

電気通信大学交換留学報告書

氏名：菅 翔平

所属(留学開始時)	Ⅲ類機械システム 学科・専攻 学年： 学部 ・修士・博士 4年
留学先大学	ブレーメン大学(国名：ドイツ)
所属学部・学科等	Ⅲ類 機械システムプログラム
留学期間	2023年 9月 21日 ～ 2024年 07月 31日

1. 留学の動機、この大学を選んだ理由など

高校時代に渡米した際に、自身の英語力の低さを痛感するとともに、外国語を用いてコミュニケーションを取ることの面白さに気付いたため。また、実際に現地で生活することにより、座学では学ぶことのできない新たな発見を実際に感じてみたいと思ったから。ブレーメン大学を選んだ理由としては主に二つある。第一にドイツ人の英語力の高さにある。実際にドイツ人はヨーロッパの人々の中でも非常に英語力が高く生活に困らなかつた。次に生活面での利便性である。他の協定校と比較してバス・電車等の公共交通機関が発達しており、また定期券が配布されることから首都圏で生活している私にとって、あまり不自由な生活ができると思ったから。

2. 留学前の英語等外国語学習の方法、語学試験の受験状況など

元々英語が好きで YouTube や映画を英語で見っていたため、特出した勉強はしなかつた。交換留学募集直前の IELTS を慌てて受けて O.A.6.0(R:6.5 L:6.0 W:6.0 S:6.0)であった。また大学二年の時に受けた TOEIC は 800 点であった。

3. 渡航について

ビザについて	ビザの種類：学生ビザ(滞在許可) 申請先：BSU(Bremen Service Universität)
	申請時期、申請方法、提出書類、アドバイス等： 申請するには「住民登録(Anmeldung)」が必要でそれが無いとビザが獲得できない。この Anmeldung の予約が非常に大変で、これを入国後すぐに行えるか否かでビザがどれだけ早く手に入るかがかかっている。私は入国後すぐに手続きができ、合計 2 か月ほどでビザが手に入ったが、これほど早く手にした人を周りでは聞かなかつた。
	申請から取得までに要した日数： 60 日程度
出国年月日	2023年 9月 20日
往路経路(空路)	HND-IST-BRE (Operated by Turkish Airlines)
現地での出迎え	<input type="checkbox"/> 有(具体的に：) <input checked="" type="checkbox"/> 無(具体的に：)
現地でのオリエンテーション実施状況・内容	現地では約 3 週間のオリエンテーションがあり、そこで現地の友達ができ、またオリエンテーション期間中には様々なアクティビティが開催されており、暇を持て余すことが無かつた。

4. 費用について

差支えない範囲でおおよその費用を教えてください。

内 容	金 額	内 容	金 額
航空券代／往復	300,000 円	教科書代等	2,000 円
保険代	100,000 円	食費	30,000 円／月
ビザ代	16,000 円	住居費	50,000 円／月
予防接種代	円	その他	円

5. 授業等について

学期の期間	10 月	16 日～	2 月	2 日
	4 月	2 日～	7 月	5 日
	月	日～	月	日
	月	日～	月	日

履修した科目、科目コード、時間数、形態、授業の内容、履修方法など

Einführung in Python

Introduction to R data analysis and visualization for geography and geosciences

Urban Ecology in European cities / Urbane Ökologien in europäischen Städten

Intensive German Course for New Exchange Students

Energy Systems of the Future

Introduction to Sociology in English

Urban History and Geography of Bremen and Northern Germany

Introduction to English Linguistics 1

学習面で困ったこと、解決方法など

授業後に資料を配布する授業に関しては授業中に理解するのが難しかった。常に教授に質問して気に入ってもらうことで、いつでも質問できる雰囲気を作った。すると教授も授業中に気にかけてくれるようになり、授業での学びがより深まった。

留学先の学生との交流について（現地でどのように交流を深めましたか？）

基本的にオリエンテーションで留学生と知り合った。また私は WG というシェアハウスに住んでいたため、自然といろいろな国からの学生と出会う機会があった。

大学の施設・サービスについて（インターネット環境、図書館、スポーツ施設など）

Wi-Fi はもちろん完備、図書室も無料で使用できる。しかし閉館時間が少し早いので注意。スポーツも 1 セメスターあたり 20€ 前後払うことでクラブ活動ができる。

6. 住居について

住居の種類	<input type="checkbox"/> キャンパス内の寮 <input checked="" type="checkbox"/> キャンパス外の寮 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> その他（具体的に
住居の形態	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋（ 人） 個室の設備：机、椅子、カラーボックス、洗面台、クローゼット 共有設備：キッチン、トイレ、シャワー インターネット環境：有
住居からの通学方法・時間	徒歩 40 分弱。もしくは 28 番バスで 10 分
大学からの住居紹介	<input type="checkbox"/> あり（時期、方法： ） <input checked="" type="checkbox"/> なし（住居探しの方法：WG-Gesucht）
住居全般に関するアドバイス	ブレイメンの家探しは相当難しいので、数を重ねるのみです。ファイト！！

7. 健康管理、周辺の治安など

留学先での健康管理、衛生面等について注意すべきこと

冬は日照時間が少なく、また天気もどんよりしているのでビタミン不足で肌荒れがひどかった。衛生面は日本と特に変わらなかったが、同居するルームメイトの衛生管理は我々が持ち合わせているものとは違う可能性が高く、そこを妥協するのに時間がかかった。

現地での医療事情

通院していないため分からない。

留学中の通院・入院の有無、医療費などについて差支えない範囲で教えてください

通院していないため分からない。

留学にあたり、予防接種を受けましたか？

はい（種類・回数・時期： ） いいえ

大学周辺の治安や雰囲気

大学周辺は治安が良く、住むには快適な場所である。ホームレスの人も少なく、また大学周辺にバーが少ないためがやがやしていない。中央駅より南側は夜でも活気あふれていて、治安も悪いように見受けられる。

その他、生活等に関して参考となる事項

日曜日は全部のスーパーが閉まってしまうため、買い物は土曜日までに済ませなければならない。賞味期限が近いものだけに限るが、週末が近くなると肉製品が 30%オフで売られることが多い。

8. 留学を終えての感想、自分の変化、反省点など

留学を終えて、自分自身が大きく変わったことに気づく。この経験は、単なる学業や語学の向上にとどまらず、人生そのものに対する考え方や価値観にまで深い影響を与えた。まず、文化の違いに直面することで、私の視野は大きく広がった。日本では当たり前だと思っていたことが、異なる文化圏ではまったく異なる価値観やルールに基づいていることを学んだ。例えば、コミュニケーションのスタイルや人間関係の築き方が国によって異なることを実感し、そうした違いを受け入れ、柔軟に対応する力が身についた。これにより、他者の意見や背景を理解し、共感する力が強化されたと感じている。言語面でも、多くの成長を感じた。最初は言葉の壁に悩まされ、意思疎通がうまくいかないことにフラストレーションを感じることもあったが、日々の努力を重ねるうちに、少しずつ慣れ、自信を持って話せるようになった。特に、日常生活での小さな成功体験が積み重なることで、自分の成長を実感し、モチベーションを高めることができた。異なる言語でのコミュニケーションは、自分の考えを整理し、簡潔に伝えるスキルを鍛える良い機会となった。しかし同時に、反省すべき点もある。現地の人々との交流をもっと積極的に深めるべきだったと感じている。最初のうちは、言語や文化の違いに対する不安から、遠慮がちになってしまい、自分から積極的に関わることができなかった。結果的に、貴重な交流の機会を逃してしまったことが悔やまれる。また、異文化に触れることで自分自身のアイデンティティについて考えさせられることも多々あった。日本で育った価値観や習慣が、どれほど自分の中に根付いているかを改めて認識する一方で、異なる文化との出会いを通じて、自分の中に新たな価値観や考え方が芽生えたことも確かである。このように、自分のアイデンティティを再構築する過程は、時に戸惑いや葛藤を伴うものではしたが、最終的には自分をより深く理解し、受け入れることができたと感じている。

9. 留学を考えている学生へのメッセージ

留学を考えている皆さんへ、ぜひその一步を踏み出してみてください。留学は、学問だけでなく、自分自身を大きく成長させる絶好の機会です。また同時に、自身の将来について見つめなおす良い契機であると思います。異なる文化や価値観に触れることで、自分の視野が広がり、柔軟な考え方や対応力が身につきます。最初は言語や環境の違いに戸惑うこともあるかもしれませんが、それらを乗り越えることで、自信や新しいスキルを得ることができます。新しい環境での挑戦は、あなたをより強くし、将来の可能性を広げてくれます。迷わずに、自分の成長を信じて留学に挑戦してください。そこで得た経験は、必ずあなたの未来に大きな力となるはずです。

写真 数枚程度 (注: ファイル容量が 10M 以上になると電通大メールでは扱えません)



