

最終報告書

国際交流センター長殿

2025年 1月 28日

学部	国際教養学部	学科	国際観光学科
留学プログラム	交換・認定留学	派遣年度	2024 年度
派遣国・地域	中国	留学先	四川大学

留 学 期 間	2024 年 8 月 29 日 ～ 2025 年 1 月 11 日
---------	-----------------------------------

留学プログラムが終了しましたので、以下のとおり報告いたします。

記

[illegible]

今回の留学によって得られたと感じる「学び」や「成長」、そして、「成果」について書いてください。

今回の留学で最も強く学んだことは、「成果を得るためにはその過程が何よりも重要である」ということだ。

また、自らチャンスをつかみ、可能性を広げていくことの大切さも実感した。新しいことや、たとえどんなものか想像できないものとしても積極的に挑戦することで、新しい考えや感情を得られると感じている。

また、友人と交流していく過程で異文化を理解し、それに対して自分がどうすると相手を尊重しながらも、自分ができる工夫があるのかを探す過程で学ぶことが多かった。

そして、言語の面では最初は方言が強く速度も速ため聞き取ることに苦戦をしたが、授業に慣れていく段階で耳も慣れてき、毎日継続して練習をする重要さも改めて感じた。

また、海外の友達との交流を通じて、自分が求めている「本当の幸せとは何か」「どのような人生を送りたいのか」ということについて、改めて真剣に向き合う時間を持つことができた。

なぜなら留学前に自分が考えていた「幸せ」と海外の友人を見ながら、みえてくる「幸せ」の感じ方が違うということに気づいたからである。異なるバックグラウンドを持つ友人たちが、同じ時間を過ごしていても、経験していることが異なっているのを目の当たりにし、それぞれの視点で日々を生きている姿を見ることで、私自身も新たな刺激を受け、自分を見つめ直す良い機会となった。

世界中の人たちが今をどう生きているのかに興味を持ち続けることは、自分の視野を広げる上で非常に意義深いと感じている。私は比較的自分が決めたものに対して真っ直ぐに進んでしまう傾向がある。それは時には良いが、多角な考え方を手に入れられないというデメリットがあった。そのため、留学中は出来るだけ、いい意味で無計画で過ごすようにした。

その結果、計画的に忙しい日々を過ごすことで得られる成果がある一方で、心に余裕を持ち、ゆったりした時間を過ごすことで、新しい挑戦への意欲や考えが生まれるというバランスの大切さを学んだ。

つまり、ただ努力を重ねるだけではなく、休息を取り入れることで得られる成長もあることを学んだ。

今後の目標について書いてください。

まずは、HSK5級、もしくは6級を取得することを今後の目標としている。

そして、インバウンドの留学生との交流に積極的に参加し、自身の中国語力を向上させたいと考えている。

また、留学で得た経験を活かされるよう初心を忘れずに日々を過ごしていきたいということ、そして、関西国際空港ボランティアでも自身の語学を活かされる良い機会であるため、積極的に参加することを目標としたい。

履修・教務、学修面について

(例) 以下のことを参考に記入してください。

- どのように学修に取り組みんだか。どのような学修が効果的だったか。
- 特に有益だった受講科目について。

学習面では、授業後に毎日友達と学校内のカフェもしくは学校外のカフェに行き、復習と予習をした。大体授業が12時に終わるため、13時から19:30ほどまで勉強をした。予習をすることで授業中に得られる情報の幅が増えると考え、さらには、重要な点を見逃さないためにも予習は大切だと考える。予期なく小テストをすることがあるため、その際に復習したことがとても役に立った。

私のクラスでは小テスト後に上位1名が名前を発表されるのだが、その際に名前を呼んでもらうことができ、それがとても自信に繋がった。

また、総合のクラスは私にとってとても有益なクラスであった。教科書の内容だけではなく先生が中国の文化についても話してくださるため、とても興味深く授業以上のものを得られるクラスだった。

生活面について

(例) 以下のことを参考に記入してください。

- 授業以外の時間は、どのように過ごしましたか。(休日・余暇の過ごし方)

休日は勉強以外では、友人と街に出てショッピングやカフェ巡り、有名な公園に行って紅茶を飲んだりと日本で過ごす休日と変わらない日を過ごすことができた。

美味しくておしゃれなカフェやお店が多いのでやることが無いというのはない。マッサージなども90分2000円ほどで出来る。中国式のマッサージを受けたのも、とても良い経験となった。公共交通機関がとても安いので思い立ったらすぐに行動し、友人といろんなところに出かけ、交流を広げていった。

費用概算

この留学にかかった留学費用総額		約	64.1万	円	
内訳	渡航・帰国費用（航空券）	約	10万	円	
	海外旅行傷害保険	約	6万	円	
	査証（ビザ）取得費用	約	8000	円	
	日用品	約	8.5万	円	1.7万×5ヶ月
	食費	約	20.5万	円	4.1万×5ヶ月
	寮費	約	18万	円	3.6万×5ヶ月
	水・光熱費	約	0	円	ヶ月
	現地携帯電話	約	2000	円	1回
	インターネット	約	0	円	ヶ月
	利用方法 学内で利用・寮で利用・自分の携帯で利用 など				
	（複数回答可。○をつけること。）				
	その他（用途：旅行代）	約		円	ヶ月
	その他（用途：教科書）	約	1000	円	ヶ月
	（医療費、教科書代などあれば）				

滞在中の費用について

食費は学校外のローカルな場所に行くと450円程度で食べることができるが、イタリアンやチェーン店となると値段が飛び跳ねて、1500～3000円くらいとなる。

宅配サービスを利用してサラダを注文しても500円程度かかる。

学期の終盤はイタリアンの外食が多かったため、食費がかかった。

また、日用品が少し高くなっているのは、衣類が主な要因となっている。私が服をあまり持っていかず、ほとんどのものを中国で買う予定でいったため、日用品の金額が大きくなっている。服を持っていくと日用品にかかる値段は1ヶ月5千円程度で収まると考える。（ゴミ袋、トイレトーパー、掃除道具、マグカップなど）

また、毎月ウォーターサーバーの水を注文していた（寮の受付でお願いできます）のと、冷房と暖房のつけすぎで、充電しないといけなかったため、その出費があった。一回の充電で4000円程度。ルームメイトとつけすぎについて、しっかりと話し合う必要があった。

出発前の準備と現地到着後の流れ（どの様に準備をしましたか。）

出発前は飛行機や到着後に宿泊するホテルの予約表の印刷や、ロストラゲージになった場合用に備えてパスポートの写真を複数枚コピーし、自分の身から離れるすべての荷物に入れ、留学先でできた友達にあげる日本からのお土産をいくつか準備をしておいた。語学の面では、継続的に勉強をし、到着後は空港内ホテルに宿泊した。翌日にタクシーで大学に向かった。

大学に到着後は留学生の寮に行き手続きをした。その後に電話番号をつくり、その翌日に口座を開いた。また、電話番号を作成する際に中国電信(ギガ)も一緒に買うことが求められるため日本円で2000円ほどのものを購入した。携帯ショップの方がすべて知っているため言わなくても、全部頼むことができた。

留学中、大変だと感じたことは何ですか。その時にどう対応しましたか。（どう対応すればいいと思いますか）

留学中大変だったことは、「話し合いが必要な場合では、自分の意見を伝えるように話さなければならぬ」ということだった。

これらのことは、友人と話している際に感じる事が多く、英語や中国語になると5w1hの何かを抜けることがあったことが原因だと思われる。

また、中国の方の喋る速度に慣れるまで時間がかかり大変だった。しかし、毎日過ごしていると、耳も慣れてき、授業でもすべて中国語で行われるため、まだまだではあるが、最終的には聞き取れるようになってきた。

そして、時間のとらえ方も違ったため、決められた時間からかなり待たされる時間が長くなったこともあり大変だったが、工夫をし、自分の考え方も変えることで事がスムーズに進めることができたと考える。

自由記入欄（次年度以降の後輩へ向けてのメッセージなど）

留学で不安やわからないことが多いと思うが、決められた期間でどれだけ成長するかは自分の行動次第だと考える。楽しく過ごしても泣いて過ごしたとしても、時間はずっと過ぎていくため、同じ時間を過ごすのであれば、どちらの方を選択して過ごしていきたいのか徐々に分かってくると考える。そのため、「自分の全盛期」を作る気持ちで何事にも積極的に参加し、体験してほしい。

また、留学で「何を自分が得たいのか」を定期的に振り返って、初心を忘れずに有意義な時間を過ごしてほしいと思う。