の情報 (<https://www.fu-berlin.de/studium/international/index.html>) を参考に、大学から送られてくる手続きに従って申請

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)

・ドイツ到着後にAnmeldungを行なった後に、滞在三か月以内の間に外国人局でビザを申請した。
パスポート・ドイツ保険加入書・経済能力証明書(渡独前に大使館で取得)・Anmeldungの証明書を持参して登録した。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、常備薬、予防接種等)

とくになし・風邪薬などの常備薬を日本からもっていった

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)

東京大学での加入必須の保険以外は日本では加入しなかった。ドイツ到着後に大学付設のAOK事務局で保険に加入。この保険証をビザ申請に用いた。ただ、前者の保険ではドイツのビザ申請に使用できないので、前者に加入する意味があったかについては疑義が残る。

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)

留学申請書を提出した。

⑥語学関係の準備(出発前の語学レベル・語学学習等)

すでに学部留学時にDSH2を取得しているため、特段の準備は行わなかった。しかし、あくまで最低限の語学準備はできているというだけの話であり、研究活動を展開するのに十分なレベルに達していたわけではなかった。とはいえ、日本国内でできることも限られているので、基本的にドイツで試行錯誤していたのが実情。

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

とくになし。しいて言うなら、金銭的な準備。

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
教育理論と実践	2				
教育と社会	2				

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)

博士課程ということもあり、基本的には自主的な研究活動を行った。

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

上記の授業を聴講。

④学習・研究面でのアドバイス

何事にも積極的に、と言いたいところですが、そこまでコミュニカティブでない人には、適度に休む策もあります。

⑤語学面での苦勞・アドバイス等

基本的に学術的な場面ではドイツ語力の不足を痛感する以外の体験がありませんでしたので、なんとも言い難いですが、諦めずに聞き返し、しゃべっていくといいと思います。

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、宿舍の様子、見つけた方法など)

大学のHPで紹介されていたNeon Woodと、寮の個室を契約した。

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)

学籍登録後に入手できるSemesterticketがあれば、公共交通機関は相当に割安につかえた。金銭管理に関しては、Anmeldung後にドイツ銀行(Deutsche Bank)で口座を開設したのち、海外送金とクレジットカードを併用。

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)

治安は基本的にはいい。とくに治安・医療に関して支障は生じなかった。

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

下記を参照。学期中は生活費以上に書籍購入費・コピー費・史料調査費に金銭を投入した。

・留学に要した費用総額とその内訳

正確ではないが、航空費から生活費・研究費・諸費もろもろ全て込で、総額150万程度。寮の費用が高かったのがネックであったが、その分の利便性をとった。

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)

全学交換留学に関しては奨学金を受給していない。

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)

長期休暇中では、チェコ(プラハ)・ポーランド(アウシュヴィッツ)を訪れた。

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)

とくに利用しなかったが、日本学科ではタンドムの募集などが頻繁に行われていた。

②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

図書館は充実している。大学Wifiも快適に使用できた。食堂が合うかどうかは人による印象を受けた。

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

就職活動を行っていないため省略致します。

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

留学を行うことで就職に資する、という考えにはのりたくありませんが、そもそも日本社会から地理的にでも距離をとる、という経験は、何事に関しても、いづらか生きるのではないかと思います。

③留学中の就職活動への対策など(もしあれば)

とくになし。ただ、日本との人脈を絶やさないように、連絡は頻繁に取っておいた方がいいと思います。

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

学期中は文献を読み終えられずドイツ語の不足を感じ、論文執筆・査読では日本語能力の不足を感じ、日常生活では会話能力の不足を感じ、足りないことづくしでしたが、無意義ではなかったと思います。研究自体はそれなりに進展し、史料も相当数集めることが出来ました。狭義の専門分野に関する研究者との交流を取れたことも大きかったと思います。

②留学後の予定

投稿論文の執筆と博士論文の執筆を最優先課題にし、就職活動(公募)を行っていきます。

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

大学院生の留学はキャリア・金銭をはじめとして難しい所が色々ありますが、全学交換留学は半年の期間でも可能な場合があり、政府給付系の留学などと比べてハードルとしては比較的低いので、チャレンジしていくといいと思います。

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

とくになし

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。