

在学留学報告書 (1年留学)

留学の前半終了時：シート番号1, 2, 4, 7のみ記入して提出してください。

留学の後半終了時：シート番号0, 3, 5, 6, 8を記入して提出してください。

●基本情報

留学開始年度	2022	留学種別	交換
留学先国	チェコ共和国	留学先大学名	パラツキー大学オロモウツ
本学での所属学部 (研究科)・学科・専攻			
法学部	法律学科		
出発時の年次	学部4年次		
留学期間 (実際の渡航期間)	2022	年 10	月～ 2023 年 6 月

●認定留学の方への質問

どのように留学先を選びましたか？
留学先決定後、渡航までの手続きの為に留学斡旋業者を利用しましたか？
<input type="checkbox"/> 留学斡旋会社を利用した (会社名： _____ 仲介手数料 _____ 円) <input type="checkbox"/> 留学斡旋会社を利用しなかった (以下の質問には回答不要)
どのように業者を選定しましたか？

●渡航までの準備

1. 入学申請

授業料は支払いましたか？	
<input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ (以下の質問には回答不要)	
授業料総額：	円
授業料総額のうち渡航前に支払った金額合計：	円
支払い方法：	

2. ビザ申請

ビザ申請先	
<input checked="" type="checkbox"/> 在日大使館/領事館等 <input type="checkbox"/> その他 (_____) <input type="checkbox"/> 現地に到着してから申請 (申請の場所： _____)	
必要書類	
1. ビザ申請用紙 1通 2. カラー写真3枚 (3.5cm×4.5cm縦長) 3. パスポート+パスポートのデータ面 4. 滞在の目的を証明する書類 (=入学証明書) 5. 預金残高証明書 (自分名義の口座、残高は半年滞在で42万以上必要) 6. 預金残高証明書のチェコ語訳 (自分で業者に頼む) 7. クレジットカードのコピー (大使館で原本を提示) 8. 入寮証明書の原本 9. 海外旅行保険の保険証券 10. 無犯罪証明書 (本籍のある都道府県警本部で発行→出来たら封を切らずに外務省へ送り、アポストリーユ認証を受けたら完成)	
取得にかかった期間 (申請してから要した期間)	取得費用
6月28日メール申込み→8月8日申請 (東京の大使館へ) →9月26日承認→10月1日パスポート返却	4990円 + 1660円

具体的な申し込み手順 (例：必要書類の準備→オンライン申請→面接予約→申請に行く→ビザ発行後受け取りに行く。)

必要書類の準備→オンライン申請→大使館側から指定された日付に申請へ直接出向く→2ヶ月後パスポート返却
確認すること

- ・書類原本の準備はできているか？
- ・犯罪経歴証明書にアポスティーユ認証あるか？
- ・申請書類一式(原本)のコピー(全て)もあるか？

(一式のコピーも提出する)

- ・クレジットカードの表面とパスポートのデータ面のコピーは2枚必要
- ・原本とコピー分は別のファイルに入れて持ってくる

必要なもの

◆パスポート

◆申請書類一式の原本

次の順番で書類を揃えておいてください。余分な付箋やクリップは外しておいてください。

・ビザ申請用紙 (申請用紙第1頁右上に写真貼付欄がある場合、写真を1枚予め貼付のこと。あと2枚は申請用紙にクリップ留め。写真には裏面にローマ字でお名前を書いておいてください)

- ・パスポートのデータ面コピー
- ・入学証明書
- ・住居証明書
- ・クレジットカードの表面コピー
- ・日本の犯罪経歴証明書 (アポスティーユ認証付き) ~封筒のまま
- ・残高証明書原本
- ・残高証明書のチェコ語訳

◆申請書類のコピー一式

(カードやパスポートなど、サイズが小さいものをコピーする時も小さな紙にコピーするのではなく、A4の用紙にコピーしてください)

次の順番で書類を揃えておいてください。余分な付箋やクリップは外しておいてください。

- ・ビザ申請用紙のコピー (全ページ)
- ・パスポートのデータ面コピー
- 【重要】** →→ (余白に現住所をローマ字で郵便番号も含め書いておいてください)
- ・入学証明書のコピー
- ・住居証明書のコピー
- ・クレジットカードの表面コピー
- ・残高証明書のコピー
- ・残高証明書のチェコ語訳のコピー
- ・他の書類 (保険をすでにお持ちの場合は保険の書類など)

ビザ申請の際の面接

- 面接有 (質問の内容 / 言語等：)
- 面接無

ビザ申請の際の注意点やアドバイス	
<p>ビザについて(全般)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・とにかく通常ビザが通るのを待つしかない ・長期滞在も申請が早く通ってすぐに行けるというわけではないらしい ・期間は最短でも1ヶ月、自分の場合は9月上旬 ・Q.間に合わせるために何かやるべきことは？→A.出発を遅らせるくらい？ って言われた ・いつもよりも申請が殺到してるのは確実(20分くらいで書類確認が終わったが、その間にも2人後ろに待ってた) 	
現地でビザの延長申請を行いましたか？	
<input type="checkbox"/> 行った <input checked="" type="checkbox"/> 行かなかった (以下1~5には回答不要)	
1.申請先	
2.申請時期	
3.必要書類	
4.具体的な手続き	
5.注意点等	
3. 住居の確保	
どのように住居を見つけましたか？	
<p>留学決定後に大学から届く連絡の中で、大学寮に入ることを選択できる。</p>	
住居の申し込み手順	
<p>最初に寮に入ることを選択してしまうと、基本情報の入力の際に自分の入りたい寮の場所を選択することができる以外ほぼ手順はない。ただ、その基本情報(名前から住所、連絡先など)を入力する際に大まかにはEnvelopaかNeredinか、詳しく建物を選ぶことまでできるため、希望をできる限り通したいならつぶさにそのようなフォームを確認して選択するべき。(私はNeredin 1の1人部屋の希望を出しましたが、Neredin 4の2人部屋に充てられたのでこちらからは基本的にEnvelopaかNeredinか、しか選択できないと思っておいた方が良かったと思います)</p>	
渡航前に支払った費用とその内訳	
費用： 31,572 Kč	円
内訳： デPOSIT： 3,480 Kč (=1ヶ月の家賃)	
住居のタイプ	
<input type="checkbox"/> ホームステイ <input checked="" type="checkbox"/> 寮 (寮の名前：) <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> その他 ()	
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> 二人部屋 <input type="checkbox"/> その他 ()
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input checked="" type="checkbox"/> 他国からの留学生 <input type="checkbox"/> その他 ()
設備 (ネット環境、共有スペース、部屋に設置されている家具等)	
<p>1つのフラットに2人部屋が3つと1人部屋が2つで、定員が8名。共有スペースはシャワー・洗面台・トイレが1つになった部屋(×2)とキッチン(×1)、家庭用の冷蔵庫(×1)。自炊する時は、カトラリーや料理用具は自分のものが必要なので、歩いて20分のところにある大型スーパーに買いに行くともあって便利。Neredin 4の寮内はリフトはないため階段だけ(ある寮もあるらしい)。部屋の中にはベッド2台と大きい勉強用机が1つ、ベッドの上や机の上には長い2段の棚があるため、90リットルのスーツケース1つを持って行くなら余裕で全部の持ち物がその棚に収納できる。ベランダもあり、冬にはそこで飲み物を冷やすとすぐに冷えるので冷蔵庫がいっぱいの時にはおすすめ。1人部屋を渡航前から希望していたが、他の留学生に聞いてみると、1人部屋はMaster Degreeの学生に優先的にあてられるとのこと。なので、基本的に2人部屋に入ることになる。場合によっては、まだルームメイトが入ってきていない状態の時に寮の担当者に連絡すると、追加料金はかかるものの新たに入ってくるルームメイトをブロックして実質1人部屋を作ることもできるそう。留学生向けの寮はNeredinと、中心部に近いEnveropaにある。Neredinの寮の棟は4つあり、1は現地学生、2・3は医学部留学生(4~6年の長期滞在)、4は我々のような半年から1年の短期留学生向けになっているらしい。Enveropaの留学生向け寮は、基本的に3人部屋なのに対して、Neredinは2人部屋であり、かつNeredinの方が夜に騒ぐ人も少なく静かであるとされている。また、現地の正規学生の招待で留学生のいない寮に入れるという話も聞いたことがあるが、基本的にはNeredinかEnveropaにある短期留学生向けの寮に入ることになる。</p>	
食事	<input checked="" type="checkbox"/> 自炊 <input type="checkbox"/> 食事の提供があった (<input type="checkbox"/> 朝 <input type="checkbox"/> 昼 <input type="checkbox"/> 夜) <input type="checkbox"/> 外食

大学までの通学手段/通学時間	
<input type="checkbox"/> バス	<input checked="" type="checkbox"/> 電車
<input type="checkbox"/> トラム	<input type="checkbox"/> 徒歩
<input type="checkbox"/> 自転車	<input type="checkbox"/> その他 ()
通学時間合計: 20 分	
住居を選ぶにあたってのアドバイスや申請の際のトラブル等	
前にも書いたように、どうしても静かで清潔な方が良いのなら必ず寮の書類をしっかりとチェックして、確実にNeredinにマークしておくべき(見落としていると自分の思ってもいない寮にあてがわれる可能性があるため、どうしてもというなら必ず確認を怠らないように)。とはいえ、Enveropaも人数が多い分色々な人と出会えて楽しいと思うので、そちらを優先したい場合は是非。	

●滞在先の変更について

留学中に引っ越しや滞在先の変更は行いましたか?	
<input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ (以下1~10には回答不要)	
1.どのように住居を見つけましたか?	
2.住居の申し込み手順	
3.費用の合計とその内訳	
費用: 円	内訳:
4.住居のタイプ	
<input type="checkbox"/> ホームステイ	<input type="checkbox"/> 寮 (寮の名前:)
<input type="checkbox"/> アパート	<input type="checkbox"/> その他 ()
5.部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 <input type="checkbox"/> その他 ()
6.ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input type="checkbox"/> 他国からの留学生 <input type="checkbox"/> その他 ()
7.設備 (ネット環境、共有スペース、部屋に設置されている家具等)	
8.食事	<input type="checkbox"/> 自炊 <input type="checkbox"/> 食事の提供があった (<input type="checkbox"/> 朝 <input type="checkbox"/> 昼 <input type="checkbox"/> 夜) <input type="checkbox"/> 外食
9.大学までの通学手段/通学時間	
<input type="checkbox"/> バス	<input type="checkbox"/> 電車
<input type="checkbox"/> トラム	<input type="checkbox"/> 徒歩
<input type="checkbox"/> 自転車	<input type="checkbox"/> その他 ()
通学時間合計: 分	
10.住居を選ぶにあたってのアドバイスや申請の際のトラブル等	

4. 保険への加入

日本で加入した海外傷害保険について	
<input checked="" type="checkbox"/> 大学からの紹介で加入した <input type="checkbox"/> 自分で保険会社を探して加入した <input type="checkbox"/> その他 ()	
保険の費用:	117280 円/ 10 ヶ月分
留学先での保険について	
<input checked="" type="checkbox"/> 留学先で加入必須の保険があった <input type="checkbox"/> 留学先で加入必須の保険はなかった (以下の質問には回答不要)	
<input type="checkbox"/> 留学先で加入必須の保険があったが、日本で加入した海外旅行保険により免除申請をし認められた	
費用:	14085 CZK (85239円) 円
具体的な加入手順や支払い方法等:	ビザ申請の条件として現地の外国人向け保険に加入する必要がある。現地の保険については本学及び大使館から案内があったため、それを参考に手続きを進めていく。 https://www.pvzp.cz/en/ (*英語)

5. 航空券手配

利用航空会社	Emirates Airlines
費用	(<input type="checkbox"/> 片道 / <input checked="" type="checkbox"/> 往復) 円
渡航経路	大阪/関西 23:45→(EK317)→4:50 ドバイ 8:35→(EK139)→13:00 ブラハ 約20時間
航空券手配方法	※利用した旅行サイトや旅行会社、比較サイト等があれば記載してください。
Skyscanner(https://www.skyscanner.jp/)で比較→ルート確定の上で航空会社の公式HP(https://www.emirates.com/jp/japanese/)より予約 エミレーツ航空には学生割があり、ネット予約時にクーポンコードを入力すると航空券1割引と預け入れ手荷物 (Checked baggage) の上限が40kgまで上がる (エコノミーは本来25~30kgが上限) 特典がつく。関西空港出発時、チェックインカウンターで学生証等の提示が求められる (京産大のものを提示した)。調べると航空券の価格はいくらでも出てくるが、だいたいの相場は把握した上で探すべき。基本的に航空会社のオフィシャルサイトから買うのが最もお得で安全で確実。片道10万ベースのものが格安サイトで5万で出ていたとしても、基本的には予約を進めていく間に追加料金が加算されてしまう、と想定した方がよい。	

6. その他の事前準備

その他、済ませておくべき準備があればお書きください。(現金の両替, 携帯電話解約, 荷物発送等)
現地での支払いには基本的にクレジットカード2枚体制で行っている。(そのうち1枚は出発当日に架空請求が発覚して停止したため、実質1枚と現地通貨約3万円ですべて生活している) 現金はWiseという海外送金サービスを利用している。1ヶ月に3万円まで引き出しの手数料がかからないので、着いてすぐに3万円分引き出して、現金がどうしても必要な時に使っている。携帯電話はそのまま利用しているが、ESN(Erasmus Student Network、留学生をサポートしてくれる大学の学生主体の団体) のオフィスに行けば安くsimカードが手に入るので、それを利用していた。(容量が足りない+チェコ国外では利用できないので、11月頃に学生割引のデータ量無制限のものに変更) 渡航直前についてだが、関西空港でも両替カウンターはあるが、チェココロナを扱っている時と扱っていない時がある(出発時は扱っていなかったもので到着後に空港で引き出した)。

●現地到着後～授業開始までの日程 (入学手続き・オリエンテーション・プレイズメントテスト等)

項目	内容
到着日時	10月 日 15時
到着空港名	ヴァーツラフ・ハヴェル・プラハ国際空港 (PRG)
キャンパスや滞在先への移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え <input type="checkbox"/> ホストファミリーの出迎え <input type="checkbox"/> 知人等の出迎え <input type="checkbox"/> タクシー <input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関 <input type="checkbox"/> その他 ()
公共交通機関やタクシーで移動する際の行き方	<p>空港からプラハ本駅まではAirport Expressというバスが運行しているため、「AE」と書かれたバス停に向かう。バスのドライバーに運賃を払うとその場で発券してくれるため、券売機で事前にチケットを買う必要はない。駅までは約40分で50Kč(約300円)。繁忙期には100Kčまで値上がりする。手元に1000Kčのお札しかなかったのが仕方なくそれを渡したが、大きすぎるから断られることはなかった。詳細→https://www.dpp.cz/en/travelling/transport-to-airport 駅の国鉄(ČD=České dráhy) 有人受付では、少しだけ英語で通じるのでなんとか英語でオロモウツまでのチケットを購入することができる。本来は国鉄よりも私鉄のRegiojetやLeoexpressの方が割安なので、wifiさえ通じればそちらで予約した方が座席指定まですぐにできて、しかもとても安いので便利かと思う(*アカウント設定には現地の電話番号が必要)。列車は日本と違って到着の数分前に入ってくるプラットホームが決まる。ほとんどの旅行客が電光掲示板の前に集まっているので、少なくともその人たちの動きが見えるところにいれば乗り遅れることはない。プラハからオロモウツまではおおよそ3時間ほど。10分から15分の遅れは当たり前なので、パディなどと待ち合わせをする際は遅れを考えた上で予定を立てた方がよい。</p>
移動にかかった費用	399Kč (=AEが50Kč+プラハ→オロモウツ間の国鉄が349Kč)
※以下、授業開始までの日程	
月 日	ビザ発給の遅れにより、授業開始後に到着
月 日	※本来は授業開始前にOrientation Week (9/12~9/16) があったが参加できず。
月 日	※授業開始日は9/19で、実質3週間遅れでのスタート
月 日	※Orientation Weekには絶対に参加しておくべき。来年以降からはビザ申請についての手続きが我々の時よりも1~2ヶ月早くなりますが、その京産から提示された予定よりも早く手続きを終わらせてやるぞという気持ちで臨んでください。

●現地到着後の手続き

1. 滞在許可書等の申請

現地で滞在許可書や住民登録等の申請は必要ありますか？	
<input type="checkbox"/> 滞在許可書の申請が必要 <input type="checkbox"/> 住民登録の申請が必要 <input type="checkbox"/> 特に必要な手続きは無い (以下の項目には回答不要) <input type="checkbox"/> その他 ()	
必要書類：	
申請時期：	
申請方法：	
費用：	
取得に要した日数：	
注意点等：	
銀行口座の開設	
<input type="checkbox"/> 現地で銀行口座を開設した <input checked="" type="checkbox"/> 銀行口座は開設していない (以下の項目には回答不要)	
銀行名：	
必要書類：	
開設時期：	
開設方法：	
費用：	
開設に要した日数：	
注意点等：	
携帯電話の購入	
<input type="checkbox"/> 現地で携帯電話を購入 <input checked="" type="checkbox"/> 現地でSIMカードを購入 <input type="checkbox"/> 日本でSIMカードを購入 <input type="checkbox"/> 特に何も購入していない (以下の項目には回答不要)	
必要書類：	
購入時期：	
購入方法：	<p>はじめの1ヶ月間は、Erasmus Student Network(ESN)の割引のある1ヶ月3GBで199コルナのSIMカード (Vodafone CZ)を購入したが、個人的に3GBは少なく、かつよく使う大学図書館のWifiも弱いために、さらに容量の大きいものを購入することにした。11月下旬頃にVodafoneの販売店に行き、学生割引 (ESNのものとは異なる) 適用で通常よりも安くなるプラン(#jetovtobě)を契約した。5GB、15GB、無制限の3つのプランがある中で、無制限を選択したものの499コルナと安価だった。International Student Identity Card (ISIC)の割引のため、ISICカードの提示が必要。</p> <p>https://www.vodafone.cz/pece/tarify-sluzby/studentska-nabidka/tarif-jetovtobe/ (*チェコ語) ESNの割引で利用していたSIMカードはチェコ国内のみ適用だったため、チェコ国外へ旅行した際には利用できなかったが、この#jetovtoběプランはイギリスを含むEU圏内では問題なく利用できるため、期間内にチェコ国外に移動することが多くなりそうならこのプランをおすすめする。</p>
費用：	499コルナ
注意点等：	上記の通り
その他、現地で行った手続きがあれば記載してください。	

●留学総費用概算

	金額		備考
授業料	0	円	
宿舍費	211,500	円	1ヶ月23500円
食費	450,000	円	1ヶ月50000円
教材費等	0	円	基本的に配布プリントのみ
保険費 (日本)	117,280	円	
保険費 (現地)	92,127	円	
医療費	0	円	
渡航費	240,000	円	
ビザ申請関連費	6,650	円	
予防接種費	0	円	
雑費		円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
合計	1,117,557	円	

●現地での決済方法について

現地での主な決済方法を教えてください。	
<input type="checkbox"/> 現金	<input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード/デビットカード
<input type="checkbox"/> その他 (Wise)
現地での現金調達はどのように行いましたか？ (例：国際キャッシュカードを作成し、現地のATMで引き出した。)	
半年前と同じく、基本的には日本で使っていたクレジットカードやデビットカードを使用した。現金はWise (https://wise.com/jp/) の海外送金で現地のATMから引き出した。	

●健康状態について

現地で病院にかかったことはありますか？	
<input type="checkbox"/> はい	<input checked="" type="checkbox"/> いいえ (以下の質問には回答不要)
治療の内容、治療費、海外旅行傷害保険の利用について、病院利用についてのアドバイス 等	
基本的には、風邪などの軽い症状は病院では受け付けてくれませんが、私自身もこの滞在中に5、6回ほど風邪をひきましたが、最初に罹った際に大学が紹介した軍事病院の医師へ連絡すると「安静にしておいて、症状が悪化すれば再度連絡を」と返信が来たため、それからは自分で治すことを意識しました。勧められる病院はVojenská nemocnice Olomouc = 軍事病院 (https://www.vnol.cz/index.php/cs/) か Fakultní nemocnice Olomouc = 大学病院 (https://www.fnol.cz/) だと思われます。どちらも少し外れにあるので正直行きにくいですが、Fakultní nemocniceの方が大規模かつ医学部もあるので気は楽です。	

●現地の治安について

盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことがありますか？	
<input type="checkbox"/> はい	<input checked="" type="checkbox"/> いいえ (以下の質問には回答不要)
詳細：	
対応について：	

●現地では調達できない、日本から持っていくべきものがあれば教えてください。

食事や製品などについては、個人的には日本から持って行くよりも現地で調達して慣れていく方がよっぽど楽しいと思っていたので、ほとんど持って行くものではありませんでした。ですが、現地でできた友達に渡すための日本のちょっとしたお菓子やグッズは絶対にたくさん持って行くべきです。渡航すると、留学生は「日本代表」としての側面もありますので、自分と日本をアピールするのに一役買います。ちなみに、私が持って行った中で一番人気だったのは抹茶クッキーでした。欧米とアジアを中心に抹茶を知っている人が多いです。京都産業大学生らしく、「抹茶は出身の京都（私は兵庫出身ですがわかりやすいので嘘をつきました）で名産である」というエピソードを加えると、より話が盛り上がりましたので、ご参考までに。また、みんなに日本の味を知って欲しいと思うなら、最低限の味噌や醤油なども持って行っても良いかもしれません。ただ、あくまで「自分が使う」のではなく、「みんなに提供する」という意識が重要だと思います。自分のために持って行くと、いつの間にか海外にいるのに毎日日本で食べるものと同じものを食べている、ということになりかねません。

2	コース名/科目名	Intensive Course of Czech for Foreigners (KBH/CJPC1)
	開講学部	Faculty of Arts
	担当教員名	Mgr. Zuzana Maleňáková
	時間数 (1週間あたり)	2 Hrs
	授業内容	基本的に、よほどのことが無い限り日本にいる段階からチェコ語に触れる機会はないため、まともに生活がしたいならこの授業は絶対取るべきである(実際、現地でチェコ語ができずに苦しむ日本人留学生も少なくない)。英語「も」通じるのはプラハくらいで、オロモウツではほとんど通じないと考えておくべき。その中で生き抜いていくためにはこの授業でチェコ語の基礎を学んでいく(もちろん生活で使う会話も)のは必須だと思う。最初は地名やメニューすらきちんと読めないで、舐めずに発音から真剣に取り組むことをおすすめする。授業内容はCEFRのA1レベルに相当するチェコ語を文法・会話を中心に学習するというもの。自己紹介から始まり、基本的なレストランやお店での会話だけでなく、ハロウィーンやクリスマスといった季節感のある話題も扱うため、チェコ文化についてもしっかりと知ることができる。
	試験・課題等	課題は毎回出るが、基本的にはその日に学んだ部分の問題集をやってくるというもの。試験はライティングテストで、今まで学習してきたことが一通り出題されるため、大まかに学んだことを復習しておけば単位を落とすことはない。自分は3週遅れ(つまり6回分の授業がない)ということもあり、先生に疑問点を積極的に聞いたり、逆に先生が配慮してくれて別の課題を出してもらおうなどした結果、無事に単位を取ることができた。遅れなし+自ら復習を行ってれば、普通の人ならしっかりと点数をとることができるし、チェコ語の基礎固めをしっかりとできる良い授業だと思う。
	感想・自己評価等	留学生100%で構成されている上、週に2度も授業があるため、先生も含めて自然とみんなの仲が良くなるため非常に楽しい授業。特にZuzana先生は1人ひとりの進捗をしっかりと把握していて、自分のように進度の遅い人がいた場合はさりげなくサポートしてくれるので安心して授業についていけた。ただ最初の6回分の授業のロスが大きく、一時的には履修を諦めることも考えたが、確実に予習復習を行っていくことによってその穴を埋めることができた。次の学期も、次のレベルのクラスを履修する予定。

3	コース名/科目名	Central Europe and the European Union
	開講学部	Faculty of Arts
	担当教員名	doc. Mgr. Daniel Marek, Ph.D.
	時間数 (1週間あたり)	1 Hr
	授業内容	チェコをはじめとする中欧を中心に、欧州連合のシステムと国家間の関係性についてを学ぶ授業。2週に1回、指定された論文の内容をまとめてプレゼンテーションを行う(その際は大学近くのカフェを貸し切っていく)。Bachelor向けとはいえ扱う論文も深い内容であり、数人のMaster Degreeの人も参加していることから、完全に理解するためにはIELTSだと7以上の英語力は必要なのではないかと感じる。最後のプレゼンテーションは3, 4名でチームを組み、同じように論文の内容をまとめて発表する。
	試験・課題等	試験は筆記と最終のグループプレゼンテーション、最終レポートとなる。筆記試験は、前もって出されていた大まかなテーマから2問。問題に対して学習したことを使って自分なりの改善策を構築するというもの。また、グループプレゼンテーションでの内容は中欧におけるPost-Functionalismについて扱った(論文: Braun, Mats (2020) Postfunctionalism, Identity and the Visegrad Group)。最終レポートは学んだことから自らの考えを出し、理論付けとして論文引用も行う本格的なもの。京産大で行っているようなしっかりと最終レポートを全編英語で書き上げる、という認識。自分はEUに所属することが国家の内的課題を改善することにつながるのか、ということについて書いた。
	感想・自己評価等	比較的複雑な理論や単語が頻発する授業であるため、授業についていくのがやっとだった。もう少し出発前に英語を学習しておけばよかったと後悔している。

4	コース名/科目名	Institutional Design of the EU
	開講学部	Faculty of Arts
	担当教員名	Mgr. Markéta Zapletalová, Ph.D.
	時間数 (1週間あたり)	1 Hr
	授業内容	EUの組織や構造について学ぶことができる授業。European council、European commissionやEuropean Parliamentを主に扱う。EUに関してあまり理解ができていなくても、この授業では理論的な部分から知識を蓄えることができるため、その点ではとても効果的なのではないかと感じる。理論的な部分や、論文内容に関しては難しい部分も多いが、それを習得すると自然と欧州圏内における政治的見方が変わってくる。
	試験・課題等	試験は論文をまとめるプレゼンテーションと筆記テスト (選択肢)。筆記テストに関しては半分以上の点を取れなければ自動的に2nd attemptに回される (再テスト) ので、一度で終わらせたい場合はしっかり勉強することが必要。プレゼンテーションに関しては、しっかりと要点のみを抑えておけば評価は高いはず。前の発表者が時間を使いすぎたことも要因だとは思いますが、自分の番では要点だけを端的に伝えてくれと言われて2分ほどで終了した。
感想・自己評価等	途中からの参加であったため、基礎的な内容もあまり理解できていない状態でテストまで行ってしまった印象がある。だが、EUの構造についてここまで日本で学ぶことは無かった上に、ちょうどチェコがEUの議長国を務めているタイミングだったため、かなり自分にとってはよい経験になったと思う。	

5	コース名/科目名	Turkish Politics and Society
	開講学部	Faculty of Arts
	担当教員名	Gökhan Bacik, Ph.D.
	時間数 (1週間あたり)	1 Hr
	授業内容	トルコ人の先生が、トルコの政治的な概況を歴史的観点や文化的側面の話題も交えて解説する授業。おおよそ8割がチェコ人学生ではあるが、英語で授業を行うので留学生でも安心して受講できる。
	試験・課題等	最終テストとレポート。12週目の授業で一度midterm examを行い、そこで出た質問がほぼfinal examで出題される。自分の答えをしっかりとmidtermの時点で作っておけば、結構楽ではないかと思う。最終レポートの題材はかなり広く、トルコに関することについて自分で調べてまとめるものなので、自由度は高い。自分はこの授業を履修する唯一のアジア人及び日本人だったので、日本とトルコの災害に関する対応の比較についてまとめた。
感想・自己評価等	ひたすら先生が前で解説を行うので、その話を十分に理解できれば面白い授業である。具体的な画像や映像をスライドに映してわかりやすく説明してくれることもあるため、ビジュアルとしても十分に理解できた。トルコは欧州と政治的・文化的に深く関わっていることを改めて認識することができる良い機会だった。	

●履修登録の方法 (留学後半分)

履修登録の時期	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前	<input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 入学申請書に記入して登録 <input type="checkbox"/> 他 ()
<input checked="" type="checkbox"/> 到着後	<input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 国際センター等の仲介 <input type="checkbox"/> 他 (一部授業を変更)
出発前に授業を登録した方は、現地で変更・追加・削除できましたか？	
<input checked="" type="checkbox"/> 変更できた <input type="checkbox"/> 追加できた <input type="checkbox"/> 削除できた <input type="checkbox"/> 更できない	
履修登録の際の注意点等があればお書きください。	
留学生担当の人と学部のコーディネーター双方に連絡を取らなければならないため、少し面倒なことも多いが、できる限り迅速に行っていくことを意識すれば特に問題なく授業変更も可能かと思う。ただ、授業変更についても全体の80%分は所属学部/学科の授業から履修することには変わらないので、その部分も注意しながら変更作業を進めることが必要。	

※以下は留学先で履修した科目 (留学後半分) ごとに記載してください。

1	コース名/科目名	Czech Culture and History
	開講学部	Faculty of Arts
	担当教員名	David Livingstone Ph.D.
	時間数 (1週間あたり)	1 Hr
	授業内容	チェコ文化の概要について1週ごとに決められたテーマに沿って授業を行う。先生はアメリカ人ではあるものの、ピロート離婚 (=チェコスロバキア分離独立) の頃からチェコに住んでおり、文化に深く精通している。先生曰く「留学生がせっかくチェコに来たのにパーティーばかり行って文化を知らずに帰国してしまうことが多いように感じた」ためこのような授業を行って、留学生へチェコ文化を知る動機付けを行っているという。ジョークも多く、和気あいあいとした雰囲気のためおすすめ。5名ほど正規学生の授業アシスタントがあり、いずれもチェコからスロバキア人のため現地の人の意見も多角度から取り込むことができる。
	試験・課題等	出席は取らず、試験は最終レポートのみ。レポートは、チェコで体験した文化についてを日記形式でA415ページほどの文章にまとめるというもので、チェコ映画や小説を観たり読んだりした感想や、博物館・美術館などへ行って感じたこと、日々の暮らしの中で母国との違いを感じたことなどを主に書くというもの。
	感想・自己評価等	この授業を履修したことにより、さらに俯瞰的にチェコという国を捉えることができるようになったかなと感じる。アシスタントのチェコ人学生の、チェコに対する生の声を聞くことができたり、なかなか観るタイミングのないチェコの有名映画を鑑賞できたりするため、「チェコ」に魅了された人や「ヨーロッパの文化」そのものを知りたいと考えている人にはぜひお勧めしたい授業だった。

2	コース名/科目名	Intensive Course of Czech for Foreign Students
	開講学部	Faculty of Arts
	担当教員名	Mgr. David Lavička
	時間数 (1週間あたり)	1 Hr
	授業内容	前学期のチェコ語の先生に勧められて受講。コース名は同じだが、4段階ほどあるうちの2つ目のレベルにあたる (冬学期に履修したものはコース名は同じだが、一番下のレベルだった)。冬学期にはチェコ語アルファベットの書き方から注文などの日常会話を中心に学んだが、今回は助動詞から対象物によって格変化が違う語を詳しく学習するなど、比較的複雑だった。単語も覚えなければいけないものが多い。だが、ある程度この授業でチェコ語に慣れてしまえばかなり理解がしやすくなるので、冬夏でこの授業を履修することが最もおすすめである。1つ上のレベルの学生と同じ授業になるので、途中からチーム分けがなされるため、かなり少人数で授業を行う。
	試験・課題等	毎週の課題はチェコ語の文章を読んで、付属の問題に答えるというもの。自分は前学期の講義から少し遅れをとっていたので、基礎が不安定な状態だったため他の人よりできなかったが、地道に学習していくことでなんとか理解できるようになった。最終試験は筆記試験で、少しひねった問題も出題された。
	感想・自己評価等	前学期の授業と一緒に受けた学生と一緒にあったため、いろいろと教えてもらいながら学ぶことができた。ただ、少しレベルの高い授業を受けただけで満足してしまっている部分もあったため、基礎をしっかりと固めた上でより徹底して反復練習を行えばよかったと感じている。

3	コース名/科目名	Problems of the Post-Soviet World
	開講学部	Faculty of Arts
	担当教員名	Mgr. Markéta Židková Ph.D.
	時間数 (1週間あたり)	1 Hr
	授業内容	かつてソ連に所属していた国家 (構成共和国) の歴史と現在の政治体制、それに共通する課題などを学ぶ講義。(※あくまでソ連所属だった国家を扱うため、チェコスロヴァキアやハンガリー、ポーランド、東ドイツなどは対象外) どちらかと言えばウクライナ、ジョージア、アルメニア、カザフスタンのような中央アジアの国家を中心に扱うが、ヨーロッパとの関係も深いのでとても興味深い内容だった。個人的には、中央アジアにおける価値観や、ナゴルノカラバフ問題などの日本ではあまり話題にならない部分についても深く知ることができて良かった。
	試験・課題等	全授業の中で1回ずつ、テーマごとのグループ発表を行う。(私はチェコ人学生3名と一緒にアルメニアの2008年大統領選挙不正疑惑に起因する騒乱とニコル・パシニャン現首相の対応についてまとめた) また、最終試験は今までの内容すべてに関する記号選択問題で、細かい内容まで理解しなくてはならない。
感想・自己評価等	この学期の中では特に興味深い内容を扱っていたので、意欲的に学ぶことができたと思う。ほとんどが現地の学生という中でも、気さくな人が多かったため分からない部分を聞いたりチームで発表内容を検討したりするなど協力しあって授業を受けることができた。	

4	コース名/科目名	The Syrian Crisis
	開講学部	Faculty of Arts
	担当教員名	Gökhan Bacik Ph.D.
	時間数 (1週間あたり)	1 Hr
	授業内容	今現在内戦が行われているシリア情勢について学ぶ授業。ただ内戦の現状を知るだけでなく、基礎知識から歴史・政治、文化から現状を分析することができる。特にシリア難民についてはヨーロッパとの関係も深いため、ヨーロッパ政治を知るためには必ず押さえておかなければならない場所であると考えていたが、自分で思っていた以上にそのような事柄を学習できたため満足度は高かった。
	試験・課題等	試験はなく最終発表と全ての授業の評価によって採点される。最終発表はいくつかの内容に関して2、3人のグループで調べてクラスの前で発表するもの。私たちのグループは、トルコ人の留学生もメンバーにいることから、トルコ南部にあるハタイ県のシリアとの係争地問題を取り上げた。
感想・自己評価等	シリア問題に関して深い部分まで理解できた。私自身、別の視点から見ると言う点でもヨーロッパ外縁の国家の問題についても学びたいと考えていたため、とても良い機会となった。また、他の学生ともグループワークを共にすることで、彼らが諸問題をどう考えているのかだけでなく、彼ら自身の学びのレベルの高さがよくわかった(自分はまだまだだと感じた)。	

5	コース名/科目名	
	開講学部	
	担当教員名	
	時間数 (1週間あたり)	
	授業内容	
	試験・課題等	
感想・自己評価等		

●本学へ入学～留学終了までのタイムチャート

いつ頃留学を意識し始めたか、語学試験を受験した時期、それに向けての勉強、留学にかかる選考、説明会やイベントへの参加等、留学にかかわることを記入してください。

時期 (例: 1年次春学期、〇年〇月など)	内容	記入例
1年次春学期	留学祭りに参加して留学経験者の話を聞き、留学に興味を持つようになった。	
1年次春学期	留学に関する説明会にできる限り参加し、情報収集。留学先を決めるために先輩たちに話を聞く。	
1年次秋学期	初めてIELTSを受験	
2年次春学期	交換派遣留学説明会に参加、交換留学へ申請、学内選考の結果〇〇大学への留学が決定。	
入学前	高校生時から「大学で長期留学を行う」ことを決めていたので、入学式前のオリエンテーション時から法学部でも長期留学に行けるかどうかの確認を国際交流センターや事務室の方に聞いて情報収集を行っていた。	
1年次春学期 (2019年4～8月) 1セメ	7月に初めてIELTSを受検。受験英語が身につけていたこともあってか、Overallは5.0 (思ったよりも取れていた)。同時にTOEFLも受験したが、評判通りIELTSの方がとっつきやすいと感じたため、これ以降はIELTSのみを受験することにした。	
1年次秋学期 (2019年9～2020年3月) 2セメ	留学祭りなどにも参加したが、まだ志望国は確定しておらず、アメリカ・カナダ・イギリス辺りを希望していた。	
2年次春学期 (2020年4～8月) 3セメ	この年の春募集に初めて応募するも、コロナ禍により留学の予定が事実上凍結 (書類の受領期日とほぼ同時期にロックダウン状態となった)。1年秋から部活動にも本格的に注力していたため、あまりショックは大きくは無かったが、これ以降少し留学に対するモチベーションは低下する	
2年次秋学期 (2020年9～2021年3月) 4セメ	9月より一部対面授業が再開する。春学期から続けて、融合教育科目として外国語学部の講義を履修することで、英語力及びモチベーションの維持に努めた。12月には2度目のIELTS受験でOverall 6.0を取得することができた。	
3年次春学期 (2021年4～8月) 5セメ	部活動では部長となったため、少し比重がそちらに傾く。だが、留学のための渡航再開に備えて情報収集を行っていた。	
3年次秋学期 (2021年9～2022年3月) 6セメ	秋募集に初めて応募する。単純に枠の数が少ないことから倍率6倍となり、十分にアピールできず落選する。正直まだ改善の余地はあったので、ここでも落ちたショックというものは無く、逆にさらに多くの方に志望理由書を見ていただき、レベルアップを図りたいという気持ちが強くなった。	
【休学・半年間】 (2022年4～8月)	春募集・秋出発前提のプランニングを行ったため、ここで半期の休学を選択。休学期間中でも交換留学への応募は可能であったため、4月に応募し、学内選考の結果、第一志望のパラツキー大学への交換留学生としての派遣が決定した。第一志望をパラツキー大学に据えていたのは自分を含めて4名だったと記憶しており、そのうち3名が渡航したため、そこまで倍率は高くないものと思われるが、できる限りのことは1年次生の頃 (もしくは入学前) からやっていくべきである。	
4年次秋学期 (2022年9～2023年3月) 7セメ	留学 (冬学期)	
4年次春学期 (2023年4～8月) 8セメ	留学 (夏学期～帰国)	

●留学前半の感想について

留学先国・留学先大学・プログラム・授業・滞在先・私生活・授業以外の活動（課外活動・ボランティア・サークル等）等について、自由に書いてください。

留学先国の特徴や雰囲気等
<p>チェコは、想像していたよりもかなり明るくきれいな国であるように感じる。以前までは、失礼ながら人口も少なく暗いイメージがあったものの、到着1日目からそのネガティブなイメージは完全に払拭された。街並みはどのような天候でもきれいであり、長い冬を乗り越えるための知恵から作り出されたであろう料理やお祭りなどの独特な文化はとても魅力的だった。オロモウツは人口10万人と小さい街だが、落ち着きのある中でチェコのディープな魅力が詰まった「ほどよい田舎」という雰囲気。必要なものはすべて手に入るし（強いて言えば充実したアジア系食品店は無かったがそこまで苦労しなかった）便利だが、旅行から帰ってきた時に落ち着きを感じさせるような独特の良さがある。一方、チェコに3ヶ月間住んでいて最も意外に感じたことは、聞いていたよりもかなり英語が伝わらないことだった。体感では6割の人が英語よりもチェコ語を話しており、その割合は中高年が多い。一方でレストランやカフェなどで働く若年層は英語も話せるので、渡航前には基本的なチェコ語を習得しておくことを強くおすすめする。</p>
留学先大学の特徴や雰囲気等
<p>中世の時代からオロモウツに存在する歴史ある大学で、かつ総合大学であることから文理問わず様々な専攻の学生と交流することができる。オロモウツ市街の各所にキャンパスが点々と建っているため、教室移動がある際は街の中心の広場を突っ切って別の建物に向かうこともある。ほとんどが歴史的な建物であるが、教室や図書館など内部は近代的に改修されているので快適に過ごすことができる。2023年で創立450周年。</p>
授業について
<p>どの授業も基本的に少人数であり、先生との距離が近いため質問がある場合はすぐに（授業中でも）気軽に聞くことができる。また、留学生向け授業を履修している場合は、ほとんどの学生が他国からの留学生であるため、グループワークが多い授業では特にたくさんの友達を作ることができる。授業内容は比較的難しいものも少なくないが、先生のサポートも手厚いため安心して授業についていける。</p>
課外活動（ボランティア、サークル等）について
<p>ボランティアやサークルなどの団体はほとんど存在していないため参加していないが、留学生をサポートしてくれる大学直属の学生団体（Erasmus Student Network=ESN）の主催するイベントによく参加している。2週間に1度平日夕方から行われるNational Presentationでは、母国について他の留学生に向けてプレゼンすることができ、毎回たくさんの留学生で賑わう。他にもパーティーやボウリング、Pub Quizというパブでお酒を飲み交わしながらクイズ大会を楽しんだり、毎週水曜日の深夜にはナイトクラブでStudent Partyが行われたりするなど、たくさんのイベントが開催されているため、友達作りという観点では理想的である。また大学ではお金を払えばスポーツ教室に参加することができるようなので、来学期には参加を検討している。</p>
滞在先（寮や一人暮らし等）の環境について
<p>寮は2人部屋として考えると最初は少し狭いが、慣れてしまえば問題はない。ルームメイトに関しては、完全にどのような人と当たるかは運次第である。だが、少なくとも言えるのは日本人同士よりも他の国からの留学生と過ごす方が確実に毎日英語を使うことになるので日々の成長を感じることができる。また国籍が違ったとしても、普通に同国籍の人と過ごすよりも居心地が良かったり、仲がとても良くなったりすることもある。ルームメイト問題に関しては、まずは一緒に住んでみて直感的にどう感じるか、が一番重要だと思った。</p>
現地での生活
<p>自分としては、この留学期間中にしかできないことを最優先したいと思っているため、参加したいイベントには絶対に行く、日本人同士では適度に交流する、やりたいこと・今しかできないことを積極的にすることを常に意識して行動している。その結果、イベントで新たな友達と多く出会い、何十カ国もの知り合いができた。また、食事に関しては他の人と比べてかなり適応ができたため、日本食はほとんど食べることなく、ヨーロッパの日常の食事を常に楽しみ、たまにチェコ料理に舌鼓を打つという生活を送っている。渡航前から日本食を持って行くことはしないと決めており、代わりにそのスペースに現地の学生や留学生に渡すためのお土産を詰めた。自分のためだけに日本のものを持っていくよりも、名刺代わりにみんなにシェアする方が友達作りにも効果的だし、異文化交流もできる。せっかく憧れていた留学を実現させているのに、現地の食べ物を拒否してしまうのはあまりにももったいない。留学を本気で検討している方は、ぜひそのあたりもしっかりと考えてみて欲しい。</p>
留学先大学を目指す学生に向けてのアドバイス
<p>基本的なチェコ語をやっておくことをおすすめする。きっとこれに関しては近隣のポーランドやハンガリーを志望する場合も同じだと思うが、思っているよりも英語が通じない。また、チェコ語を勉強していないからといって、チェコ語を使わなくていい選択肢をとることも非常にナンセンスである。主言語が分からない・通じない、という新鮮さを受容したうえで、自分から積極的にチェコ語を学習することで、本物のチェコという国が見えてくるのではないと思う。</p>

留学前半の反省・留学後半に向けての意気込み・目標

「積極的に新しいことにチャレンジする」ことを目標にしてきて、日本にいる時と比べてかなりその目標を達成できたのではないかと感じる。イベントに参加していくことでたくさんの友達を作ることができ、そこからたくさんの交流が生まれた。しかし、3週間の遅れというものは意外にも大きく、自分が完全にこちらの生活に適応し始めた頃にはもう期末テスト、という状況だった。そのため学習か交流かどちらを優先したらいいかが分からなくなり、あときこうしていればという後悔が押し寄せることもあった。この類のことは考え始めるときりがなくなるが、自分である程度割り切ってどちらにシフトするかを決めてしまうことが重要であると感じた。留学開始から「ここでしかできない経験をする」ということを積極的にやる、と決めていたが、後半は失敗を恐れず、さらにこの意識を徹底させたい。また、「チェコ留学」でしか蓄えられない知識や技能をさらに身につけ、悔いの無い留學生活を送りたい。

留学体験談の執筆依頼について

以下の留学体験談は、記入必須ではありませんが、留学を目指す学生にとって大変貴重な資料となります。できる限り、記載いただきますようお願いいたします。

留学のきっかけ
私が留学を目指したきっかけは、中学生の頃に親戚が海外へ転勤したことでした。私自身も親戚を訪ねて人生で初めて海外に飛び出したのですが、そこで日本との文化や人々の考え方、歴史の違いを知り、各国のことをさらに知ってみたい、いろいろなモノを見てみたいという純粋な思いが生まれました。大学受験時には、外国語・国際系の大学や学部を志望していましたが、ただ「言語や文化を学ぶだけ」ではもったいない、と思うようになりました。言語を「ツールとして」利用しながら、専門的な学びを深めたいという意味で法学部を選択しました。
留学先国、大学を選択した理由
中学生以来、留学をしたいという思いはあったものの留学先に関しては以前から決まってはいませんでしたが、法学部で政治学や国際法学を専攻していく中で欧州の政治と文化との関係性や、国家間の紛争について深く興味を持ちました。特に、欧州の複雑な歴史と政治を学ぼうという考えはあったので、中欧・東欧に絞って吟味していたところ、チェコを見つけました。
留学先大学での授業・学習内容・試験・課題・について
大学での授業は、思っていた以上にレベルが高く、最初は話についていくのもやっとでしたが、他の学生と教えあったり(ほとんど教えてもらっていたようなものですが)、自らニュースなどを見て考える思考を改めてつけたことによって意欲が増し、思っていた以上の成果を上げることができました。雑談も興味深いものが多く楽しかったです。試験は一回勝負ではなく、3度まで挑戦できる(いつ合格しても点数は変わらない)ため、精神衛生上良い。だが、2回目、3回目となるうちに予定がずれ込んでいくため自由な時間がなくなる可能性がある。
滞在先について
ルームメイトは昨学期末(12月中旬)に替わったため、2月初旬に新しい人が来るまではしばらく1人であった。設備等はほとんど変わらなかったため、そちらが気になる方は昨学期提出の住居に関する説明を参考されたい。寮内にはレセプションで許可を取るだけで借りることのできるCommon roomやStudy roomがあり、昨学期末からはそこにこもって友達と勉強をすることもあった。特にCommon roomは広めのダイニングのような形で、大きなキッチンと机や椅子、さらには冷蔵庫もあるのでパーティーを行うのはうってつけであるため、よく利用していた。ただ学期末には予約が取りづらくなるため注意。余談だが、Neredinの寮のエリアに限って言うところには野良猫が住み着いている。
留学先国や大学の雰囲気について
昨学期と異なり、暗く寒い冬から明るく暖かい夏への変化と共に、街中の雰囲気も賑やかになるのを実感しました。日本よりも比較的高緯度に位置しているため、夏と冬の日照時間の幅が広いことから冬とは全く違う街にいるような感覚になり、ヨーロッパの人々の生活を肌身で感じることができました。大学では、昨学期から引き続き留学生として在籍している人だけでなく新たな友達もできたことにより、さらに交友関係が広がりました。
友人関係について
寮でのルームメイトは昨学期と替わってメキシコ人になりましたが、とても温和な性格ですぐに意気投合しました。スペイン語が母語のため、同フロアのスペイン人とも彼を通して一層仲良くなることができました。別フロアの人たちは半期で帰国する人が多かったのですが、私のフロアは1人だけメンバーが替わっただけなので夕食を一緒に食べたり、Eurovisionというヨーロッパ域内の紅白歌合戦のような番組をみんなでパブに見に行ったりするなど、普段から交流が盛んでした。
苦労したことや大変だったこと
苦労したこと・大変だったことはあまりなく、友人関係や授業、プライベートも充実していましたが、一つあるとすれば日常生活に慣れすぎずあまり刺激的な日々を過ごせていなかったかなと考えています。そのため、週末にはできる限り旅行へ赴いたり、いろいろな友達を誘ってランチやパブ、パーティーに出かけることで思い出もしっかり作るようにしていました。また、自分自身でやってみたかった地元の方が教えるチェコ料理教室への参加、国鉄のフリーパスを使って一人旅、チェコでのプロ野球観戦、大学以外のコミュニティで行われる英会話サークルに参加するなど、たくさんの新たな経験ができました。
授業以外の活動(課外活動・ボランティア・サークル等)について
何事にも積極的にチャレンジしていくように意識をしていました。今思えばその次の段階にある「何かの爪痕を残す」ことは十分にできなかったと反省はしていますが、まずは何でも参加していくことで、「爪痕」を残せる準備ができていたなというように感じます。まずは土俵に立たないと(=イベントに参加申請する、イベントに行く友達に仲間に入れてもらう等)、何事も始まらないと渡航1ヶ月後に気づいてから、とても様々なことにチャレンジすることができたように感じます。今学期は日本文化のプレゼンテーションにも参加し、多くの人に自分たちの持つ文化をアピールすることの楽しさも学べました(毎学期ごとに企画できるチャンスがあるので、パラツキー大学を志望される方は是非やってみてください)。

<p>留学経験から得たこと</p> <p>英語・チェコ語や政治学の知識だけでなく、異文化を理解して受容する能力、何であれまずはチャレンジしてみることで、自分が興味がないことでも広くアンテナを張って取り組むきっかけを作ることなど、これからの人生においてもとても役に立つ考え方や意識を手に入れることができました。逆に、自分の短所である行き当たりばったりで物事を進める点や、慣れてしまうとチャレンジする回数が減ってしまうということも浮き彫りになりました。限られた時間の中で、できる限りの成果を上げたい、そして自分をマネジメントしなくてはならないという中で、客観的に自分の行動や思考を見直すことができ、ただ学びたいことを学ぶだけ、海外でも活用できる対応力を磨くだけではなく、自分の特徴や長所・短所にも気づくことができました。また、大学で出会った友達やたくさんの思い出も、この留学で得られることのできたもっとも大きなものの一つだと思います。</p>
<p>これから留学する方へのメッセージとアドバイス</p> <p>誰にでもできるものではなく、しっかりと綿密な計画を立てた上で、常に自身の心に「本当に行きたいのか」を問いかけながら準備を進めていってください。また、現地では積極的に様々な催し事に参加して（興味が無かったとしても）、さらに自分の知見を広げていくことができる人が最も留学に適しているのではないかと思います。</p>
<p>今後の進路や目標等</p> <p>留学時に学習していた政治学と文化との関係性についてをさらに深めたいと感じたため、卒業後も引き続き自身の興味を深めるという意味で学習を広げていく予定です。また、語学についてはTOEICの点数をより上げていくこと、チェコ語も継続的に学習することで第3言語として成立させていきたいと考えています。進路は、日本と世界を繋げる役割を担う仕事をファーストキャリアに据えながら、転職も経て最終的には欧州の魅力をもっと伝えられるような仕事に就きたいと考えています。</p>

・留学の様子がわかる写真（2～3枚）があれば、以下に添付してください！