

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: 2020/6/2

■ID: A19021

■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: グルノーブル・アルプ大学

■留学期間/Program period: 9/2/2019 ~ 6/30/2020 (MM/DD/YYYY)

■東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 文学部人文学科

■学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 学部4年

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

前期教養課程のときから、フランス学科に進学した後はフランスに留学して語学を向上させ、文学の理解を深めることを目標にしていた。そのため、全学交換留学に関してはかなり前から行くことを志望しており、迷いはあまりなかった。

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:

2019年/Academic year / 学部4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:

2020年/Academic year / 学部4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:

留学先のフランスは、秋学期から新年度が始まるため、Aセメスターから留学する方が一般的だったから。

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:

Litterature contextes / 4

Litterature textes / 3

FLE / 2Civilisation / 2

France vie d'ailleurs / 2

Literature CM / 4

Literature TD/ 4

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

授業に関しては、課題が出るため、それをこなすことに重点を置いた。また、文学の授業に関しては、テキストを読み込んでいく予習に重点を置いた。フランス文学史(contextes)の授業はとても勉強になった。フラ

ンス人がフランス文学をどのように捉えているかフランス語で学ぶことはできたのは自分の研究のうえでもとてもプラスになった。

■ 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 :

4~6 科目/Subjects / 11~20 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 :

現地での日本語学科の学生との交流。

■ 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 :

留学期間中は勉強に集中することにしていたため、それ以外の活動に多くの時間を割くということにはなかった。ただし、現地の日本語学科の授業に TT として顔を出したり、授業外の時間で交流を行った。この経験を通して、自分のフランス語力も向上したと思う。また、フランス人学生が日本語を学ぶときに覚える困難さや、日本文化のなかで興味を持つ部分などを知ることができたのも興味深かった。

■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :

週末は授業の予習などを主にしていた。ときおり、友人と食事に出かけたり、料理を作ったりした。長期休みにはヨーロッパ諸国やフランス国内を旅行した。歴史的建築や現地の美術館、博物館を回るなかで現地の生の文化に触れることができたことは、今後の研究に活かせると思った。とくに、フランス人作家に関連する史跡(スタンダールの生家やバルザックの家など)を見学したことはより作品の背景や作家について理解することにつながった。

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

■ 設備/Facilities :

図書館をいつも自習のために利用していた。食事ができるスペースもあり、非常にいい環境だった。スポーツ施設は寮にあったが、閉鎖されていた。学内は wifi が利用でき、快適だった。PC は学校のものも利用でき、図書館にある。食堂はキャンパスが広いので、学内各所にいくつもあった。学生は安価に食事ができる。

■ サポート体制/Support for students :

とくに必要とすることはなかったが、留学の窓口をしている教授のオフィスに行けばきさくに対応してくれる。履修や言語の点で迷ったら、気軽に相談できる環境があった。また、バディがついているので、困ったことがあれば Facebook などでも質問もできた。

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 :

現地大学からの斡旋で見つけた。個室だったが、非常に狭かった。風呂は個室内、キッチン共有。共用設備は閉鎖されていて利用できなかった。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

グルノーブルは比較的気候がよく、夏はずずしく、冬はそこまでは寒くなかった。雪もあまり多くはない。大学周辺には大きなスーパー、マクドナルド、レストランがあり問題なく生活できる。中心街ともトラムで結ばれていて、アクセスも便利。食事は大学近辺や大学内の食堂で問題なく済ませることができる。

■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

現地で口座を開設し、そこに海外送金した。現金が必要な際には現地 ATM でおろし、それ以外には基本的にクレジットカードで生活した。

■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 :

治安は悪くないが、特にパリはやはり盗難に気をつけていた。バッグを前に背負う、なるべく夜は出歩かないなどの注意は不可欠。グルノーブルはもう少し治安が良いが、やはり注意は必要。医療に関しては、健康管理を気をつけていたが、風邪をひいてしまった。保健センターにいったが、はちみつをなめれば治ると言われ、薬は出してくれなかった。熱が下がらなかったため、自分で薬局で解熱剤を購入した。臨機応変な対応が必要だった。

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 :

英語・フランス語での履歴書、学習契約、語学の証明書、推薦書などが必要。語学の証明書に関しては、あらかじめ DELF を受験しておくことが必須である。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

ビザの取得には面接のために、大使館 HP からの予約が必要である。このため、1ヶ月以上前から予約して準備しておく必要がある。とりわけ、夏休みは非常に混雑するので注意が必要だった。

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

常備薬を持っていった。しかし、フランスでの風邪には日本の薬はあまり効かなかった。必要に応じて現地大学の保健センター、薬局を利用することが必要だと思う。

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

全学交換で入る保険のほかに、クレジットカードの付帯保険が適用されていた。クレジットカードの保険の条件を予め確認しておくことが重要。

■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 :

所属学部と連絡を密にとりながら、履修計画、卒業論文などに関して相談をすることが大切だと思う。また、語学証明書や推薦状で学部の先生方にお世話になることもあった。当たり前のことかもしれないが、推薦状をいただく際は早めにアポイントをとり、お礼や報告などをきちんと行うことが重要だと思う。

■語学関係の準備/Language preparation :

出国前に DELF B2 を取得していた。RFI ラジオなどを用いてリスニングのレベルを上げておくことも重要だろう。

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	200,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment	30,000 円/JPY

to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	
教科書代・書籍代/Textbook / Book	20,000 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)	80,000 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)	10,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :	
家賃/Rent	32,000 円/JPY
食費/Food	35,000 円/JPY
交通費/Transportation	10,000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	10,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■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 :	
JASSO	
■受給金額(月額)/Monthly stipend :	
80,000 円	
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■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 :	
未定	
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :	
133 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 :	
30 単位/credit(s)	
■卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation :	

2021年3月

留学を振り返って/Reflection

■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :

コロナが原因で帰国しなければならなかったことは非常に残念だったが、留学には非常に満足しており、できるならばもっと長く滞在していたかった。留学の意義として、多くの考えの幅を広げることができるという点、様々な状況に臨機応変に対応する力がつく点をあげたい。異なる文化的背景をもつ多様な人たちと触れ合うなかで、自分の既成観念を超えるような考えを受け入れ、検討する力が向上したと思う。また、コロナも含め、異なる環境のなかで臨機応変に対応し、生き抜いていく力も身についたと思う。

■ 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 :

留学して、さらにフランス文学をより深く研究したいという思いが強まった。大学院に進学し、これからもさらにフランス文学を学び、研究していきたい。

■ 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 :

メリットとしては、語学力の向上、現地の文化を知ることができた点が挙げられる。デメリットは特に思いつかないが、強いて言えば、1年学部の期間が延びてしまったことだと思う。

■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :

学外の就職活動イベントに参加した。

■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :

研究職

フランス文学を研究したい。

■ 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 :

留学することはたとえキャリアに直結しなかったとしても、多くのものを人生にもたらしてくれると思います。普段とは異なる状況に対応する力、多様性を受け入れる柔軟性、留学を通して交流した人たちとの繋がりなどは、どんな道に進んでもかけがえのない財産になると思います。チャンスがあるのなら、迷わずに留学してみてください。

■ 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 :

アンスティチュ・フランセのホームページ