

交換留学帰国報告書

記入月日: 平成 31 年 1 月 22 日

氏 名: 佐藤 誠

留学時所属&学年:

国際地域学部 国際地域学専攻 3 年

留学先大学	ヴィータウタス・マグヌス大学
留学先国	リトアニア
留学期間	1 年間
留学開始一終了日	2018 年 1 月 21 日 - 2019 年 1 月 8 日

報告書上での氏名公開について（どちらかに○をつけてください。）

帰国報告書：公開を 希望します ・ 希望しません

月例報告書：公開を 希望します ・ 希望しません

【留学前: 留学に至った経緯や留学準備について】

1. 交換留学を希望した動機について教えてください。

国際地域学部のグローバルアプローチは留学が半年から 1 年間必須であったこと。また、国際関係学や政治学の専門知識をより深めるため。そして杉原記念館でのインターンシップも魅力的に感じたから。

2. 留学準備を始めた時期はいつ頃ですか。何から準備を始めたかについても教えてください。

入学当初から留学準備を始めました。希望する交換留学先に行くためには最低限 TOEFLITP550 点以上、必要だったので試験学習を中心に取り組み始めました。

3. 留学先を決めた経緯について教えてください。また、派遣先の大学や現地情報についてどのように情報収集を行いましたか。

初めは米国や英国など英語を第一言語とする国に行きたいという気持ちが強かったです。それは、英語が第一言語である国へ留学するほうが確実に英語力の向上が期待出来るからです。しかし、留学前に英語力、特にスピーキング力はどこでも鍛えられると思う機会が多かったので、欧州の中でもマイナーな国であり、興味深い歴史を持つリトアニアに徐々に興味が出てきたこと、また調べていく中で、政治学部外交学科があり、専門知識をより身につけることができるのではないかと考えたため、ヴィータウタス・マグヌス大学を選択しました。

4. 留学に向けての語学試験対策、各種語学能力試験などの受験回数について教えてください。

交換留学先の大学は TOEFL ITP550 以上必要でした。正確な回数は覚えていませんが、TOEFL ITP は 2 年生の夏期まで大学での団体受験を毎回受けていました。

5. 留学準備を進める際に役に立ったことについて教えてください。

(例: 助言教員、国際課、留学経験者からのアドバイス、大学情報ウェブ、留学オアシスなど)

留学先の大学に行った前例がなく、情報収集に困りましたが、SNS を駆使したら、留学先の日本人学生が動画をあげていたり、リトアニアの情報も意外と多く掲載されていたりしたので、留学先での生活を想像しながら準備ができました。また国際課の担当者の方々も親身になって相談に乗ってくれたことや、ビザ発給の際に日本リトアニア大使館を訪問したとき、担当者的の方が質問にたくさん答えてくれました。

6. 渡航前の履修登録や単位認定に関して、苦労したことやアドバイスはありますか。

履修登録については大学の Web ページに、学期ごとの授業とシラバスが公開されているため、それをもとに履修を考えたり、単位認定の手続きを進めたりしました。しかし、実際に授業が始まると授業の内容が違ったり、英語開講で行われなかったりする授業もあったようなので、柔軟な対応がその都度必要になると思います。また単位交換については、内容が似ているのは前提ですが、主に交換が認められるかどうかは担当する教員次第であるということを理解した上で手続きを行う必要があると思います。

【留学中: 大学生活や日常生活について】

A. 大学生活

1. 大学の校風や雰囲気はどうでしたか。

学部ごとにキャンパスが異なっており、キャンパスが市内に点在しているのが特徴です。私が履修していた授業の多くは Putvinskio という新しく改築されたキャンパスで開講されており、寮から徒歩 15 分圏内にあり、新市街地からも近かったため、不便と感じることは少なかったです。

リベラルアーツ系の大学のため、学生に対しても自由なイメージがあります。例えば興味のある授業は出席し、そうでない場合は堂々と欠席をすることなど。また、留学生の割合も多いので多様性も感じられました。インターンやバイト、または課外活動にも精力的に取り組んでいる学生も多かったです。テスト前や期間中になると図書館が混み始めます。基本的に欧州からの留学生(エラスムス生)は大半が遊び目的で来ている場合が多いので、勉強よりもプライベートを優先する風潮があると思います。もちろん個人差はありますが、体感として上記のイメージがあります。

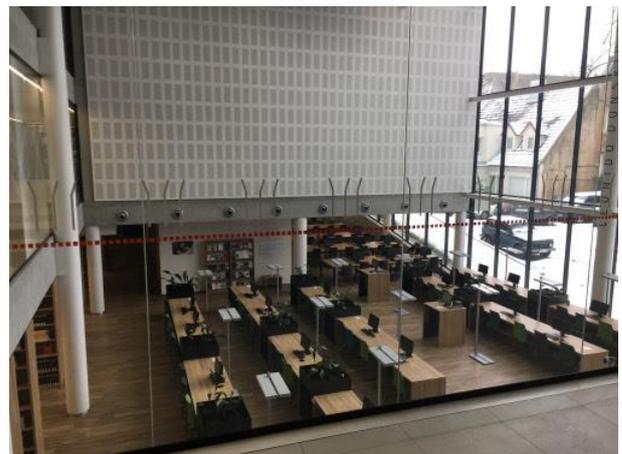
2. 大学構内の設備(ネット環境、学習支援、スポーツ施設等)について教えてください。

各キャンパスで eduroam を通じて wifi に接続することができます。パスワードは入寮時、またはオリエンテーション時に教えてもらえます。寮でも使用可能なのですが、寮の wifi 環境は悪いです。前から寮の wifi について問い合わせている学生が多いみたいですが、変化はあまりないようです。またキャンパス内や図書館では wifi はよく繋がるので問題ないと思います。しかし、基本的に 19:00 には両方とも閉館するので、遅くまで勉強したいときに、使用できる場所が限られてくると思います。基本的に履修した授業の課題や内容については moodle という学習ポータルサイトで、確認することができます。大学のジムはあるのですが、中心街からかなり離れたキャンパスにある上に、設備もあまりよくないようです。SA のような学習支援サービスはないですが、教授が面談の時間を気軽に設けてくれるため、分からない部分は教授に頼っていくのが、一番効率が良いと思います。インターンシップは留学生も申し込みが可能な場合もあるので、担当オフィスへ行けば、ある程度の情報をくれると思います。

3. 参加していたサークルや部活はありますか。部員の数や活動内容、イベントなどについて詳しく教えてください。

日本クラブ橋という文化サークルがあり、毎週の金曜日の 18:00 から 1 時間程度活動がありました。内容は日本に関するプレゼンテーションやワークショップを行ったり、自由に話したりなど、自由かつ誰でも参加できるオープンなサークルがあります。また、日本語専攻の学生も多いため、日本語の授業でボランティアとしてサポートする機会もありました。日本に留学していた現地の学生が積極的にイベントに誘ってくれました。

スポーツ系の部活動ではサッカー部が積極的に留学生からの部員を募っていた記憶がありません。



B. 授業や勉強

1. 留学先で履修した科目

1	<ul style="list-style-type: none">●科目名(担当教員名): Lithuanian Language for Foreigners A1 春学期 (T. Ringailiene)●時間数/週(単位数): 90分/週2回(6ECT/4単位分)●クラスの学生数: 約 20名●授業内容・課題(予習・復習の方法等): リトアニア語初級レベルの授業です。基本的な挨拶や文法事項などをアクティビティを通じて、学習していきます。課題は授業後に先生が独自の穴埋め問題や、地元の町を紹介する文を考えてくるなどでした。教科書は図書館で借りることができます。担当教員が明るい方で、日常生活で役立つフレーズなどを的確に教えてくれるので大変、役に立ったと実感しています。
2	<ul style="list-style-type: none">●科目名(担当教員名): European Union Politics(2) (A. Puksto) 春学期●時間数/週(単位数): 90分/週1回(4ECT/2単位分)●クラスの学生数: 約 60名●授業内容・課題(予習・復習の方法等): 主にEUの機構または政策立案、特に欧州委員会、欧州理事会、欧州議会についての役割や権力を分析します。また、周辺諸国や強国に対する外交政策の分析も行います。ゲスト講師が2週間に1回の頻度で、より専門的な授業を展開してくれます。また、その講演を受けてエッセイを提出することや、期末にEUの外交政策についてテーマを絞り、リサーチペーパーを書く必要がありました。教授はとてもフレンドリーで、希望があれば柔軟に面談の時間を設けてくれました。
3	<ul style="list-style-type: none">●科目名(担当教員名): Media Studies (J. Greenspon) 春学期●時間数/週(単位数): 90分/週1回(4ECT/2単位分)●クラスの学生数: 約 40名●授業内容・課題(予習・復習の方法等): 主にメディア論の概念や理論を紹介する授業。教科書はオンラインで確認することができ、毎回の授業で1章(30ページほど)を予習する必要があります。授業の内容に関連するエッセイを3回提出する必要もありました。話題はマーベルシリーズやコミックなど身近に感じられるものを例に取り上げて、議論を進めるので終始関心の持てる授業でした。また担当教員は米国出身なので、数少ないネイティブの授業を受講することが可能でした。
4	<ul style="list-style-type: none">●科目名(担当教員名): Politics of Post Soviet States (A. Svarplys) 春学期●時間数/週(単位数): 90分/週1回(4ECT/2単位分)●クラスの学生数: 約 40名●授業内容・課題(予習・復習の方法等):

	<p>この授業では旧ソ連諸国、中央アジアやバルト諸国、東欧諸国やコーカサスの国々の独立に至るまでのそれぞれの経済や政治体制の発展の過程を議論したり、分析したりします。また専制政治から民主政治への過程の変化の違いや類似点などを分析します。Moodle(専用学習ポータルサイト)にリーディングの資料が挙げられるので、それを各授業の主題に沿って、予習してくる必要があります。また分析のエッセイでは、個人で主題が異なり、私の場合は中欧諸国の経済市場と民主体制に移行する過程を他のソ連諸国を比較し、違いを分析することでした。</p>
5	<p>●科目名(担当教員名): Political Institutions (G. Sumskas) 春学期 ●時間数/週(単位数): 180分/週1回(6ECT/4単位分) ●クラスの学生数: 約 60名 ●授業内容・課題(予習・復習の方法等): 主に政治機関の基本的な原理や構造を学ぶ授業です。講義式とワークショップ型の2部構成の授業で、前者では政治機関に関するトピック、例えば過去の政治体制と現在の政治体制の違い、政治参加、政党などを取り上げ、基本的な概念を理解できるようにします。後者では、主に宿題のリーディングについて、授業内で議論をします。リーディングの話題は、アメリカの選挙結果と投票者の人種またはジェンダーが及ぼす影響や、電子投票で本当に選挙参加率が上がるのかなど、身近な話題が挙げられることが多いです。</p>
6	<p>●科目名(担当教員名): European Identities (A. Svarplys) 秋学期 ●時間数/週(単位数): 90分/週1回(4ECT/2単位) ●クラスの学生数: 約 30名 ●授業内容・課題(予習・復習の方法等): EU加盟国におけるヨーロッパのアイデンティティとは何か、または実際にそれは本当に存在しているのかという疑問をEU統合の歴史や過程を分析しながら、それにおける政治的または社会的問題を理解するという授業です。教科書(オンラインでアクセス可能)に沿って授業を進めるので、1章から2章程度を授業ごとに予習する必要があります。また、ある国の政治的あるいは社会的アイデンティティを要約したリサーチペーパーを提出する必要があります。</p>
7	<p>●科目名(担当教員名): Sociology and Anthropology 秋学期 (J. Bučaitė-Vilkė, J. Kuznecovienė) ●時間数/週(単位数): 90分/週1回(4ECT/2単位分) ●クラスの学生数: 約 60名 ●授業内容・課題(予習・復習の方法等): 社会・人類文化学の概論にあたる授業で、主題は社会や文化、家族、ジェンダー、宗教、経済、政治を社会学または人類文化学の視点から分析する方法やそれらの概念を学びます。課題は、その主題に沿ったリーディングの章を予習してくることです。</p>

8	<p>●科目名(担当教員名): Religion and Politics (M. Ališauskienė) 秋学期</p> <p>●時間数/週(単位数): 90分/週1回(4ECT/2単位分)</p> <p>●クラスの学生数: 約 20名</p> <p>●授業内容・課題(予習・復習の方法等): 現代における宗教と政治の関係、例えば宗教機関によって統治されている国家や宗教理論が政治に与える影響などについて分析したり、議論したりする授業です。人権や信教の自由の事例を取り上げたり、テロと宗教的テロの違いを分析したりなど興味深いテーマが多かったです。予習では20ページほどのリーディングと関連動画の視聴がありました。またエッセイでは、イギリスとカナダにおける宗教原理主義に関する動画の分析をしました。ペアワークのプレゼンテーションでは、宗教と政治に関する話題で、二か国を比較し、関連性や相違点を考察しました。</p>
9	<p>●科目名(担当教員名): Political Ideology (Š. Liekis, R. Bulota) 秋学期</p> <p>●時間数/週(単位数): 90分/週1回(4ECT/2単位分)</p> <p>●クラスの学生数: 約 20名</p> <p>●授業内容・課題(予習・復習の方法等): 基本的な政治的イデオロギーの概念とその発達について学びます。例えば、現代の社会で主流となっている自由主義、保守主義、あるいは社会民主主義の歴史と発展、国ごとによる概念の相違点を理解します。また実際に共産主義を達成した国はあるのか、中国やソ連は共産主義なのかなどを議論します。課題は moodle に挙げられたリーディングの資料を事前に読む必要があります。</p>
10	<p>●科目名(担当教員名): International Cooperation in the Black Sea Region (S. Rakutiene) 秋学期</p> <p>●時間数/週(単位数): 90分/週1回(4ECT/2単位分)</p> <p>●クラスの学生数: 約 15名</p> <p>●授業内容・課題(予習・復習の方法等): 黒海諸国(トルコ、ウクライナ、ギリシャ、ジョージア、アゼルバイジャンなど)における地域統合の過程とその国際協力に関わる主要な国(アメリカ、ロシアなど)、政治団体(EU・GUAM・BSEC など)や、非政治団体の政策を理解したり、その地域における紛争や政治的問題点を分析または議論したりする授業です。それらの国や組織の政策を国際理論や具体的な指標を用いて、その統合過程を分析しながら、問題点や改善点の議論を行うワークショップ型の授業です。予習では40ページほどのリーディングと各授業の主題に関連する動画を視聴する必要があります。課題のリサーチペーパーでは、黒海諸国における組織または紛争の分析を行う必要があります。私はアブハジア地域におけるロシアとジョージアの紛争問題について取り組みました。また、グループプレゼンテーションでは、ルーマニアとブルガリアの黒海地域における政治的参画と外交</p>

	政策について取り組みました。
11	<p>●科目名(担当教員名): Sociology and Anthropology of Gender (A. Tereškinas) 秋学期</p> <p>●時間数/週(単位数): 180 分/週 1 回(6ECT/4 単位数)</p> <p>●クラスの学生数: 約 25 名</p> <p>●授業内容・課題(予習・復習の方法等): ジェンダー学の授業で、男性優位社会、ジェンダーと性の関係、国、社会的階級、人種の違いによるジェンダーの概念の違い、男性らしさまたは女性らしさの概念とその生成などについて理解を深めていきます。修士課程の授業なので、予習にかかる時間は増え、平均的に各授業で 60 ページのリーディングがあり、それに基づいてセミナーで議論する形式でした。リサーチペーパーでは授業で扱った話題に関連するテーマを選択する必要があり、私は日本のジェンダーの役割と男らしさの概念が社会に及ぼす影響について分析しました。</p>

2. 授業を受けるにあたって心掛けていたこと、努力や工夫をしたことはありますか。

担当教員が与えた課題は次の授業までに最低限終わらせること。また分からないことがあれば、面談の時間を設けてもらい、積極的に質問すること。

3. 学習面で困ったことや、その解決方法について教えてください。

学習のサポートシステムがないので、質問や疑問点があれば早めに担当教員を訪ねること。リサーチペーパーの書き方は、国際地域学部のグローバルアプローチ過程であれば、ライティングの授業で丁寧に教えてくれると思うが、もし分からない場合は VDU の Web サイトにガイドラインが掲載されているので、それを参考に取ること。

4. 授業スタイルはどのようなものでしたか(講義聴講、ディスカッション等)。また、それに対してどのような印象を持ちましたか。

講義形式とセミナーと呼ばれるワークショップ形式の授業があったが、なるべく後者の授業を多く履修できるように、科目登録の週に興味のある授業をなるべく聴講しに行った。実際にシラバスでワークショップ型であっても、講義形式を進める教員や、その反対の事例もあったので、興味のある授業は初週に聴講したり、いけない場合は履修していた友達から情報を収集したりした。

現地学生も留学生も活発に議論に参加するので、自分の意見を発言しやすい環境だったといえる。もちろん授業によって雰囲気異なるので、上記に述べたことを意識して履修登録を進めると良いと思う。

5. お薦めの教員や授業などがあれば教えてください。

・European Identities (A. Svarplys)
 基本的に A. Svarplys さんの授業は面白かったです。

・Lithuanian Language for Foreigners A1 (T. Ringailiene)
 役立つロシア語を楽しく学べます。

・International Cooperation in the Black Sea Region (S. Rakutiene)
 ワークショップ型の授業を受けたい人にはお勧めです。この教員の方は EU の外交政策を専門とされているので、EU の政策に興味のある人は履修してみてください。

・言語コースが充実しています。

・修士課程の授業も履修可能なので、興味のある授業があればぜひ履修してみてください。

C. 居住環境や日常生活

1. 居住場所について教えてください。

形態	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> その他()
部屋人数	春学期(2)人部屋 秋学期(3)人部屋
寮・アパート名	Baltija 写真は部屋と ルームメイト 
家賃に含まれた費用	<input checked="" type="checkbox"/> 光熱費 <input checked="" type="checkbox"/> 水道代 <input checked="" type="checkbox"/> インターネット代 <input type="checkbox"/> 食費 <input type="checkbox"/> その他()
ネット環境	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 wifi は弱い
室内設備	<input checked="" type="checkbox"/> ベッド <input checked="" type="checkbox"/> 机 <input checked="" type="checkbox"/> 椅子 <input checked="" type="checkbox"/> クローゼット <input type="checkbox"/> 電話 <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> テレビ <input checked="" type="checkbox"/> シャワー・浴室 <input type="checkbox"/> キッチン <input checked="" type="checkbox"/> 冷暖房機器(暖房のみ) <input type="checkbox"/> その他 (冷蔵庫)
共用設備	(洗濯室、コンビニなど自由に記入してください。) 洗濯室、オーブン、電子レンジ キッチン(各フロア)

2. 大学、住居周辺の施設について教えてください。

(銀行、現地のスーパー、日本食レストランやスーパーの有無など)

Baltija 寮から歩いて 10 分ほどの場所に Akropolis という大型商業施設がある。基本的にそこへ行けば、何でも揃う。新市街地も大学へ行く途中にあるので、買い物もできる。ジムは寮の前にある小学校の地下とバスターミナル周辺にある。

3. 現地銀行開設の有無や、現金入手方法、クレジットカードの利用頻度などについて教えてください。また、留学費用や現地での支出の管理はどのようにしていましたか。

銀行は開設してなかったですが、開設に平均的に約 40 ユーロかかります。キャッシュパスポートという海外プリペイドカードを多用しました。また VISA や Master Card がリアニアでは主流で、JCB の使えるところは少ないので注意が必要です。またクレジットカードの予備を数枚持つていくと紛失した場合に便利に利用できると思います。

4. 渡航直後に必要だったものや、あって便利だったものを教えてください。また留学期間を通し、日本から持参すべきだったもの、持参しなくてもよかったと思うものはありますか。

[日本から持って来た方が良かったと思うもの]

- ・サララップ
- ・リセッシュやファブリーズなどの消臭剤(基本的に消臭除菌剤はなく、すべて香り付きのものが多い)
- ・夏服(多すぎない程度と夏休みを留学先で過ごそうと考えている人)
- ・化粧水(専用のコスメがある場合はまとめて持ち込んだ方が良い、冬は特に乾燥している)
- ・薬(頭痛、風邪、高熱)
- ・日本的な便箋かハガキ(大切な友達に渡す用)
- ・配れる日本的な物(コンパクトかつ食べ物以外)
- ・クレジットカードの準備(使用可能最低 3 枚、VISA か MASTER が使える、JCB は不便)
- ・資格(TOEIC など)の問題集、単語集
- ・就活に関する本(SPI, 企業分析など)
- ・タブレット(あれば大変便利だと思います)
- ・カレーのルー
- ・お好み焼きソースと粉
- ・大量のふりかけ
- ・大量のインスタント味噌汁
- ・だしの素

[持って来て良かったなあと思うもの]

- ・メンターへのお土産

- ・いつでもやる気を起こさせてくれる物(思い出の手紙、本、写真など)
 - ・sim フリーの携帯
 - ・学部のシラバス
 - ・ヒートテック(上下)
 - ・厚手の上着(冬服を現地購入すると意外と高い)
 - ・電圧変換機(多国対応の品だとすぐ壊れやすいが持ってきた方が多少は便利)
- [持ってこなくても良かったと思うもの]
- ・高価な品物(ブランド物の服、カバン、時計)
- ←盗難、紛失しやすい
- ・現地で揃えられる日用品(ハンガー、内履きなど) 寮から歩いて 10 分程度の場所に大型ショッピングセンターがあるので到着後買い揃えられる
 - ・炊飯器は一台日本人同士で貸し借りしているものがある

5. 留学にかかる必要経費について教えてください。(現地通貨 = Euro ユーロ)(例:USドル)

内容	金額	内容	金額
渡航費	約 13 万円	食費	約 22 万円
保険代	約 22 万円	家賃	約 21 万円
予防接種・ビザ代	約 1 万円	教科書代	0 円
交際費(外食等)	約 7 万円	その他	約 24 万円

1 ユーロ/124 円(2019/1/23 時点)で計算

合計: 約 110 万円

(内 84 万円は給付型奨学金で賄いました)

6. 文化・習慣の違いなどで気をつけていたことやアドバイス(服装・マナーなど)があれば教えてください。

レストランで店員を呼ぶ際は、基本的に目でアイコンタクトする。大きな声で呼ばないこと。
チップの習慣はないとされているが、私の周りの人は店員の接客態度が良かったらその分のチップを出すようにしていた。

D. 健康管理

1. 周辺の病院や学内での医療サービスについて教えてください。

病院に行ったことはないが、リトアニア語を話せる知り合いと一緒にいった方が正確な診察をしてもらえると思う。寮から歩いて5分ほどの場所に病院があった。

2. 留学中に通院や入院はしましたか。その際にかかった医療費はいくらでしたか。

経験していない。

3. 渡航前に必要だった健康診断や予防接種、日本から持参した薬などはありますか。

健康診断は毎年春に大学で受診する書類が、Visaを発行する際に必要だったと思う。予防接種は特にしなかった。風邪薬や痛み止めなどは余るほど持っていった。

【留学後：成果や今後の進路について】

1. 交換留学の成果について教えてください。

留学前に設定した目標が達成できたか/留学先での学業や生活を通して学んだこと/留学前に期待した以上に達成できたこととその理由/留学中、特に努力したことや心掛けたこと/留学を終えて変わったことなど

第1に主体的に行動できるようになったことが挙げられます。留学当初は学習面・課外活動面、基本的に全てのことに不安なことばかりでした。授業では、政治科学外交学部に所属していたため、より国際関係や政治の専門知識を求められること、また自分の意見を論理的に述べられないことに、日々やるせなさを感じていました。また杉原記念館でのインターンでは、言われた作業に取り組むことに精一杯かつ、異文化の環境の中で自分から提案や行動をすることに対して、ためらう気持ちがありました。しかし、受け身のままで何も変化が起きないこと、また失敗することを恐れているから自分から行動できないことなど、自分自身に対する理解が深まりました。さらに、次によりよい方向に改善していくためにはどうしたらよいかを考えることを習慣化し、誰かに積極的に相談することで、自分のやりたいことの明確化を図りました。徐々にではありますが、自分の意見を述べることや、主体的に行動することに対してためらう気持ちがなくなっていました。もちろん、失敗することや自分のしていることを否定されている気持ちになる時もありましたが、それと同時に主体的に行動する大切さも学びました。

第2に、より専門的な学習を行えたことです。上記にも述べたように国際関係や政治の分野でより専門的な知識を身につけ、問題に対して分析や考察する力がつきました。また、杉原記念館でのインターンシップを通じて、第二次世界大戦におけるユダヤ人の状況や当時の世界各国の情勢に興味を持つようになり、欧州各国にある強制収容所やユダヤ人博物館に足を運び、それらに対する理解をより深めようとしていました。それと同時に杉原記念館の運営に活か

せるように、それらの博物館の展示方法やガイドの仕方、お土産の在り方なども比較しながら、さらに杉原記念館をより良い環境にしていくための方法を探求しようと行動することができました。また語学の面に関しても、日常会話において英語を維持するためにも、積極的に留学生や現地の学生と行動を共にすることを意識していました。その面ではインターン中は日本人の方以外に対しては英語だったので、スピーキングに対する自信が徐々についていきました。日本人同士でさえ友好的な人間関係を築いていくことは容易ではありませんが、語学力の向上も目標の1つだったので、居心地の良い環境からなるべく離れることにこだわって生活していました。帰国後 TOEIC を受験し結果を待っていますが、英語力が向上したことを実感しています。

最後に自分に対する理解がより深まったことです。当たり前のことのように思えますが、留学中は想像以上に自分の弱さや嫌な部分と向き合う時間が多かったです。というのも、留学前に学習面や課外活動において多くの目標を計画し、半年後には容易に達成できているだろうと考えていたことが、現実では全く行動に出来ていなかったことや、今まで周りの理解や支えがあったから達成できていたことに気づき、1人では何も取り組めなかったことなど自分に対する嫌悪感で胸が一杯になる時期もありました。また新しい環境で、失敗を恐れて行動できないことに対して自覚があり、自分の能力のなさや容量の小ささを突き付けられた気持ちに何度もなりました。そんな時こそ客観的に自分の置かれている状況を分析し、目標達成に近づくために、毎日小さなことから行動に移すことの大切さを学びました。例えば、政治系の授業で疑問点があれば必ず個別の面談の時間を設けてもらったことや、日本文化サークルで地元についてのプレゼンをする時間を作ってもらったこと、日本語のスピーチコンテストに出場する人のチューターをしたことなど、小さなことの積み重ねによってやりがい生まれ、自信につながりました。そして留学中に 20 か国以上の国を訪れ、様々な文化や背景を持った人と交流する中で、人生に対する視野が広がっていくことや、世界の社会問題などを実際に目で確かめることで、私自身が本当にやりたいことの探求につながったと考えます。今振り返ってみても、貴重な経験ばかりで、本当に 1 年間留学してよかったと心から思います。

杉原記念館のスタッフ



2. 留学中に達成が出来なかったことやその理由、反省点があれば教えてください。

特にありませんが、大学在学中、インターンシップ先とやり取りを続けることや、中継役をすることで記念館に貢献していきたいと思います。

3. 今後の目標や挑戦したいこと、進路や就職活動について教えてください。

未定

4. あなたの留学先へ交換留学を考える福井大学生へのメッセージをお願いします。

留学後にはきっとロシアのことが大好きになっているはずです。他の主要な留学先と比べてマイナーな国だと思いますが、そこでしか経験できないことが沢山あるので、迷っていたら、ぜひ留学することをお勧めします。

