

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年未満用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from one semester to a year)

記入日/Date: 2019/8/5

■ID: A18055

■参加プログラム/Program: 全学交換留学

■プログラム情報/Program info.: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-USTEP.html>

■派遣先大学/Host university: EHES(社会科学高等研究院)

■留学期間/Program period: 10/8/2018 ~ 7/31/2019

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 人文社会系研究科基礎文化研究専攻

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 博士2年

■留学を決めるまでの経緯/How and why did you decide to study abroad?:

博士課程に入ったときから、2年生から留学することを決めていました。留学の動機は、最先端の研究動向をフォローし、現地での史料調査を行いたかったからです。

留学の時期について/About the timing of the study abroad period

■留学前の本学での修学状況/Academic status BEFORE the program:

2018年/Academic year / 博士2年/University year / S2学期まで履修/Completed semester

■留学中の学籍/Academic Status during the studying abroad/program:

留学

■留学後の本学での修学状況/Academic status ON RETURN:

2018年/Academic year / 博士2年/University year / A1学期から履修開始/Semester

■留学にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to study abroad:

先輩の先例に従いました。

学習・研究について/About study and research

■留学先で履修した授業科目と単位数の詳細/Subjects taken and credits earned:

- ・Approches politiques du religieux(宗教的なものへの政治学的アプローチ) / 6ECTS
- ・Approches contemporaines de la conversion(回心への現代的アプローチ) / 3ECTS・そのほか他大学の授業を聴講

■留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad:

私は博士課程の学生として留学しました。フランスでは博士課程の学生が授業にできることはあまりなく、指導教官と連絡を取りながら各自研究を進めますが、私は留学生として、指導教官による修士向けの講義と、他大学に所属する同じ専門分野の教授の公開講義に参加していました。授業のスタイルについては、教授が一方向的に講義をするのが基本ですが、常に学生からたくさんの質問が出るので、結果として双方向的な講義になっています。

■留学先での1学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits

earned per semester :
1~3 科目/Subjects / 1~10 単位/credits
■ 1 週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week :
21 時間以上 時間/hours
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research :
取り組んでいない。
■ 学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research :
博士論文執筆のための留学だったからです。
■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :
旅行や街歩き。パリでは暖かい季節になると、友人とセーヌ川沿いに座り込んでピクニックをします。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■ 設備/Facilities :
EHESS には、小さな図書館があり、学生用の Wifi もあります。
■ サポート体制/Support for students :
留学生向けの語学クラスがあるようです。学習面でのサポートは、指導教官との関係性次第です。生活面での積極的なサポートは期待できません。精神面での積極的なサポートは期待できません。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :
学生寮
■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :
国際大学都市の日本館に住んでいました。色々な出自の学生が集まる学生都市で、パリの南端に位置しています。部屋は一部改装済みで、カップル部屋以外はすべて個室です。シャワー・トイレ・キッチンが共用です。一部の部屋にはシャワーがついていますが、料金が割り増しです。日本館はフランスに関心を持つ学生にはよく知られているところなので、とくに情報源といったものはありません。フランスの家探しはとても大変なので、まずは日本館に連絡をとることを個人的にお勧めします。日本人がいる環境を避けたい方もいると思います。その際は日本館に、日本館以外の学生寮に住みたい旨を伝えれば、日本館からの派遣学生として他館に派遣してもらえる可能性があがります。フランスの大学が提供する Crus の学生寮があり、こちらは日本人も少なく家賃も低いですが、申し込んでも受け入れられる可能性が低い上に、治安上懸念のある地区に位置する学生寮もあります。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :
気候は他のパリの地区と同じです。大学周辺は比較的治安がよいです。交通機関はトラムと電車(RER-B線)です。食事は学生食堂があり、1食 3.25 ユーロです。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :
フランスはカード社会で、Carte Blue というカードでほとんどの支払いができます。カードを作るためには現地の銀行口座を開く必要がありますが、難しくありません。
■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management,

local health care system, and any actions taken to maintain your health :

治安については、日々怯えて生きる必要はありませんが、不用意に危険に身をさらすことは避けたほうがいいと思います。医療関係事情については、私は何も問題がなかったもので、特に言及できません。心身の健康管理については、規則正しい生活と友人とのコミュニケーションを絶やさないようにすることをお勧めいたします。

留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad

■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :

・パスポートのコピー・東大の在籍証明書・最終学歴証明書・研究計画書・履歴書 など。私の留学先である EHESS が求める提出物は、一般に留学の際に求められるものと大差はないように思います。研究計画書は計 3~4 枚で十分ですが、EHESS の指導教官も目を通すので、自分の関心がわかるようにしっかり書くと、留学先での指導教官とのコミュニケーションがスムーズになります。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

・学生ビザ・フランス大使館・留学の 1ヶ月前に手続き交換留学生の場合、フランス大使館は優先的に学生ビザを発行してくれました。

■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :

留学前に歯科と眼科に行きました。虫歯はあらかじめ治療を完了させておくこと、視力の悪い方はメガネやコンタクトの度数を合わせておくこと、コンタクトの方は十分なコンタクトを購入しておくことが必要です。

■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

第一成和事務所のいわゆる「付帯海学(学研災付帯海外留学保険)」を利用しました。

■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :

特にありませんが、海外留学中に提出が必要な書類はあるのか、その場合はどのように提出すればよいのか(委任するのか、データでよいのか、日本の誰かに提出を委任するのか)などは相談しておくとういと思います。

■ 語学関係の準備/Language preparation :

大学院レベルでの留学の場合は、アカデミックな外国語を聞き取れるレベルの語学力が必要になります。私はすでに留学経験があったので問題ありませんでした。フランスに留学する場合は、DELTA や DALF の合格を目標に勉強するとよいと思います。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費/Airfare	140,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	100,000 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	90,000 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY

■ その他、補足等/Additional comments :

引越費用 200,000 円(地方出身者は家具家電をトランクルームに預けたり実家に郵送したりする必要があります。私はトランクルームを利用しましたが、倉庫レンタル料に搬入費搬出費を含むと、これほどの額になりました)。

■ 留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :

家賃/Rent	70,000 円/JPY
食費/Food	20,000 円/JPY
交通費/Transportation	3,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	20,000 円/JPY

■ その他、補足等/Additional comments :

生活費とは言えないかも知れませんが、大学院生には月々の図書購入費が 10,000 円ほどかかります。また、地方での史料調査が必要な学生は臨時支出が必要になります。私は 3 ヶ月に一度、1 週間ほどの期間で、地方に史料調査に出かけていましたが、節約してもホテル代・交通費・食費・施設利用費で毎回 60,000 円は必要になりました。

■ 留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :

受給した。

■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :

東京大学全学派遣用奨学金

■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :

100,000 円

■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :

なし

■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :

大学(本部)からの紹介

今後の予定について/About your future plans

■ 留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定のもの)/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo :

なし

■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :

18 単位/credit(s)

■ 留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo :

0 単位/credit(s)

■ これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :

2 単位/credit(s)

■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation :

2022 年 3 月

留学を振り返って/Reflection

<p>■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :</p>
<p>フランスの最先端の研究動向を知ることができました。また、同じ専門分野の研究者との繋がりもできます。これは自分の研究を進めていく上で重要なことだと思います。また、私は二度目の留学でしたが、今回の留学では同じ大学院生の友人がたくさんできました。そうした友人と話しているうちに、自分はどのような人々とこれから協力・競争していくことになるのかがよく分かりました。</p>
<p>■ 今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :</p>
<p>特にありません。</p>
<p>■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :</p>
<p>留学することによる今後のキャリアへのメリットは、第一に、留学したこと自体が評価されうることです。ただし近年では、1年間の留学は「長期留学」とは呼べなくなっているほど、もっと長期の留学をすることが一般化しつつあるようにも感じています。第二に、フランスで活躍する研究者との繋がりができるということがあります。たとえば、私は留学中に同じ専門分野の第一人者たちと会うことができ、指導を仰ぐことができました。</p>
<p>■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :</p>
<p>学会・セミナーに参加した。</p>
<p>■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :</p>
<p>研究職、大学教員</p>
<p>■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :</p>
<p>どのような進路を選ぶにせよ、海外留学を試みることは自らの視野を広げることになると思います。留学することをすでに決めている方は、留学中に達成したい目標(語学試験に合格すること等)を明確にしてから出発されるのがよいと思います。</p>
<p>■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :</p>
<p>「パリノメモ」は役に立ちます。</p>