

工学部・工学系研究科 交換留学プログラム報告書

School/Faculty of Engineering Student Exchange Program Report Form

記入日/Date: 2025/03/25

- 参加プログラム/Program: 工学系交換留学
- 派遣先大学/Host university: バレンシア工科大学
- 留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2024 / 8 /26 ~ 2025 / 1 /31
- 東京大学での所属学科・専攻等/Department at UTokyo: 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?:

大学1年生から TLP でスペイン語を学び、2年生でメキシコ研修に参加予定だったが、コロナの影響で中止となった。その後、学部・大学院と進学する中でスペイン語の勉強を個人的に続けて、学生生活が終わる前にスペイン語圏で語学を学びたいと考えようになった。また、イスラム建築にも関心があったことから、スペイン留学を決意した。留学先としては、マドリード工科大学よりもスペイン語での授業参加要件が比較的易しいバレンシアを選んだ。

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:

2024 年/Academic year / 修士 2 年/University year / S 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:

2025 年/Academic year / 修士 2 年/University year / A 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:

本来は 2023 年、修士 1 年の夏から 1 年間留学するのが理想だったが、語学などの準備が間に合わなかった。そのため 1 年遅れて、現地の学事歴に合わせて 2024 年 9 月からの開始とした。また、1 年間の留学では日本での就職活動が難しくなるため、2 月に帰国することにした。

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:

- Valencian Historical Architecture (4.50 単位)
- Ceramics, Innovation and Architecture (4.50 単位)
- Spanish IV General (A) B2 (4.50 単位)
- History of Art (4.50 単位)
- Projects 3 (7.50 単位)
- Architectural Conservation (4.50 単位)
- Intensive Spanish Language Course (4.00 単位)

Projects 3 は設計製図の授業。Projects 3 以外の授業は全てスペイン語で受講した。上から 3 つ目と最後の 7 つ目の授業は、留学生向けのスペイン語の語学授業。最後の Intensive は現地での学期開始前に受けた 2 週間弱の短期集中コース。

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

留学の目的は、スペイン語の上達と現地の建築を学ぶことだった。現地の授業や課外活動を通して、帰国後の研究に活かせる題材をいくつか見つけることができたが、本格的な研究活動は行っていない。建築史、建築修復、美術史、建築設計の授業を通じて新たな知識を得るとともに、今後の研究に活かせる専門分野でのスペイン語のスキルを習得した。

■ 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 :

7 科目/Subjects / 34.00 単位/credits

■ 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 :

30 時間/hours

■ 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 :

旅行、語学交換、文化体験

■ 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 :

学習・研究以外の活動として、建築を実際に見て回るために積極的に旅行をした。せっかくの機会を有効活用するため、ヨーロッパの他国よりもスペイン国内を優先し、マドリード、バルセロナ、アンダルシアの各都市に加え、ビルバオやサラゴサなどの歴史的な街を訪れた。これにより、スペインの多層的な歴史が反映された建築を実際に見て学ぶことができた。

バレンシア工科大学 (UPV) 建築学科が主催する、日本人・韓国人留学生と現地学生の交流ワークショップにも参加することで、より多角的な視点から建築を学ぶ機会を得た。また、言語交換の場を通じて学外の人々とも交流し、スペイン語会話の練習をした。

■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :

上記の活動に加え、友人たちと食事や外出を楽しみ、新年やクリスマスのパレード、お祭りにも一緒に積極的に参加した。こうした経験を通じて、現地の文化や習慣を肌で感じることができ、スペインでの生活をより深く理解する貴重な機会となった。

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

■ 設備/Facilities :

バレンシア工科大学 (UPV) の建築学科には独立した建物棟があり、設備が充実していた。製図室のような作業スペースには、工具の貸し出しに加え、木材・金属加工機械やレーザーカッターなどが揃っていた。キャンパス内には複数の学食があり、日常的に利用しやすい環境が整っていた。文房具や書籍、模型材料、画材などを取り扱う売店もあり、学業に必要な物資を手軽に入手できた。加えて、銀行の支店や薬局も構内にあり、生活面でも便利な環境が整っていた。

■ サポート体制/Support for students :

建築学科の留学事務室はとても親切に対応してくれた。バレンシア工科大学 (UPV) はヨーロッパ各国から多くの留学生を受け入れている。その中でも特に現地の勝手を知らないアジア人留学生に対しては、手厚いサポート体制が整っており、英語での学習環境も優先的に整えてくれるよ

うだった。留学準備の段階から現地の国際事務室と直接連絡を取ることができ、質問や手続きを安心して進められた。また、希望すれば現地学生がメンターとしてサポートしてくれる制度があり、家探しや銀行口座の開設、学内の案内など、親切に付き添ってくれた。

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

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :

大学近くのシェアハウス

■ 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 :

大学の寮はあまりなく、値段も高かったのでネットで自分で物件を見つけて契約した。おすすめのアプリや探し方はメンターが細かく親切に教えてくれた。スペインの大学生はシェアハウスに住むのが一般的らしく、私が住んでいたのも大学徒歩圏内の学生シェアハウスだった。念の為英語の通じる家主を選んだところ、同居人は留学生が多かった。共同生活は大きなトラブルもなく、一人で住むよりも安心して友人も増えたのでとても良かった。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

バレンシアは一年を通して温暖な気候。一般的には雨も少ないが、私の留学中に一度大きな台風の被害があった。大学周辺は無事だったが、郊外で数十年に一度規模の大被害が出たため、授業が一時オンラインになるなどの変更があった。

大学は中心市街地からメトロで10-15分ほどの場所にあり、もう1つの代表的な大学、バレンシア大学と隣り合っている。治安はとても良い。町中にはメトロ、バス、トラムが走っているほか、格安で乗れるレンタサイクルのポートも至る所にある。普段の移動はバスと自転車を中心に利用していた。

平日の食事は朝と昼を大学の学食か近くのカフェでとり、夕飯は自炊か外食だった。ヨーロッパの中では食費は安めの部類。

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

家賃の支払いが現地の銀行振り込みだったので、到着してすぐサントナデル銀行の口座を作った。生活費は日本にいる家族から送金してもらい、現地銀行の口座からデビットカードで買い物して生活した。

■ 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 :

バレンシアはスペインの中でも特に治安が良く、夜歩きや荷物の管理など基本的なことに気をつけていたら特にトラブルに巻き込まれずに済んだ。到着直後は環境の変化からか軽い風邪を引いたが、日本から持っていた風邪薬で凌いだ。私は利用しなかったが、大学内に医療センターがあり学生は誰でも利用できると聞いた。

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 :

全て英語で、専用のウェブサイトを通して行なった。申請書類や語学スコアを揃えて提出し、入力フォームを送信した。手続き自体はそこまで複雑でなかったが、履修登録も事前しておく必要があり、授業の選択やシステムの使い方などで何度か事務室やメンターに助けもらった。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

申請のために航空券が必要なので、行きのフライトを購入してから大使館に申請しに行った。ホームページには申請からビザ交付まで1ヶ月以内と書かれているが、留学生の多い夏は窓口が混み合い、申請から交付に2ヶ月近くかかるので要注意。私は出発の7週間前に申請したところ、ビザが出たのはフライトの前日だった。大使館の窓口は待ち時間が大変長いので、質問等がある際はまとめて聞きに行った方がよい。質問や手続きはメールや電話では受け付けてもらえない。

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

医療保険加入以外特別な手続きはしていない。必須ではないが、念の為出発前に健康診断や定期検診に行った。

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

東大が指定する旅行保険と、ビザ申請に必要な現地の医療保険に入った。

■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 :

専攻事務室に必要書類を提出し、身分を留学中に変更した。

■語学関係の準備/Language preparation :

英語の能力は心配なかったので、スペイン語の学習に集中した。出発の1年前からスペイン語の授業を履修するなどして準備した。直前期にはそれに加えて会話教室に週一回通った。

費用・奨学金に関する事/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	150000 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.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	5000 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)	70000 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)	60000 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	85000 円/JPY
食費/Food	50000 円/JPY
交通費/Transportation	10000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	50000 円/JPY

■その他、補足等/Additional comments :

旅行代は含まない

■留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :

無し

■奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :
■受給金額(月額)/Monthly stipend :
■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? :

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 :
19 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 :
11 単位/credit(s)
■卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm) :
2026 年 3 月(2026/03)

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>生活面・精神面の自立</p> <p>今回の留学は、私にとって初めての一人暮らし、一人旅、そして初めてのシェアハウス生活だった。海外で初めて自分一人で生活し、不測の事態やトラブルにも自力で対処する力が身についた。また、シェアハウスには相談できるルームメイトもいたため、困ったときに支え合える環境があったのも心強かった。</p> <p>語学面の成長</p> <p>日常的に英語とスペイン語を使う環境だったため、特に授業中のリスニング能力が向上した。友人との挨拶や日常会話に加え、建築学に関する専門的なスペイン語の語彙も身につけることができた。事前の語学準備も役立ったが、やはり現地での学びの重要性を実感した。一方で、シェアハウスには留学生が多かったため、スペイン語を話す機会は思ったほど多くなかった。そのため、積極的に言語交換やワークショップに参加するようになり、自分から学ぶ姿勢を持つことの大切さを学んだ。</p>

学術面

研究に必要なスペイン語のスキルを習得するとともに、建築修復の授業を通じて、日本の建築学科では学ぶ機会の少ない内容にも触れることができた。特に、これまで取り組んできた研究テーマに関連する知識を深めることができたのは大きな収穫だった。

グローバルな人間関係

スペイン人だけでなく、フランス、イタリア、ドイツ、イギリス、中国、ポーランド、韓国、フィンランドなど、さまざまな国籍の同年代の友人ができた。語学力の向上だけでなく、互いの生活や文化を共有することで、多様な価値観に触れる貴重な機会となった。

■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:

UPV で建築デザインの授業を履修したことに加え、同じ大学内に美術学部があり、その環境から多くの刺激を受けた。こうした経験を通じて、デザインやものづくりに関わる職種に就きたいという思いがより一層強くなった。留学を通じて得た知識やスキルを活かし、将来的に創造的な分野での仕事に挑戦したいと考えている。

■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:

就職活動のために半年で帰国しなければならなかったのは少し残念だったが、特に大きなデメリットは感じていない。強いて挙げるとすれば、修士1年の頃から卒業（2年半後）を見据えてインターンに参加していた際、企業によっては留学期間を考慮して待ってくれる場合もあれば、そうでない場合もあったことだ。実際、インターン後に選考に招待されたものの、卒業が1年遅くなるために機会を見送らざるを得なかった企業もあった。

一方で、留学経験を通じて得た語学力や異文化適応力、建築・デザイン分野での専門知識は、今後のキャリアにおいて強みとなると感じている。また、留学を機に自分の進みたい方向がより明確になったことも大きな収穫だった。

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

行なわなかった

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

広告代理店、または玩具・ゲームメーカー（就活中）

■日本から持っていくと便利な物/不要な物等 /Necessary/useful or unnecessary things to bring from Japan:

電子レンジ炊飯器、菓類、フリーズドライのスープや味噌汁、カイロなどを持っていくと良い。コンロが共用で炊飯器はないので、場所を取らず炊飯できるレンジ炊飯器は便利。カイロは現地で売っていない。

個人的に不要だったのは、ピンチハンガー、ティッシュ、生理用品、多量の日本食。大抵の生活用品は現地で安く揃う。インスタントのラーメンや日本米もアジアスーパーで手に入る。食品はお気に入りを入りを少量でいいと感じた。

また、夏に行って冬に帰ってきたので、荷物を減らすため冬服は現地で古着を調達した。

■ 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 :

バレンシアのおすすめ

バレンシアは聞き馴染みが薄いかもしれませんが、ヨーロッパでは非常に人気のある留学先だと現地で知りました。歴史のある適度な規模の都市で、治安が良く、気候も快適です。日本人はかなり少数派なので、現地の人や他国の留学生との交流を深める絶好の機会となります。街中ではほとんどの場合英語が通じ、地元の人たちは明るくて親切です。また、物価が比較的安いので、生活の面でも過ごしやすいです。

UPV のおすすめ

バレンシア工科大学 (UPV) の建築学科は、教授陣が非常にフレンドリーで、年齢が上の教授でも生徒と密にコミュニケーションを取り、気軽に相談できる関係を築いてくれます。留学生を多く受け入れているため、最初の友達作りも難しくなかったです。(留学生同士は英語で話していました)

語学について

UPV では、語学要件としてスペイン語 B1 以上が求められるとありますが、これは「スペイン語で授業を受ける場合のみ」に適用されます。英語で授業を受ける場合は、スペイン語の要件はありません。英語の授業は人気が高く、抽選があることがファクトシートに記載されていますが、これは主にヨーロッパ内の留学生向けの情報です。アジアからの学生は、英語で授業を受ける環境をある程度優先的に整えてもらえます。建築学科にはほとんどの授業に英語の選択肢があり、スペイン語初心者向けの A1 レベルの語学クラスも提供されています。何か困ったことがあれば、現地のコーディネーターの方が日本からの留学生受け入れを強化しているので、どんなことでも気軽に相談してみてください。非常に手厚くサポートしてくれます。

聞き馴染みの薄さとスペイン語の壁からか、過去に留学生が少なかったバレンシアですが、生活面でも学習面でもとても過ごしやすい留学先でした。スペイン語を勉強している人もそうでない人も、ぜひ選択肢に入れてみてください。

■ 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 :

家探しに使った現地のアプリ: <https://www.idealista.com/>

■ 留学中の写真/Photos taken during studying abroad :

(次ページ)

■ 留学中の写真/Photos taken during studying abroad :



(上段)建築学科の交流ワークショップ。現地学生と日本人学生混合の班でベンチを制作。

(下段左)トレドへの留学生向け日帰りツアーに友人と参加

(下段右)建築修復の授業で古い建物を調査するグループワーク