

短期研修報告書

記入 | 29年 4月
所属&学年 | 文学部 3年生

渡航先国	ドイツ、フランス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

事前授業：ドイツ語、犯罪について（スリや詐欺）、ドイツの生活習慣、ドイツでのグループ発表の準備など計5～6回ほど

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

日程：ドイツ数日→スイス約一週間→ドイツ約一週間

（ドイツはフライブルグ・スイスはジュネーブ）

内容：セルン訪問・博物館・オペラ鑑賞・赤十字博物館・近隣の町・協会・環境ツアー

その他に自由時間に各自、温泉、城、カフェ、美術館など行けます。フライブルクは国境に近いので、隣国へ行くことも可能。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

生活環境：スイスでは女子7人で1部屋に泊まり、合宿のような生活でした。自然と仲良くなります。*集団生活が苦手な人は注意

食生活：基本自由。毎日カフェ巡りをしていました。太ります。

健康管理：衛生面などしっかりしているうえ、気候も日本と似ているため問題ないと思います。食あたりなどもありませんでした。

金銭管理：いくつか財布を用意し、小分けにした方がいいと思います。

持参してよかったもの、した方がよかったもの：海外用ドライヤー、洗濯物を干す道具、リセッシュ、耳かき、薬

4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

一人で行動しない

5. 科目全体をふり返って感じること&留学を考えている学生へのメッセージ

留学は行って損はないと思います。マイナスになるのは貯金だけです。また、その貯金も奨学金などの制度が手厚いため問題ありません。大学生で時間が有り余る今、ぜひ行ってもらいたいと思います。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	13万円	
海外旅行保険	1万5千円	
授業料（教材費含）	?円	
滞在費（寮費など）	?円	
食費	5万円	
交通費	2万円	
その他（小遣い、通信費など）	5万円	
計	約 30万円	

自由記述欄 *現地のおすすめ情報やエピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

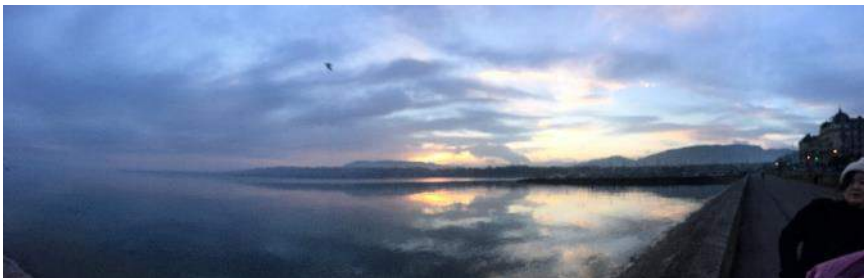
朝市



フライブルク大聖堂（ミサに参加できます）



レマン湖早朝散歩



自分たちで旅行の計画を立てて、少し遠出をするのも楽しいだけでなく、勉強になります。



美味しいもの巡り



短期研修報告書

記入 | 29年 4月
所属 & 学年 | 工学部 4年生

渡航先国	ドイツ、スイス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

私は英語と建築の勉強がしたかったのと自分の視野を広げるためにこのプログラムに応募しました。英語が苦手だったので渡航前に勉強していこうと思ったのですが時間がなく結局あまり勉強できずに出発してしまいました。そして行って見て、聞き取るのはかろうじてできる時があるが、自分から喋ろうと思うとやはり勉強が足りないことを痛感した。しかし生きていく上での最低限のことはできたので、英語が苦手でも海外に行けるという自信になった。

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

授業ではドイツやスイスの政治や文化を生の声で聞くことができた。実際に生活してみるとわかることがたくさんあったと思う。街を歩きながらリンゴを丸かじりするなど日本ではできないようなことが体験できた。一緒に行ったメンバーとも一緒に生活する中でそれぞれの個性がわかってきて最終的には仲良くなれたと思う。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

住環境について最初は苦労したがすぐに慣れてしまうため問題なかった。食事は人それぞれだけど個人的には美味しかったと思う。でも量は多かった。行って数日でお腹がおかしくなったので整腸剤は必須だと感じた。炭酸水は美味しくない。あと硬水が苦手な人はマグネシウム量が少ないのを買うといいことがわかった。

4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

チャック式ポケットのある上着を買いそこに財布などを入れていた。カードは首からかけておくとすぐ出せて便利だった。夜は絶対に危険スポットを避けて行動することが大事だと感じた。本当にやばい人がいる。

5. 科目全体をふり返って感じること & 留学を考えている学生へのメッセージ

今回のプログラムに参加したことで考え方や視野がとても広がったと感じる。それは自分の知っている世界が全てであるかのように無意識に感じていたことに気づいたのである。それとやっぱりやったことないことや見たことないことをやるのはとても刺激的で面白かった。英語が苦手だったから海外に行くのを敬遠していたけど、だいたいのことはなんとかならし行って良かったと思う。

短期研修報告書

記入 | 29年 4月
所属 & 学年 | 医学部 3年生

渡航先国	ドイツ、フランス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

- ・ ヨーロッパに行ってみたくてという単純な思いから応募したが、意味のある留学にするために、しっかりと事前準備と勉強をしていくべきだと思う。行く国についてだけでなく、日本また自分の住む地域についての知識も必要。
- ・ 渡航準備は、早め早めにやっておく。必要なものの用意など
- ・ 大学の授業では、主にその国の状況や危機管理について、そしてドイツ語を学んだ。名古屋大学についての授業もある。

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

- ・ 内容：フライブルク大学での授業、日本文化について発表、博物館、美術館、城、カフェ、温泉、オペラ鑑賞、旧市街巡りなど。
- ・ フィールドワークのための自由時間も設けられていて、様々な場所に自分で計画して行った。道に迷うなど、何か困ったことがあった時に、言語が違って聞かなくても対する抵抗がなくなった。
- ・ 他学部の学生がいて、皆それぞれの考え方を持っているの、いつもとは違う刺激を受けた。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

- ・ 住環境…快適。浴槽はなく、シャワーしかない。
- ・ 食生活…主にパン、肉、ジャガイモ、ケーキを食べていた。味が濃く、量が多い。
- ・ 金銭管理…財布を2つに分けて、1日に使いすぎないように、盗まれてもなんとかなるようにしていた。
- ・ 持参してよかったもの…変換プラグは必須。ハンガーや洗濯バサミ、エコバック、予備の靴、ビーチサンダル（スイスでのシャワー室の床が濡れていた）

4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

一人行動はしない。夜は外を歩かない。悪目立ちしないように、現地人のように行動する。

5. 科目全体をふり返って感じること&留学を考えている学生へのメッセージ

百聞は一見に如かず。現地ですぐは学べないことはたくさんあるので、一回は留学してみるといいと思います。全く文化の違う国に行き、そこで生活することで、自分が今まで持っていた考え方や価値観を見直すきっかけにもなります。言語の壁など、不安なことはいっぱいありますが、まだ失敗の許される学生のうちに、勇気を出して留学に挑戦してみても損はないと思います。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	15万円	
海外旅行保険	2万円	
授業料（教材費含）	円	
滞在費（寮費など）	5万円	
食費	4.5万円	
交通費	2万円	
その他（小遣い、通信費など）	3万円	
計	約 30万円	

自由記述欄 *現地のおすすめ情報やエピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

フライブルク大聖堂周辺では、朝市をやっているの、
早めに起きて行ってみるのもいい。（右写真）
夕方～夜に行くと、ミサをやっている。

散歩しながら、街並みや風景を楽しむのもいい。日本みたい
にごちゃごちゃしていない。

人との出会いも大切に。



短期研修報告書

記入 | 29年 4月
所属 & 学年 | 法学部 3年生

渡航先国	ドイツ、フランス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

労働法のゼミに所属しており、よくドイツの法制度が話題に取り上げられるので、興味を持ちました。送ったはずのメールが反映されない等、履修手続は苦労した気がします。事前授業では、自分の専門外のことを学べて有意義でしたが、結局ドイツ語はさっぱり覚えられなかったです。英語でほとんど何とかできますが、甘えですね。

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

英語か日本語での講義なので、何も問題ありません。自分の専門に近いことから、完全に理系向けのものまで、幅広い分野を学びました。文理それぞれの学生が、互いにわからないところを補い合ういい関係でした。積極的に発言する形式の講義が多く、日本と違って、眠くなる講義は少なかったと思います。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

フライブルグのホステルは部屋にシャワーがついているし、共同キッチンもあるので非常に過ごしやすかったです。滞在期間も長いわけではないので、食生活において日本食が恋しくなることはありません。現金はあまり持たず、クレジットカードを活用して買い物をしていました。財布は2個持ったほうが安全です。

4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

どこへ出かけるにも誰かと一緒に行動するよう心がけていました。行ってはいけない場所を事前に教えてもらったので、それを守りさえすれば特に危険なことはないかと思います。守りさえすれば、ですが。

5. 科目全体をふり返って感じること & 留学を考えている学生へのメッセージ

初めて海外に渡航して特に問題なく帰ってきたので、正直、調子に乗っています。下手に身構えないほうがいいのは事実ですが、頭の片隅に安全への備えを覚えていてください。よほどのことがない限り、それは徒労に終わりますが、それでいいんです。残りは、ただひたすら楽しみましょう。楽しむためには、体調管理をしっかりしましょう。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	146400 円	たぶんこのくらいです
海外旅行保険	21680 円	余分に支払ってしっかりしたタイプの保険に加入。
授業料（教材費含）	8050 円	ドイツ語授業料。
滞在費（寮費など）	56660 円	ドイツ+スイスの合計
食費	?円	皆で豪華なレストランで食事する強制イベントも…
交通費	?円	自由時間に遠出しなければ安く済みそうです。
その他（小遣い、通信費など）	70000 円	クレカと併用していたので余りました。
計		万円

自由記述欄 *現地のおすすめ情報やエピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

ぼくの感じたことメモ ～ドイツ・スイス編～

海外渡航の経験は、今回の研修で初めてでした。なので、現地での生活は、毎日が「初めて記念日」でした。その気づきを、すぐその場で、携帯のメモに残し続けていました。当時、吐嗟に書いたので、雑な言い回しだったり後から見返すと意味不明だったりというものも散見しますが、いくつかを取り上げて紹介したいと思います。

1. ドイツ編

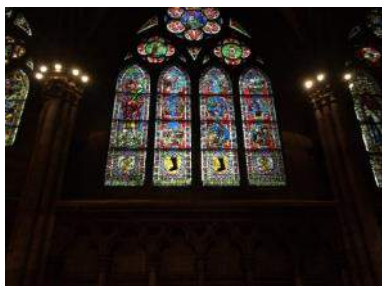
「パーキングエリアがゴミ」「120キロ制限で」

これはフランクフルトからバスで移動中でのこと。ドイツのPAは駐車場の白線がなく、無秩序に車やトラックが駐車されていました。もちろん、邪魔になるところにはされていません。速度制限は120と表示されていて、さすが自動車大国だなあと思いました。

「バーガーキングとかをよくみかける」

郊外にはバーガーキング、都市にはマクドナルド、という印象でした。それだけです。

「フライブルグ聖堂のステンドグラスはそれぞれギルドが寄贈したことがわかるマークがある」



真ん中の列の下に長靴のマークがあるのがわかります。ギルド、つまり職人組合はこのように自分たちを表すシンボルマークを持っています。靴のメーカーだから長靴のマーク。衣服を作る人はハサミのマーク。こんな感じです。ガイドさんがいなかったら「きれいだなあ」で終わっていたところでした…。

「日曜日はお店が閉まってる」



最終的にフィールドワーク報告のテーマにつながる重要な気づきとなりました。スイスでも言えますが、日曜日は、一部の例外を除いて、どの店も閉まっています。土曜日のうちに買い物を済ませておきましょう。そこには、法律的・宗教的・文化的な背景が隠れています。

ヒントは、「休日のパパは僕のもの」

2. スイス編

「電車の中が静かな理由がわかった」「飽きたからや」



電車でドイツからスイスに移動中でのこと。スイスの美しい風景にみんなテンション上がりまくり。けどはしゃいでるのは自分たちだけ。そりゃそうだ。この風景を毎日見てたら飽きる。人は未知との遭遇に不安も興奮も覚える。当たり前ですね。「現地人に溶け込むべし」という教えはどこにやら。犯罪のいいカモになってしまうので、あまり目立たず、落ち着きましょう。でも楽しむ。

「結局フランス語じゃないか」

ジュネーブを拠点に生活していたわけですが、いろんな表示はまずフランス語から。地図も地名もフランス語由来。事前講義ではドイツ語しか習わなかったので、「マジかあ」って思いました。別に生活に困るわけではありませんが、英語をメインに、ドイツ語・フランス語をちょっとずつ覚えておくことをお勧めします。ジュネーブは国際都市ですしね。

「なんでキックボード多いんだろ」

素朴な疑問。ヨーロッパではキックボードが流行っているのでしょうかね？日本では子どもが遊んでいるイメージですが…。どう見てもダサい気がする（日本的）

「やっぱり過労死はない」

スイスの高裁の裁判官をしている方にお話を伺う機会がありました。労働法を専門にしていることですし、海外の事情が気になっていたので質問しました。まず「過労死」という言葉が通じない。そして、「働くことは嫌なことであるはずなのに、日本人はなぜ死ぬまで働くのだ？」と驚かれました。日曜日にお店が閉まっていることにもつながるのですが、日本人と彼らとでは、本質的なところで労働に対する考え方が違うようです。

「なぜ彼らは傘をささない」

めんどくさいから。雨がすぐ止むからとか気候云々の話とかではないそうです。そのかわり、人々は雨をはじくような表面がツルツルした服を着ているようです。

これを読んでいるみなさんも、現地に行ってみると様々な経験をするとおもいます、自分のように初めて海外に渡航した人も、これまで様々な国を経験した人も必ずです。絶対に何か気づくことがあります。どんなくだらないことでもいいです。とにかく書き残すことが大事だと思います。はしゃいで撮った写真だけではその時の記憶は薄れていきます。後から読んで当時の思い出にニヤニヤするためにも、今後の勉強に役立てるためにも、ぜひ実践してほしいです。

短期研修報告書

記入 | 29年 4月
所属 & 学年 | 工学部 2年生

渡航先国	ドイツ、スイス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

まず僕は長いことヨーロッパの雰囲気や街並みに惹かれていたので、この研修に興味を持った。また、将来環境に優しいエネルギーを作りたいとも考えていたので、世界一環境に優しい国と言われていたドイツに行ってみたいと思っていたことも動機の1つだ。名大の授業では名大の歴史や日常的に使える簡単なドイツ語などを教わった。名大の歴史を話す機会がなかったことは残念だった。

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

基本的には毎日1つ以上はイベントがあり、こなすのが大変ではあったが、フィールドワークが多く、町の歴史や環境都市について日本では決して学べないことを学べて楽しく、博物館見学の時間とかもあり精神的に辛くはなかった。ただ、自業自得ではあるが休みの日にも遠出するので体力的には割と辛かった。16日間で良かったと思う。同じ名大生の方とは食事や自由行動などをすることが多く、かなり仲良くなった。同じ場所に泊まっていた外国の学生とも交流があったが自分の英語力が低く、一人の学生の兄がプロのラッパーだということしかわからなかった。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

フライブルクの居住先はwi-fiが不自由であったこと、ジュネーブの居住先は9人部屋でシャワーが階で共通だったこと以外は住むのに不自由はなかった。スーパーのパンが安く、パンばかり食べていたので、時々野菜もちゃんと食べるように気をつけていたが、レストランで野菜のタルトを頼んだら本当に恐ろしい量の野菜が一枚のタルト生地に乗せられたものできて食べるのに苦労した。おそらくベジタリアン文化が根付いているので野菜の～というメニューはベジタリアンの方向けなので頼むことはオススメしない。金銭管理について僕はかなり用心していて、コートの下に貴重品が入った小さなバッグを入れていたのでほとんど盗まれる心配をすることはなかった。持ち物はちゃんとしおりに書いてあるものを持ってくれば生活には困らない。ただはさみと歯磨き粉を機内に持ち込まないように気をつけよう。

4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

危険を感じたことはなかった。ただ夜の公園はフードをかぶった青年が遊んでいたりで、もしからまれたら大変だっただろう。夜は大きな通りを通ることが身を守る上で大事だ。しかし、ほとんどの人々は優しく気さくなので心配しすぎることはない。

5. 科目全体をふり返って感じる事&留学を考えている学生へのメッセージ

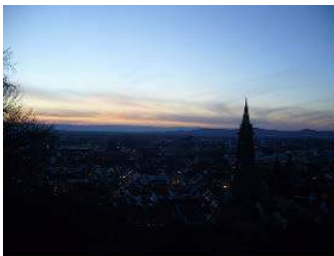
実際に学んだことはもちろん大事で興味深かったが、実際に現地で感じたことの方がより心に残るような気がする。聖堂で聴いたパイプオルガンの重厚さやスイスの店のチーズ臭さなど予想もしなかった出来事がたくさんあって非常に面白かった。短期留学は見聞を広めるといふ点では日数からは想像もできないほどの意味があると言える。何年日本で学んでも決して得られないものがあると言って良い。街の雰囲気や人々の生活を間近に感じることができるのは本当に価値のあることだと思う。

6. 研修費用 (さしつかえなければおおよその金額を教えてください)

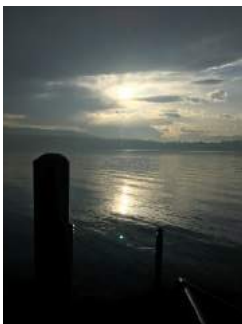
内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	130000円	
海外旅行保険	15000円	
授業料(教材費含)	10000円	補助金で実際は半額以下だったかもしれない(0円?)
滞在費(寮費など)	70000円	もう少し安いかもしれない
食費	50000円	スーパーで我慢すれば一食300円もかからない
交通費	40000円	遠出すると以外にかかる
その他(小遣い、通信費など)	30000円	
計		35万円

自由記述欄 *現地のおすすめ情報やエピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓



丘からの夕焼け



レマン湖の朝 まぶしい



フライブルクの大聖堂

感動するほど中も外も作りこまれている



雨が降ったときの街並み

他にも素晴らしいことはたくさんあったがやはり自分の目で見るのが一番印象に残るし感動する。とても素晴らしい留学だった。

短期研修報告書

記入 | 29年 4月
所属&学年 | 文学部 2年生

渡航先国	ドイツ、フランス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

フランス語を履修していたので、フランス語圏に行きたかったことが一番のきっかけ。現地でのドイツ語でのプレゼンにむけて、ドイツ人の留学生に連絡を取り、原稿の作成や発音の練習をしてもらった。道の尋ね方など現地で使用できそうなドイツ語やフランス語の表現を自学した。

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

基本的に授業は英語で行われ、生徒の自主性が尊重されるワークショップのような形式が多かった。その他、博物館やオペラ観劇など、幅広い分野の施設を訪問した。特に現地学生との交流時間が設けられていたわけではないが、大学や滞在先のホステルで自分から話しかけることで、多くの海外の学生と交流することができた。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

料理が油っこいので、冷たい水を飲みすぎると腹痛になると聞いたので気をつけていた。日本からお茶の粉末を持って行って、現地で購入した水でお茶を作って飲んでた。欧州の水は硬水なので、ミネラルウォーターをなるべく飲むようにしていた。特にドイツは炭酸水ばかりだったので、飲みなれた水やお茶があってよかった。現地で使えるキャッシュカードを持って行って、お金が不足すれば現地の銀行でおろしていた。なるべく、クレジットカードを使いながら、手持ち金額はある程度しか持っていなかった。現地は非常に乾燥するし、朝夕は冷え込んでいたので、就寝用のマスクや、温度調整ができる防寒具などが役に立った。日本らしいお菓子などを持参していると、現地の人との会話のきっかけにもなっていた。

4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

鞆のチャックを手で握ったうえで、鞆は常に前にして持っていた。横に広がってしゃべりながら歩いていると目立つので、現地の人と同じスピードで歩くことを心掛けた。観光地など人の多い場所では、写真を撮るときも鞆から目を離さないようにしていた。レストランや電車内でも通路側に荷物を置かないようにしていた。

5. 科目全体をふり返って感じること&留学を考えている学生へのメッセージ

なるべく多くの人と会話をして交流がしたいという目標のもと、授業でも日常生活でも自分から動くことを常に心がけていたことで、たくさんのお会いがあった。日本とは勝手の違う生活のなかで、海外の良さも日本の良さも同時に発見できた。短期留学は、非日常のなかで自分自身と向き合う貴重な時間になった。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	円	大学からの補助有り
海外旅行保険	17000 円	
授業料（教材費含）	円	当初予定していた金額より大幅に安かった
滞在費（寮費など）	円	
食費	80000 円	
交通費	80000 円	空き時間に高速電車でよく出かけていたため
その他（小遣い、通信費など）	50000 円	
計		25万円

自由記述欄 *現地のおすすめ情報やエピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

欧州では、街中でよく話しかけられることがある。日本人からするとはじめは委縮してしまうし、危機管理はしなければならないが、そうした一期一会の会話も欧州の文化だと感じた。自分の心を開放し、初対面の人との会話を楽しむことで、何気ない日々が少し楽しくなる気がした。英語が正確でないことも、ドイツ語やフランス語が流暢でないことも、深くは気にせず、相手との時間を楽しみたいという気持ちを大切に向き合うことが大切だと感じた。

短期研修報告書

記入 | 29年 4月
所属 & 学年 | 工学部 3年生

渡航先国	ドイツ、フランス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

名古屋での授業はプレゼン発表など準備に時間がかかるものもあるため早めの準備が必要。学年が上がるにつれ重い課題やレポートと重なることもしばしばなので出されたらすぐに終わらせた方がいい。語学対策については特に何もしなくても何とかはなる。けれども留学を有意義にするためにある程度日常会話の決まり文句を覚えていった方がいいかも。

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

主に海外の公共施設を回った。とりわけキリスト教にまつわる話が多かったため、自分の中の宗教観念がかなり変わった。その他政治の授業などでは日本国以外での政治の考えなども学ぶことができて大変勉強になった。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

カルチャーショックが大きかった。湯船につかれないのが意外にしんどい。綺麗な街並みや、珍しいものがたくさん見れる反面、お店が夜空いていなかったり、自販機、コンビニがなかったりと不便なことも多い。現地のご飯はおいしいものもたくさんあるが、口に合わないものも結構ある。郷土料理などは地雷率が高いため注意。量も日本のものに比べて多いため少なめかな程度に頼むのが吉。硬水に慣れるまではおなかの調子が悪かったので行きのキャリアーに入るだけお茶のペットボトルを入れていくとよい。

4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

お金は首にかけてのポーチにいれて肌身離さず持ち歩いた。
夜の外出は極力控えた。

5. 科目全体をふり返って感じること & 留学を考えている学生へのメッセージ

比較文化という観点ではこれほどいい機会はない！とつくづく思う留学でした。日本が見習うべき点（福祉や環境など）もたくさん学ぶことができたし、不便に思う場面では逆に不便を感じないことが日本のよいことなんだなと考えるたりとすべての経験がプラスに変わりました。海外文化を学ぶだけでなく、そこから自国を見つめやすい機会なのでぜひとも多くの人に参加してほしいプログラムです！語学力に不安を感じていても、行ってみれば思いのほかどうにでもなるため語学力で迷っている方も思い切って参加してくれればと思います。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	108000 円	
海外旅行保険	16830 円	
授業料（教材費含）	円	
滞在費（寮費など）	75000 円	
食費	50000 円	
交通費	30000 円	
その他（小遣い、通信費など）	50000 円	
計		32万円

自由記述欄 *現地のおすすめ情報やエピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

自由時間や宿泊施設では現地の人と交流する機会がたくさんありました！言葉が通じているか怪しくてもとても仲良くなれるので勇気をもって交流を図るのがおすすめです！

短期研修報告書

記入 | 29年 5月 1日
所属&学年 | 工学部 3年生

渡航先国	ドイツ、フランス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

学生のうちにしかできない留学というものを経験しておきたかったのと、父親の影響もあり、ヨーロッパの建造物や芸術に興味があったため、このプログラムを選んだ。私は第2言語で中国語を選択していたため、ドイツに行くのにドイツ語ができなくて大丈夫かと思ったが、私たちの滞在したフライブルクやジュネーブは英語の能力が高い人が多いため、英語で十分生活できた。しかし、渡航先で自分の言いたい単語が出てこなかったり、うまく伝えられなかったりしたことが多かったため、Listening や Speaking の能力を高めることをしておいたほうがよい。（例：留学生と話したりする）

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

この研修は国際機関や博物館の視察など、フィールドワークが中心のプログラムであった。このため、文理問わず様々なことに見識を深めることができた。また、自由時間も多く、その日のプログラムが終わった後は市街地に出て買い物をしたり、その土地特有のレストランや教会に行ったりしてプログラム以外の時間でも様々な体験ができた。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

フライブルクとジュネーブでは hostel と呼ばれる簡易宿泊所に滞在した。フライブルクの hostel は 2～3 人で 1 部屋で、各部屋にシャワー、トイレ、テレビ、冷蔵庫が装備してあった。キッチンも共用であるが、ロビーのようなところに隣接しているため、夕食は友達と談笑しながら自炊したドイツ料理（主にウインナーとピザ）を食べることが多かった。朝はスーパーで買ったパン（クロワッサンが 30 セント程度で安い！）で、昼はスーパーで買ったパンか MENSA と呼ばれるフライブルク大学の学食みたいなところで食べた。MENSA ではランチプレートが 2.8 ユーロで食べれるが、めちゃくちゃ量が多い。ジャガイモの量が尋常じゃない。お腹いっぱいになれる。

ジュネーブの hostel は 8 人部屋だったため、あまり気が休まらなかった。ここはシャワー、トイレ、冷蔵庫、キッチンすべて共用で、部屋に 1 つだけ洗面台があった。朝は hostel で朝食がでて、昼は主にスーパーで買ったパン、夜は外食が多かった。ジュネーブはフライブルクに比べて物価が高めなので気を付けて！

ドライヤーとタオルは持って行った方がいい。hostel とはいってもアメニティで歯ブラシとかシャンプーとか置いてないから気を付けて。シャンプーとボディソープは日本で売ってるようなやつをフライブルクのスーパーで買って同じ部屋の人と共用で使った方がいい。旅行用のシャンプーとか日本から持って行ってもいいけどすぐなくなるから。

4. 危機管理 (身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど)

危険といわれたところは夜は絶対に近づかないこと!!!夜が更けるとゴロツキが町にわきはじめるから夜遊びはほどほどにしておくこと。日本みたいに財布をケツポケットに入れて歩いてたら絶対にすられるから、中折れの小さな財布を前のポケットに入れておいた方がいい。携帯も同様。

5. 科目全体をふり返って感じること&留学を考えている学生へのメッセージ

この研修では自分の専攻を深めるんじゃなくて、自分の専攻とは関係ないけど教養として知っておいた方がいいことをたくさん学ぶことができた。また、文化の違いに触れることで違いを批判するのではなく受け入れる姿勢を育むことができた。そして、ヨーロッパの文化に触れることで自国の文化の良さに気づくことができ、自分の生きている日本社会を俯瞰して考えることができるようになった。

留学に行こうか迷っている学生さんには、ぜひ留学に行くことをお勧めします。私も留学なんて意識高い系の人が行くものでしょ、って考えてたけど、いざ海外に飛び出してみると自分の生きてきたテリトリーの狭さや生活習慣・価値観・アイデンティティの違いに圧倒されました。この経験は学生のうちにしかできないと思うので3週間でもいいから留学を通して海外に足を踏み出すことを強くおすすめします。

また、このプログラムは給付型の奨学金が適用されるので金銭面で行くのをためらっている人は海外留学室に相談してみるといいと思います。

以上

短期研修報告書

記入 | 29年 4月
所属 & 学年 | 法学部 3年生

渡航先国	ドイツ、フランス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

始めはゼミとの関係でドイツにおけるナチスの影響を学んでみたいなと思って応募した。（最終レポートのテーマは別なもの）。現地での発表に備えて、名古屋では同じグループの人とポスターやパワポを作った。また着物の着付けなど日本にいても初めてのことも体験できたし、海外の文化を体験することによって日本の文化も学ぶことができた。

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

座学よりもフィールドワークや見学が多かったため、よりリアルにヨーロッパの文化に触れることができた。ヨーロッパでは博物館や教会などが多く、文化を学ぶ場所が充実していた。現地の学生と直接交流する機会はなかったが、この研修に参加したメンバーとは日本から様々な準備を一緒にしていたので仲良くなれた。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

多額の現金は持たないようにして、高額なものはクレジットカードやデビットカードで支払うようにした。ドイツのソーセージやスイスのチーズはとてもおいしかったし、また量が多いので満足だった。ドイツではビールがとてもおいしくて安かった。ただ、ヨーロッパに行ってから原因不明のじんましんがでて、友達にビタミン剤をもらったりした。食事や環境の変化が激しいので、かぜ薬などの他にもビタミン剤を持っていけばよかったと思った。

4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

財布やカバンから目を離さない、常に団体行動をするなど、気をつけていた。またパスポートを首から下げていた。これらをしているだけで、恐怖を感じることはほとんどなかった。しかし観光地や街中では物乞いの人が多くいたので、きっぱりとノーということが大事だと思う。

5. 科目全体をふり返って感じる事 & 留学を考えている学生へのメッセージ

行く前は言葉の面や治安のことで不安が多かったが、実際に行くと、現地の人はとても親切で、英語が堪能な人が多いので、ドイツ語やフランス語が話せなくても、コミュニケーションをとることはできた。治安も特に悪いと感じることはなかった。そのため研修を不安なくすることができた。

この研修では、日本ではほぼ見かけないことが多くあった。先述したようにヨーロッパでは物乞い人が多くいたし、フィールドワークで行ったストラスブールでは、銃を持った兵士がパトロールしていた。このように国際ニュースに出てくるようなことを実際に見ることは大きなインパクトがあった。

もし留学を少しでも考えている人には、ぜひそれを行動に移してほしい。食事や街の雰囲気など、いい面も悪い面も含めて感じる事ができ、どれも日本では体験できないことだと思う。それを自分自身で体験してほしいし、体験したことはこの先の大学生活や、社会人になっても必ず生きてくると思う。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
計	約 36～37 万円	

自由記述欄 * 現地のおすすめ情報やエピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

ヨーロッパの都市には、ほとんどの街に教会があった。どの教会もとても手の凝った作りをしていて、ステンドグラスはとてもきれいだった。特にジュネーヴにあるサンピエール大聖堂は外観も立派だったが、ステンドグラスは神々しいなとさえ思い、中世や近世の人がこれを見て、神様を敬虔に信じた理由がわからなくもないなとさえ思った。ぜひこの研修でヨーロッパに行くな
ら、様々な教会を見て回るのもおすすめだと思います。

短期研修報告書

記入 | 29年 5月1日
所属 & 学年 | 工学部 3年生

渡航先国	ドイツ、フランス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

欧州の建築物や都市に興味があり、自分の目で見てみたいと思ったので、この研修に応募した。事前授業では、ドイツ語や各国の文化などを学んだ。また、現地で行われる日本文化の日での発表に備えて、いくつかのテーマを挙げ、少人数のグループを作り、プレゼンボードの作成に取り組んだ。

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

ドイツに滞在中で座学の授業がある日は、半日が授業で半日は自由行動という形が多かった。座学の授業は、異文化交流、環境学、政治学など、その内容は多岐に渡った。また、研修と言っても座学の授業の時間数自体は少なく、様々な都市や施設を訪れ、現地のガイドさんに案内してもらい、といった課外学習が多い印象だった。課外学習では、博物館や高等法院などの見学から、CERN 見学もあり、あらゆる分野の施設を訪れたので、文系の生徒でも理系の生徒でも楽しめるようなプログラムだった。授業で現地の学生と交流する機会はほとんどなかったが、自分は日本文化の日に訪れていた現地の学生と多少話すことができた。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

フライブルクはホステルの設備はとてもよかったが、Wi-Fi が貧弱だった。朝食は近所のスーパーで買ったパンを食べることがほとんどで、夕食は大学の近くで外食をするか、そうでない日はスーパーで食材を買い、自分たちで調理した。ジュネーヴのホステルは、端的に言って酷かった。同じ部屋に9人で生活するので、生活リズムもバラバラだし、他人のことを気遣って行動しなければならないので、非常に気疲れした。また、共用のトイレとシャワールームが同じ空間にあるので、衛生管理がなされておらず、さらに部屋に入って10分経つとシャワーを浴びているにもかかわらず、自動的に部屋の電気が消える仕組みになっていたため、シャワーを浴びる際は、毎回不快感を覚えた。朝食はバイキング、夕食は外食であった。研修中は基本的に体調を崩すことはなかったが、毎日硬水を飲んでいただけ、時々腹を下すことがあった。物価はドイツもスイスもそれほど変わらない印象だった。

4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

外出中は常にパスポートを身につけ、一定時間ごとに貴重品がちゃんとあるかを確認した。また、一度だけ夜にガラの悪い集団に絡まれそうな時があり、身の危険を感じたので早足で立ち去った、ということがあった。

5. 科目全体をふり返って感じること & 留学を考えている学生へのメッセージ

欧州での生活は見るものすべてが新鮮で、毎日が刺激的だった。また、同じ研修メンバーと2週間ちょっとの共同生活をする中で、互いのことをよく知ることができ、仲が深まった。総じてこの研修は非常に楽しかったので、これから留学を考えていて、まだどの研修に参加するかを決めてない人には、ぜひ欧州における文化・海外研修をお勧めしたい。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	120000円	
海外旅行保険	15000円	
授業料（教材費含）	円	
滞在費（寮費など）	56000円	
食費	円	
交通費	45000円	
その他（小遣い、通信費など）	10000円	ポケットWi-Fi、土産など
計		40万円

自由記述欄 *現地のおすすめ情報やエピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓



フライブルク大聖堂から少し歩いた場所にある丘からの景色。フライブルクの街並みが一望できるのでオススメ。日中の景色も良いが、夕焼けもきれいだった。

短期研修報告書

記入 | 29年 4月
所属 & 学年 | 文学部 3年生

渡航先国	ドイツ、スイス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

今まで一度も海外に行ったことが無く、大学生のうち海外の文化に触れておきたかったのと、西洋史を専攻しているので実際にヨーロッパを訪問することで今後の研究のために何か得られるものがあるのではないかと思ったのが主な動機です。名古屋では日本文化（特に着物）に関する講義や発表準備などを行いました。ドイツ語の授業もありましたが、それとは別に買い物などで使えそうな定型表現などを自分で少し覚えていきました。

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

研修は基本的に午前と午後の区分でスケジュールリングされていて、それぞれにおいて、講義を受けたり博物館などの施設を訪問するなどしました。研修生は団体行動だったので互いの仲はすぐに深まったように思います。留学生のための、現地学生と交流できるプログラムがフライブルク大学側で用意されていたようですが、私たちの日程と合わず残念ながら参加することはできませんでした。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

研修中はずっとユースホステルに宿泊し、ドイツでは2, 3人部屋、スイスでは男女それぞれ全員で同じ部屋で生活しました。食生活は、レストランに行ったり、サンドイッチなどを買って安く済ませたり、スーパーで食材を買って簡単な料理をしたり、財布と相談しながら自由にやっていました。お金に関しては、レストランやお土産など大きな金額を払うところではクレジットカードが使えるので、大量の現金は必要ないと感じましたが、屋台など小さな買い物をするところでは現金払いをすることが多く、小額紙幣はある程度準備していくといいと思いました。

4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

ドイツもスイスも思っていたより治安が良く、特に危険を感じる場面やトラブルを目撃することはありませんでしたが、夜歩いていた時にやんちゃな若者に遠くから大声で呼びかけられることが一度だけありました。このときはそれ以上絡まれることもなかったので無視して立ち去って事なきを得ました。

5. 科目全体をふり返って感じること & 留学を考えている学生へのメッセージ

この研修では意欲ある学生に囲まれながら欧州の文化を学ぶという、普通の大学生活では得られない刺激を得ることができました。また月並みな表現ではありますが、海外の文化に肌で触れるという体験は確実に自分の視野を広げてくれると思います。とはいえそのためには他文化を学ぼうという意欲とある程度の語学能力は必要になると思いますが、留学を考えている学生でもそうでない学生でも、そうした意欲を持っているのであれば必ず実りある研修になると思うので、お金や時間の許す限りぜひ参加してほしいと感じました。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	13万円	
海外旅行保険	1.5万円	
授業料（教材費含）	1.5万円	
滞在費（寮費など）	5.5万円	
食費	11万円	現地で使ったクレジット・現金の合算
交通費	5.5万円	ケルンへのICE料金含
その他（小遣い、通信費など）	円	
計		38万円

以上

短期研修報告書

記入 | 29年 4月
所属 & 学年 | 法学部 3年生

渡航先国	ドイツ、フランス
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義（欧州における文化・海外研修）
留学した期間	2017年2月28日～3月16日

1. 名古屋での授業や渡航準備段階で学んだこと、注意すべき点

（応募のきっかけや動機、履修手続、名古屋での授業、語学対策など）

もともとヨーロッパの政治や社会に興味がありこの研修への参加を決めました。事前研修を通して改めて日本の文化や慣習について学べたのも貴重な経験でした。研修は英語で行われるものが大半でしたが、日常会話程度のドイツ語やフランス語を勉強しておくで現地でもより楽しく生活できるのではないかと思います。

2. 研修中に学んだこと（研修内容と時間数・形態、学生同士の交流など）

研修内容は座学（異文化交流、政治学、環境学など）からFW（環境都市学習、CERN 見学など）まで多岐にわたります。自分の専門分野についての知識が深まるだけでなく、普段全く関わりのない学問にも触れることができ非常に勉強になりました。

3. 生活（住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど）

トラブル（洗濯物の入った洗濯機のふたが開かず眠れない、シャワーが冷たい水しか出ないなど）も色々ありましたが、ホステルという環境の中で他の学生と協力して楽しく乗り切ることができました。ヨーロッパはごはんがおいしいしつい食べ過ぎてしまうので要注意です。

4. 危機管理（身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど）

スリなどの軽犯罪が多いと聞いていたので、とにかく貴重品を肌身離さず持つよう意識していました。そのため電車などでの移動中もなるべく寝ないようにみんなで気を付けあいました。特別危険を感じたことはありませんが、夜に間違えてホテルと別方向に向かうトラム（路面電車）に乗ったときはヒヤヒヤしました。

5. 科目全体をふり返って感じること & 留学を考えている学生へのメッセージ

自由度が高く、自分の学びたいことを追究できる研修でした。事前準備は少し大変な面もありますが、頑張った分だけ研修がより充実したものになると思います。語学や自分の専門分野の勉強に対するモチベーションが上がっただけでなく、自分の進路について考える良いきっかけとなりました。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃 & ビザ申請料	約 140,000 円	
海外旅行保険		
授業料（教材費含）	約 10,000 円	何回か金額の変更があったので正確には不明です。
滞在費（寮費など）	約 60,000 円	

食費	約 30,000 円	
交通費	約 30,000 円	
その他（小遣い、通信費など）	約 30,000 円	
計	約 30 万円	

自由記述欄 *現地のおすすめ情報やエピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

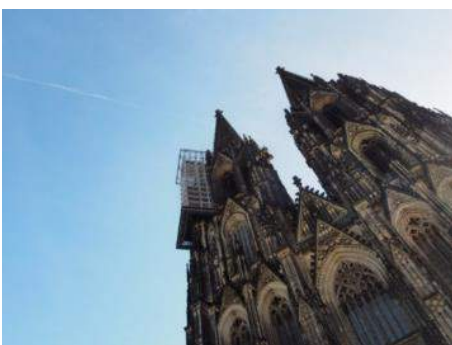
↓↓↓



(左) フライブルク大聖堂 (右) 大聖堂近くの広場



(左) ベルンの旧市街 (右) ジュネーブの博物館



(左) ケルン大聖堂 (右) 朝は友人とカフェ巡り