

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	派遣
留学先国	スペイン	留学先大学名	ラ・リオハ大学
本学での所属学部(研究科)・学科・専攻			
外国語学部	ヨーロッパ言語学科	スペイン語専攻	
出発時の年次	学部3年次		
留学期間(実際の渡航期間)	2022	年 9 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？
ホームステイができる。
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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (以下の質問には回答不要)		
授業料総額：	500000	円
授業料総額のうち渡航前に支払った金額合計：	500000	円
支払い方法：	振込	

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	
パスポート、海外保険、入学証明書、健康診断書	
取得にかかった期間(申請してから要した期間)	・取得費用
8週間	なし
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、申請日の予約、申請、受け取り	
ビザ申請の際の面接	
<input type="checkbox"/> 面接有 (質問の内容 / 言語等： _____) <input checked="" type="checkbox"/> 面接無	
ビザ申請の際の注意点やアドバイス	
余裕を持って行動すること。	

現地でビザの延長申請を行いましたか？	
<input checked="" type="checkbox"/> 行った <input type="checkbox"/> 行わなかった (以下1~5には回答不要)	
1.申請先	extranjeria
2.申請時期	入国後
3.必要書類	申請日の予約、写真
4.具体的な手続き	申請後渡される紙の指示に従う。
5.注意点等	extranjeriaに行く際は予約が必要。

3. 住居の確保

どのように住居を見つけましたか？	
学校の斡旋	
住居の申し込み手順	
なし。	
渡航前に支払った費用とその内訳	
費用：550000 円	内訳：授業料500000円、航空費50000円
住居のタイプ	
<input checked="" 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 ()	
部屋の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 一人部屋 <input 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 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)	
Wi-Fi、勉強机	
食事	<input type="checkbox"/> 自炊 <input checked="" type="checkbox"/> 食事の提供があった (<input type="checkbox"/> 朝 <input checked="" type="checkbox"/> 昼 <input checked="" 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 type="checkbox"/> 電車 <input type="checkbox"/> ترام <input checked="" 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	

●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：	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： 円/ ヲ月分	
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傷害保険により免除申請をし認められた	
費用：	100000 円
具体的な加入手順や支払い方法等：	郵送

5. 航空券手配

利用航空会社	エティハド航空
費用	(<input checked="" type="checkbox"/> 片道 / <input type="checkbox"/> 往復) 円
渡航経路	アブダビ経由マドリード行き
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。	

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・プレイスメントテスト等)

項目	内容
到着日時	9月 23日 9時
到着空港名	マドリード (バラハス)
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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> タクシー <input 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	
移動にかかった費用	5000円
※以下、授業開始までの日程	
9月 27日	旅行終了
9月 28日	ホームステイ先到着
9月 29日	散策
9月 30日	スタート
月 日	
月 日	

●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 checked="" 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：	なし
購入時期：	入国後
購入方法：	カード
費用：	10ユーロ
注意点等：	
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	500000	円	
宿舍費	800000	円	
食費		円	
教材費等		円	
保険費(日本)	100000	円	
保険費(現地)		円	
医療費		円	
渡航費	200000	円	
ビザ申請関連費	50000	円	
予防接種費		円	
雑費		円	
その他	500000	円	観光
その他		円	
その他		円	
合計	2150000	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 checked="" type="checkbox"/> 現金	<input type="checkbox"/> クレジットカード/デビットカード
<input type="checkbox"/> その他 ()	
現地での現金調達はどうに行いましたか？(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。)	
ソニーバンクで外貨を直接引き出し。	

●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 checked="" type="checkbox"/> はい	<input 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	
ウイルス性胃腸炎で救急外来受診をしましたが、学校提携のところだったので学校の保険が適応されました。	

●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 checked="" type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ (以下の質問には回答不要)
詳細：	パリの電車でポシェットを開けられた。
対応について：	囲まれても強引に出る。外国人の私たちに質問することは基本的にない。

●現地では調達できない、日本から持っていきべきものがあれば教えてください。

味噌。

●留学先での履修科目について ※全留学期間分を記入してください。

留学先で取得した単位数合計		credit
		ECTS
本学で認定された単位数合計	25	単位

●履修登録の方法 (留学前半分)

履修登録の時期	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前	
<input 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"/> その他 (決まっていた)	
<input type="checkbox"/> 到着後	
<input 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"/> その他 ()	
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"/> 変更できない
履修登録の際の注意点等があればお書きください。	

※以下は留学先で履修した科目 (留学前半分) ごとに記載してください。

1	コース名/科目名	NivelB1
	担当教員名	Ricardo
	時間数 (1週間あたり)	15時間
	授業内容	文法をもとに、主にスピーキングの向上を目指す。
	試験・課題等	課題は教科書から。
	感想・自己評価等	授業から話す機会が多く用意されていたので、スピーキング向上に繋がったと思う。

2	コース名/科目名	Los negocios
	担当教員名	Ricardo
	時間数 (1週間あたり)	6時間程度 (週3回の場合)
	授業内容	ジェスチャーの使い方から、言葉の抑揚まで実技的な授業だった。
	試験・課題等	課題なし。
	感想・自己評価等	クラスメイトの前でスピーチを実際に3回したことで、回を重ねるごとに上手くなっていることを実感できた。

3	コース名/科目名	La cultura y civilización españoles
	担当教員名	Sara
	時間数 (1週間当たり)	4時間程度 (週2回の場合)
	授業内容	
	試験・課題等	
	感想・自己評価等	

4	コース名/科目名	Aprendizaje del español a través de actividades lúdicas
	担当教員名	Laura
	時間数 (1週間当たり)	4時間程度 (週2回の場合)
	授業内容	トランプなどを使いながら、語彙力を高める。
	試験・課題等	特になし。
	感想・自己評価等	遊びで使う言葉があまり使えないことに気づけた。

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

●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 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 checked="" type="checkbox"/> その他 (決まっていた)
<input type="checkbox"/> 到着後	<input 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"/> その他 ()
出発前に授業を度登録した方は、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"/> 変更できた (以下の質問には回答不要)	
履修登録の際の注意点等があればお書きください。	

※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	スペイン語圏の世界
	担当教員名	ラウラ
	時間数 (1週間あたり)	4時間
	授業内容	スペインだけでなくスペイン語圏の文化を学習する。
	試験・課題等	試験あり。
	感想・自己評価等	南米のさまざまな文化のルーツを知れてとても面白かった。

2	コース名/科目名	スペインの地理的多様性
	担当教員名	リカルド
	時間数 (1週間あたり)	4時間
	授業内容	王国時代のイスパニアから、現代への歴史の授業。
	試験・課題等	試験あり。
	感想・自己評価等	スペインの地域ごとに強いアイデンティティの源を知れた。

3	コース名/科目名	映画から見るスペイン社会
	担当教員名	サラ
	時間数 (1週間あたり)	4時間
	授業内容	映画で使われるネイティブの表現など、すぐに生活の中で使える授業。
	試験・課題等	試験あり。
	感想・自己評価等	ネイティブの使う言い回しなどを知れてよかった。

4	コース名/科目名	スペインの文化と文明
	担当教員名	サラ
	時間数 (1週間あたり)	4時間
	授業内容	スペインの文明について学習した。スペインが大航海時代に活躍した時代からの歴史を中心とした授業。
	試験・課題等	試験あり。
	感想・自己評価等	現在のスペインがどのようにできたかを知れた。

5	コース名/科目名	ビジネス入門
	担当教員名	リカルド
	時間数 (1週間あたり)	4時間
	授業内容	スピーチでの表現や、実際にアクティブラーニングとして面接をクラスメートとした。
	試験・課題等	試験あり。
	感想・自己評価等	実技形式が多かったので、学ぶことが非常に多かった。

●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、○年○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○○大学への留学が決定。			
1年春	コロナで全部オンライン授業、留学の希望薄いが頑張る。モチベーション維持つらかった。			
1年秋	コロナで全部オンライン授業、良くなる気配どころか最悪の状況でも、いつか行けると信じて頑張る。			
2年春	行けそうになって募集要項を見ると、チリ留学がわずかに成績が足りなかった。			
2年秋	アルゼンチンを希望するも、なぜか面接でダメと言われ、スペインのラ・リオハ大学に留学決定。			

●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
しゃべるのが好きな人が多いので、自分のスペイン語を試しやすい。
留学先大学の特徴や雰囲気等
様々な国からの留学生がいる。
授業について
「会話（討論）すること」が多い。
課外活動（ボランティア、サークル等）について
webサイトからサークルや去れぞれの大会情報を見ることができる。
滞在先（寮や一人暮らし等）の環境について
自由時間が多い。
現地での生活
毎日があっという間に過ぎていきます。
留学先大学を目指す学生に向けてのアドバイス
何のために留学するのか目的意識を明確に持つことと、それを持ち続けられるメンタル。
留学前半の反省・留学後半に向けての意気込み・目標
ポキャブラリーと表現の幅を増やすこと。

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
スペイン語を勉強のための言語ではなく、人とつながりを持てる生きた言語にしたかったからです。この4年間で留学をすることが自分の人生の中で世界との距離を縮めて、世界を自分事として考えるために絶対に必要だと感じていました。コロナウイルスによって、留学が当たり前にできない時代に努力できたことは、自分の財産になったと思います。
留学先国、大学を選択した理由
スペインのスペイン語を習いたいと考えたときに、ホストファミリーによる受け入れがあり、1日中スペイン語の世界で過ごせると考えたからです。初めはお互いに緊張していましたが、「おはよう」や「行ってきます」などが自然に出るような本当の家族になりました。
留学先大学での授業・学習内容・試験・課題・について
スペイン語を習いたいという全員共通の気持ちがあるので、議論や質問が多い授業です。学習内容は、試験の結果によってクラスが変わるので自分のレベルに合わせて学習できると思います。試験問題は、授業に沿って出題されました。
滞在先について
古き良き日常がそこにはありました。親戚だけではなくマンションの下にあるケバブ屋さんや、選りすぐりの豚の足が吊っているお肉屋さんなど本当に多くの人たちと助け合いながら生活をしていました。デジタルの普及で人と人の直の交流が減っている今、今後自分がどんな人生を歩んでいきたいか、自分を見つめ直す時間がたくさんありました。
留学先国や大学の雰囲気について
食事がおいしく、何度でも行きたくなる国です。週末には別荘に行き、大きな窯でパエリアを作ったり、骨付きの大きなお肉を焼いたりしました。そこでの団らんの時間が私たちの一番の幸せと言っていたことが忘れられません。効率や時間を気にする社会に必要なものを感じました。
友人関係について
10数か国の生徒がいたので、カフェテリアでは様々な言語が飛び交っていました。特に、家の方向が同じだったニュージーランドの生徒と仲が良かったので一緒に帰っていました。また、息子の大好きな日本の文化や言語を教えてほしいという男性に出会い、息子のアルバロ君と毎週日本語とスペイン語での交流をし、今もその関係は続いています。
苦勞したことや大変だったこと
質問することが難しかったです。日本と比べて、授業中の発言量が違います。実際に質問してもいいと言われても、その数秒間で質問するのはなかなか難しいです。話を聞きながら、問題を解きながら、自分の知識と照らし合わせて分からないことを言語化する能力が足りていなかったと思います。
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
ラ・リオハ大学のサッカーの大会に出場しました。また、毎週金曜日の午後にはラ・リオハの留学生組のコロンビア、アルゼンチン、メキシコ、ペルー、モロッコ、イタリア、スペイン、韓国、日本のメンバーがボール1つで繋がっているような感覚になりました。
留学経験から得たこと
自分の人生は誰とも交換できません。スペインでの生活を通じて、日本は便利な社会でスマートフォン1つで全部を知れるように思える社会ですが、実際に行動して手に入れた体験型知識は少ないように感じます。留学では朝起きて出会う人が全員自分とは違うルーツを持つ人だったり、食べるものも生ハムとパンをワインで流し込んだりと毎日が映画の中にいるようでした。

これから留学する方へのメッセージとアドバイス

毎日過ごす中で、周りを気にせず自分がやりたいことを明確にして実行することが大切だと思いました。スペイン語を勉強のための勉強にせず、AIなしの”本当の自分の状態（1人の人間）”として行動した経験は将来の自分の人生を面白くできていると感じているからです。El uso hace al maestro. Buena suerte.

今後の進路や目標等

昨今、「多様性を認めよう」というフレーズをいたるところで見聞きするようになりました。国籍、肌、外見的特徴で相手を差別しないようにということだと思います。この難しい問題に対して、私が留学して気づいた差別のしない人の特徴は「人とたくさん出会っていること」です。違いを知識として知るだけでは不十分で、体感することが大切だと思います。私はこれからも一人ひとり持つ個性=世界に触れることで多様性を実感しながら成長していきたいです。

・留学の様子わかる写真（2～3枚）があれば、以下に添付してください！

