

協定校留学【終了】報告書

※現地の様子や大学の風景、ご友人との写真を添付して頂けると大変参考になります。ご協力ください。
 ※帰国後2週間以内に提出(送信)してください。
 ※津田塾大学海外留学(派遣・受入)奨学金受給者はこの報告書をもって奨学金受給者報告書とします。

留学先大学	ハインリッヒハイネ大学デュッセルドルフ	氏名	
国名	ドイツ	学籍番号	
留学期間	2025年 4月 ~ 2026年 2月	記入年月日	2026年 3月 17日

1	履修したすべての科目についてお書きください			
	主な専攻分野: Germanistik			
	科目名	Deutsche Lektüre A2	科目名	Grammatik Auffrischungs- und Wiederholungskurs - A2, B1
	授業内容	ドイツ語の本を読み進める	授業内容	文法を学び問題を解く
	授業形式	対面	授業形式	対面
	単位数	2	単位数	2
	サイズ	7人程度	サイズ	20人程度
	難易度 Course No.		難易度 Course No.	
	宿題の量	なし	宿題の量	なし
	コメント		コメント	
	科目名	Intensivkurs 2 (Kursniveau A2)	科目名	Aktiv (zu)hören, frei sprechen B1 - B2
	授業内容	A2の文法を中心に学ぶ	授業内容	ディスカッションやリスニングを中心に扱う。
	授業形式	対面	授業形式	対面
	単位数	10	単位数	2
	サイズ	15人	サイズ	10人
	難易度 Course No.		難易度 Course No.	
	宿題の量	少ない	宿題の量	少ない
	コメント		コメント	

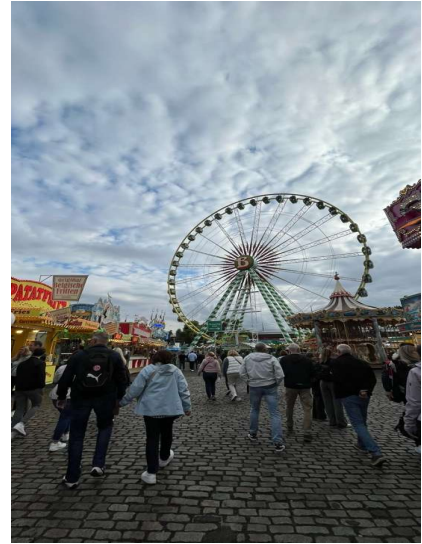
科目名	.Konversationskurs B1	科目名	Alltagssprache und Landeskunde A2+, B1, B2
授業内容	毎週異なるテーマについて担当者がプレゼンしそのテーマに沿ってグループで話す	授業内容	毎週異なるテーマに関する記事を読みグループワークをする
授業形式	対面	授業形式	対面
単位数	2	単位数	2
サイズ	7人	サイズ	25人
難易度 Course No.		難易度 Course No.	
宿題の量	なし	宿題の量	なし
コメント		コメント	口語表現やスラングのようなものも扱われたためとてもためになった。
科目名	Einführung in die japanische Gesellschaft	科目名	Sprechtraining B1
授業内容	日本の社会についてドイツと比較しながら学ぶ	授業内容	毎週異なるテーマについて数人のグループで話す。
授業形式	対面、講義	授業形式	対面
単位数		単位数	2
サイズ	60人	サイズ	20人
難易度 Course No.		難易度 Course No.	
宿題の量	なし	宿題の量	なし
コメント		コメント	
科目名		科目名	
授業内容		授業内容	
授業形式		授業形式	
単位数		単位数	
サイズ		サイズ	
難易度 Course No.		難易度 Course No.	
宿題の量		宿題の量	
コメント		コメント	

6	医療保険についてお書きください	
	渡航前に加入した保険	
	AIG、TK	
	留学先大学にあった医療保険制度	
	AOK(TKIに入っていたので未加入)	
6	留学中に受けた診察(もし差し支えなければ記入してください)	
	なし	
7	費用について教えてください(実際にかかった費用のみ記入してください)	
	(現地通貨)	
	渡航旅費	100,000 円
	帰国旅費	160,000 円
	引越し(往復で)	円
	保険	140 × 11(TK) 280,000(AIG) 円
	語学研修費	円
	留学先学費	350 × 2 円
	本学学費	200,000 円
	教材費	100 円
	住居費	380 × 11 円
	食費	110 × 11(外食含) 円
	その他(交際費)	40 × 11 円
	(娯楽費)	3,000 円
	()	円
合計	11,170 740,000 円	
換算率 (1ユーロ = 183 円)		
受給した奨学金(留学用、給付)があれば記入してください		
JASSO留学給付奨学金:11万円×10ヶ月		
津田塾大学卒業生による留学給付奨学金100万円		
8	留学前の準備について教えてください	
	日本から持参すべきもの	
海外生活必需品(変換器など)のほか、排水溝のネット、薬一般、使い慣れた文房具等の予備。 基本は現地でも手に入るなので、そこまで心配する必要はない。私自身体調を崩すこともなかったので、アレルギー用の目薬以外は、薬も不要だった。体調を崩しやすい人は持ってくるといい。		
留学前にしておけばよかったこと		
事前に先輩方の報告書を読んでいたので特にない。友人からは、自炊や掃除などといった生活に必要な最低限の能力をつけておけばよかったとよく聞く。幸い私は東京で一人暮らしをしていたこともあり困ることはなかった。逆に留学前にしてよかったことはいくつかある。留学用の貯金、ドイツ語やドイツに関する勉強、毎週開催される外国語チャットルームへの参加など。		

9	<p>適応しにくかったこと(学習面・生活面)があれば、記入してください</p> <p>全くなかった。確かに、電車の遅延や衛生など、日本とドイツで異なることはたくさんあるが、すでに知っていたため困ることはなかった。</p>
10	<p>留学の成果(学習面・精神面)を教えてください</p> <p>まず、留学中はたくさんの人と関わるためにとにかく自分から話しかけた。その結果、Mojaの学生はもちろん、ドイツ語の授業が同じ他国から来た学生とも仲良くなることができた。その努力もあり、ドイツ語を話す機会が増えたため、学習面での一番の成果として、スピーキング能力の向上が挙げられる。Mojaの学生からは特に口語表現や若者言葉などといったドイツ語を学ぶことが多かった。私自身以前からそういった日常的なドイツ語に興味があったため、聞いたらメモしてすぐに使って身につけるようにした。</p> <p>1年間を通して、性格を大きく変えることができたと思う。もともと人と関わるのが苦手なタイプだったが、ドイツ語向上のために自分から他の人に話しかけるようにした。今では、いろんなことに挑戦したり人との関わりを大切にすることの性格の自分がとても心地よい。また、いろんな国出身の友人ができたことで、海外での出来事に対する興味も以前より高まった。</p>
11	<p>今後の学習計画および進路について(就職活動)教えてください</p> <p>ドイツ語やドイツに関する学習を続ける。新しくできた友人の影響で他の言語への学習意欲も高まった。</p> <p>将来ドイツに住むことが目標であるため、ワーホリやFree Moverなどの形で卒業後すぐに戻って来たいと思っているが、現実的に考えると、まずは日本、おそらく東京で就活をしなければならないだろう。留学中は留学に集中したいという気持ちから一切就活をしていないため現在とても不安はあるがやるしかない。</p>
12	<p>留学を目指す後輩へのメッセージをお願いします</p> <p>大学入学前からドイツ留学を目指してきた私にとって、この1年間は非常に濃密でかけがえのない日々でした。一度も留学を後悔したことはなく、本当に毎日新しいことを学び、日本ではできない経験もたくさんできました。ぜひこれを読んでいる皆さんにも留学をしてほしいと思います。</p> <p>同時に、私がこれほど充実した日々を送ることができたのは、日本にいる時から留学を常に先に見据え勉強し行動し、その上で家族や多くの人々に支えてもらえたからだだと思います。充実した留学生活を望むのなら、それ相応の努力が必要だと考えます。</p> <p>心から皆さんのことを応援してます！！</p>
13	<p>その他、ご自由に意見を書き込んでください</p> <p>何か留学等に関して質問などがある方はお気軽にご連絡ください。どんな些細なことでもぜひどうぞ！！</p>



↑メンザ前の寮



→ラインキルメス



←友人のホストファミリーとBBQ



←メンザ

↓ライン川沿い



↓アイスホッケー観戦



↑友人とアイススケート



↑友人とクリスマスマーケット



↑クリスマスマーケット

↓今季は珍しく雪が積もった



↓友人と新年会



↑カーニバルのUmzugに参加



↑友人のAbschiedsparty



↑↓お店で自分のAbschiedsparty



↑友人とホカンス



↑↓自分のAbschiedsparty (ピクニック)



↓ホームパーティー



↓ライン川沿い



↓最終日見送りに来てくれた友人たち

