

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(3ヶ月以上1年未満用)

The University of Tokyo Study Abroad/Student Exchange Program Report Form (for programs from one semester to a year)

記入日/Date: 2024年6月11日

- 参加プログラム/Program: 工学系交換留学
- 派遣先大学/Host university: ミュンヘン工科大学
- 留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2023/4/1 ~ 2023/9/30
- 東京大学での所属学部・研究科等/Faculty/Graduate School at UTokyo: 工学系研究科建築学専攻
- 学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 修士2年

■留学を決めるまでの経緯/How and why did you decide to study abroad?:

幼少期にアメリカに住んでいた経験があり、もともと海外志向ではあったが、大学の授業や家庭の事情で日本を離れる機会もう一度あり、その際に留学したい気持ちがより強くなった。研究室の担当教員に、「どこでもいいからとりにあえず行ってきなさい」と言ってもらえたことが決め手であった。僕自身は卒業時期にあまりこだわりがなかったので、そこで留学を決断した。

留学の時期について/About the timing of the study abroad period

■留学前の本学での修学状況/Academic status BEFORE the program:

2022年/Academic year / 学部・修士 1年/University year / A2学期まで履修/Completed semester

■留学中の学籍/Academic Status during the studying abroad/program:

留学

■留学後の本学での修学状況/Academic status ON RETURN:

2024年/Academic year / 学部・修士 2年/University year / S1学期から履修開始/Semester

■留学にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to study abroad:

僕が申請を出すタイミングで可能であったのがこの時期だったから。

学習・研究について/About study and research

■留学先で履修した授業科目と単位数の詳細/Subjects taken and credits earned:

設計デザインスタジオ(15+3 ECTS)

セミナー科目一つ(3 ECTS)

ドイツ語(3 ECTS)

■留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad:

留学中は基本的に設計デザインスタジオに注力していた。自分が履修していたスタジオは TUM の中でも比較的忙しい方のもので、一日中スタジオにいることが求められる日が週に2日あった。また、ドイツ語も周囲の交換留学生在があまり力を入れていない中で、勉強する選択をした。学んだドイツ語は現地の人と仲良くなるのに活きた上、日常生活での不自由もそれによって多少軽減されたように思う。さらに、留学期間終了後に行ったミュンヘン市内の設計事務所でのインターンにおいて、同僚が話している内容をピックアップするのに役立った。言語の習得は長期で住む計画がなければあまり意味がないように思われるかもしれないが、現地の人との距離が少しでも近くなることで、その国の文化を知る手助けになるように思う。

<p>■ 留学先での 1 学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits earned per semester :</p>
<p>3 科目/Subjects / 24 単位/credits</p>
<p>■ 1 週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week :</p>
<p>30 時間/hours</p>
<p>■ 学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research :</p>
<p>旅行、市内の散歩</p>
<p>■ 学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research :</p>
<p>セメスター中はスタジオが忙しく、ほかのことに割く時間がなかなか取れなかったが、夏休みには積極的に旅行に出た。様々な国の、様々な建築を見ることができたのは非常にいい経験になった。一つ注意点は、ミュンヘンは人口が多く、区役所が正常に機能していないことから、学生でも滞在許可(ビザ)を取得するのに相当時間がかかるということで、多くの学生は半年の留学期間の最後の方まで手に入れられないという状況であった。ドイツに着いたらすぐに滞在許可の申請をすることをお勧めする。</p> <p>また、半年の留学期間の終了後、市内の設計事務所でインターンをさせていただいた。実務を経験することを通して、ドイツの建築のより深い部分を見ることができた気がする。こちら、ビザの取得に手こずったので、もしインターンを希望される方は早いうちから申請を開始することをお勧めする。</p> <p>取り組まなかったことは、日本人との交流である。特に留学の前半は、なるべく日本人のコミュニティに近づかないようにしていた。異国の中で、母国の同志と会うのは心強いし安心できるが、それがゆえに留学中の様々な困難に向き合うことも、難しくなるような気がしたからである。僕としては、それはいい選択であったように思う。</p>
<p>■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :</p>
<p>旅行、留学中にできた外国人の友達と遊ぶなど</p>

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

<p>■ 設備/Facilities :</p>
<p>大きい工房がある</p>
<p>■ サポート体制/Support for students :</p>
<p>現地の学生が色々教えてくれるバディー制度がある</p>

プログラム期間中の生活について/About life during the program

<p>■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :</p>
<p>学生寮</p>
<p>■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :</p>
<p>留学の申請時に留学先から提示された。</p>
<p>■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climature, environment around the institution, transportation, food, etc. :</p>
<p>夏は暑くなるが、乾燥しているので基本的に気持ちいい。ところどころに芝生があり、みんなよく屋外に座ってゆっくりしている。ミュンヘンは地下鉄を含め公共交通機関が充実しており、それらを駆使して通学していた。Deutschland ticket という、ドイツ国内電車乗り放題のチケットがあるので、それを購入するとよいと思う。学割もある。</p>

■お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

留学中は基本的に閉鎖口座から毎月振り込まれる分で生活していた。基本的には電子決済ができるが、現金が必要になる場面も少なくはない。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

ミュンヘンは治安が非常にいいのであまり心配する必要はない。日本でやらないことをやらないのは重要であるように思う。

留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad

■留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :

オンラインのホームページから行った。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

シェンゲン協定により、入国後 90 日間はビザなしで滞在することができる。その間に現地の市役所やオンラインで申請する。

■医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :

健康保険への加入が義務なので注意。日本から体に合う薬を持っていくのもいいと思う。

■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

保険会社を選び申請する。僕は AOK という会社と契約していた。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :

工学部 8 号館の窓口で必要事項をすべて教えていただき、それに従いすべて実行した。

■語学関係の準備/Language preparation :

Duolingo というアプリでドイツ語の勉強をしていた。英語も不安であれば強化してから行くといと思う。僕は研究室に英語を話せる外国人の方がいたので、留学前はその方と話すようにしていた。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■参加するために要した費用/Expenses of participation :

航空費/Airfare	200,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	20,000 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	0 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	55,000 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	110,000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

■留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :

家賃/Rent	57,000 円/JPY
食費/Food	30,000 円/JPY

交通費/Transportation	7,500 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	10,000 円/JPY
■その他、補足等/Additional comments :	

■留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :
有
■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :
DAAD
■受給金額(月額)/Monthly stipend :
500€(3か月のみ)
■受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :
■奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :
留学手続きをお手伝いしてくれた東大職員の方が教えていただきました。

今後の予定について/About your future plans

■留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定のもの)/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo :
なし
■留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
25 単位/credit(s)
■留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo :
0 単位/credit(s)
■これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :
8 単位/credit(s)
■卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm) :
2025 年 3 月 (2025 / 3)

留学を振り返って/Reflection

■留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :
<p>僕は幼いころにアメリカに住まわせていただく機会があったため、海外に住むことには慣れているつもりだった。それでも実際にドイツを含むヨーロッパに行ってみると知らないことばかりで、新しい価値観にいくつも出会えた。渡航前は西洋≡アメリカのようなイメージを持っていたことに気づかされ、驚いた。日本人にとって、アメリカを相対化できることは重要なことのように思う。また、多くの素晴らしい友人に出会えた。アメリカから日本への帰国後、どこか周囲になじみ切れない感覚が常にあった。どこか、自分だけ異なっているような感覚。自分自身が大人になってから外国に出てみて、住んでみて、はじめてその理由を言葉にすることができた。僕の居場所は国と国の間にあっただのかもしれない。留学先でできた友達は、皆、幼少期に母国から離れた経験を持つものばかりであった。自分と同じ感覚を持つ人間が世界中にいる、というこ</p>

とを知れたのは、自分にとってものすごく価値ある発見であったように思う。

そして何より、そんな素晴らしい他文化との交流や、留学中に対面する様々な困難を乗り越えていくことを通して、新しい自分にたくさん出会えた。自信をもって、自分は強くなった、と言える。留学前に自分にまわりついてきた殻が何層か剥がれ落ち、素形に近い自分のままで、社会と対峙できるようになった気がする。それはこれからも取り組んでいきたい課題ではあるが、何より、成長することが楽しいと、明確に思えるようになったことは非常に大きい。

そして最後に、専攻科目である建築についても、多くの知見を得ることができた。国外の学問的レベルがどの程度のものなのか、肌で感じることはできたのは今後の自分にとって重要な経験であった。

もし留学に迷っている人がいるとしたら、僕からいえることはただ一つ、とりあえず行って見た方がいい、ということである。自分の専門領域に対する興味からでなくとも、とにかく自分の慣れ親しんだ環境を離れ、相対化することの価値は、計り知れない。大抵のことは何とかなる、ということを中心に理解することを学べたことは、僕にとって最大の収穫であった。

■ 今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :

とにかく焦る必要はない、と思えるようになった。日本含むアジア圏とは異なり、ヨーロッパでは就活の時期が明確に定まっているわけではない。生徒各人が、それぞれのペースで、自分に合った働き方を選んでいく。人生とはそもそも、そういうものであると思えるようになった。

■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :

国際的な視点があることは日本企業にとって大きなプラスであると思う。

■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :

なし

■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :

個人建築事務所

■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :

小難しいことを言ってしまいましたが、とにかく楽しんでください！

■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :

--