

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏 名	MH	学部・学科	国際教養学部・国際教養学科
学 年	3 年	派遣国	ハンガリー
派遣大学	エトヴェシュローランド大学		
期 間	2024 年 9 月 9 日 ～ 2025 年 7 月 5 日		

【生活編】

1. 滞在先

滞在形態	学内の学生寮 / <u>学外の学生寮</u> / アパート / その他 ()					
部屋	個室 / <u>2 人部屋</u> / 3 人部屋 / その他 ()					
設備	*共同=◎ 部屋にあるもの=○					
	トイレ	◎	シャワー	◎	洗面所	◎
	キッチン	◎	冷暖房	○	冷蔵庫	○
滞在費	約 (30,500) 円 (70,000 フォリント) *1 ヶ月あたりの寮費や家賃					
移動	(バス 1 本) で、約 (20) 分 *大学までの所要時間と移動方法					

転居した場合は、上記表をコピーして滞在先 2 の内容を追加してください。

2. 日常生活

(1) 1 ヶ月の生活費

項 目	金 額	内 訳
食費	15,000 円	スーパーでの買い出しが中心
学用品購入費	0 円	
交通費	830 円	ハンガリーパスを学生料金で購入すれば国内の公共交通機関は乗り放題
交際費	5,000 円	友人との食事代・カフェ代・日帰り国内旅行代
その他	12,400 円	衣類代・日用品代・趣味(ミュージカルチケット代)・携帯通信費等

合計

33,230 円

*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

ハンガリーはヨーロッパの中でもかなり治安のよい国です。置き引き・スリ等は常に注意するべきですが、身の危険を感じたことはありませんでした。

ただ、ホームレスや物乞いをする低所得層のグループもいるため、地下鉄や暗い道は気を付けてください。

薬物系は、ヨーロッパの他国ほど蔓延している印象はありません。他国へ旅行をした際、大通りから1本外れると異臭がしたときもありましたが、ハンガリーではそこまで心配する必要はないと思います。

3. 海外旅行損害保険について

保険の名称	学研災付帯海学 / その他 ()		
加入期間	(10) ヶ月間	保険料	() 円

現地の国／大学指定の保険に加入した場合は、下記も記入してください。

保険の名称			
加入期間	() ヶ月間	保険料	() 円

4. 滞在都市についての情報

滞在都市／町 (**ブダペスト**)

ハンガリーの首都であるブダペストは「ドナウの真珠」と呼ばれるぐらい美しい街並みが残っています。特に夜景はどの国にも負けない圧巻の美しさです。ぜひドナウ川クルーズに乗ってみてください！

公用語はハンガリー語ですが、ブダペストであれば基本的に英語が通じます。

ただ、年配の方は英語が通じないのでグーグル翻訳で意思疎通をしていました。

ブダペストは首都なので、他国へ旅行する際もアクセスがいいですし、他の国に比べて物価が低いので非常にオススメです。横浜よりも安くものが買えるので、「ヨーロッパ留学＝高い」と諦めている皆さんにはぜひ候補として入れていただきたい場所です。

生活費を抑える分、国外旅行に沢山行けます。

また、アジア料理店やアジアスーパー等も多いので食に困らない点も留学先としての決め手になりました。

国民性

基本的にムツとしている人が多いですが、怒っているわけではないようです。

日本のような接客をイメージしているとびっくりするかもしれません。

親しくなるととても優しくしてくれます。ハンガリー語で簡単な挨拶ができるといいかもしれません。

【学業編】

1. 大学情報

大学	エトヴェシュローランド	所在地	ブダペスト
最寄空港	リスト・フェレンツ空港	空港からの距離	約 1 時間
空港⇄大学	(トラム 4 か 6 番→地下鉄 M3→バス 200E) *移動手段		
学生数	約 28,542 人	留学生数	約 3000 人
学部	Faculty of economics Faculty of education and psychology Faculty of humanities Faculty of informatics Faculty of law Faculty of primary and pre-school education Faculty of science Faculty of social science Faculty of special needs education *留学先大学の保有する学部をすべて記載してください。		
学部/専攻	Faculty of social science/ International relations・TÁTK Minority Studies Department *留学中に所属した学部/専攻を記載してください。		

2. 週間スケジュール

① (9)月～(12)月 秋学期

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	授業の予習	授業の予習・復習	(10:00-11:30) Introduction to minority policy	1 日外出 (ハンガリー国内の行きたい場所を巡る)	(10:00-11:30) Skills in minority policy
午後	(14:00-15:30) Racial thinking and xenophobia	(12:00-13:30) Globalization and migration	(13-14) Aerobics 授業の予習・復習・課題		授業の予習・復習・課題

② (2)月～(7)月 春学期

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	(10:00-12:00) Visual Anthropology	授業の予習・復習・課題	(8:00-9:00) Yoga	授業の予習・復習・課題 ベリーダンス練習	旅行
午後	(14:00-15:30) Introduction to Hungarian culture and society	(12:00-13:30) Current Social Problems and Sociopolitical Answers (14:00-15:30) Anthropology of aesthetics	(11:00-12:00) Belly Dance 授業の予習・復習・課題	日本語ボランティア	

3. 履修内容

科目	Racial thinking and xenophobia		
履修期間	秋学期	単位数	5 ECTS
授業内容／形態	人種という概念はどこから来たのか、人種差別とは何なのか、私たちはなぜ人種について考えるのか、といったことを考える授業です。 <授業形態> セミナー形式（少人数のディスカッション） 宿題の論文を読んできて、授業中に自由に話し合うスタイルです。大学院生が多く、知識量の差もありますが、他の受講生が優しく、先生も「パーフェクトな英語でなくていいから！」と言ってくれるので発言しやすい雰囲気です。様々な国籍の受講生がいるので、自国ではどうなのかという話が聞けて面白いです。1回の予習で15~36ページほどの論文を読みます。専門用語のオンパレードなので、前提知識がない自分にとっては読むだけでもエネルギーを使いますが、新しく知ることも多く面白いです。 <学生数> 約15人 <評価方法> ディスカッションへの積極的な参加、（レポート）		
成績	Excellent（5）		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Globalization and migration		
履修期間	秋学期	単位数	4ECTS
授業内容／形態	移民の分類、移住のプロセス、世界的な移民の傾向、人権の観点から見る移民や難民問題について扱います。 <授業形態> レクチャー形式 先生が授業内容について学生の前で説明するのがメインなのでインプットが多い授業です。先生が比較的ゆっくり話してくださるので、他の授業よりは内容が理解しやすいです。後半はグループでプレゼンテーションをする予定です。 <学生数> 約32人 <評価方法> 中間、期末レポート、テスト		
成績	Pass（2）		
YCU 振替予定	科目		

	単位数	
	担当教員	

科目	Introduction to minority policy		
履修期間	秋学期	単位数	4 ECTS
授業内容／形態	マイノリティに関する公共政策についての授業です。地理的・文化的・宗教的背景等を考慮してどのように政策を作っていくのか、自分はどう考えるのかが問われる授業です。 <授業形態> セミナー形式（ディスカッション） この授業も大学院生が多く、その年のメンバーにもよりますが、スピード感のある議論が展開されます。先生が提示するお題に対して「賛成」・「反対」に分かれて議論をします。受講生はドイツ・オランダ・ハンガリー・コロンビア・モンゴル・トルコなど多国籍なメンバーで、育ってきた環境によって意見が分かれることもあります。反論＝攻撃ではなく、あくまで議論をしているという雰囲気です。自分にはない視点が多く、学びの多い講義です。プレゼンテーションが3回ある予定です。1つ目は、提示された論文を読んでその概要を1人 10－15 分で発表するもの、2つ目はハンガリーにあるエスニックレストランへグループで行き、それについて発表するもの、3つ目は期末期間に自分が興味のあるマイノリティグループについて発表するものです。 <学生数> 約 18 人 <評価方法> フィールドワーク、プレゼンテーション、（レポート）		
成績	Excellent（5）		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Aerobics（エアロビクス）		
履修期間	秋学期	単位数	1 ECTS
授業内容／形態	運動不足を解消したい＆ハンガリー人の友達を作りたいと思い受講しました。 この授業のみハンガリー語で開講されていますが、先生の動きを真似すればいいので言語の壁は今のところ感じていません。受講生の中には英語を話せる人もいますので、ハンガリー語を学ぶ場＆コミュニケーションの場にもなっています。音楽に合わせて踊ったり、筋トレをしたりしま		

	す。 ※この授業（スポーツ系の科目）のみ1セメスター6000HUF（約 2500 円）の参加費が発生します。授業時間は1時間です。 <授業形態>少人数 <学生数> 約 23 人	
成績	Excellent（5）	
YCU 振替予定	科目	
	単位数	
	担当教員	

科目	Skills in minority policy		
履修期間	秋学期	単位数	5 ECTS
授業内容／形態	ハンガリーのマイノリティ（今年度はロマの人々やウクライナ避難民、ホームレス）について、フィールドワークを通して実践的に学ぶ授業です。他にもプロジェクトの一環でホームレスシェルター訪問、食料や洋服を回収して、必要な家庭に配る活動もあります。後半はデータ（統計）の活用方法も学ぶ予定です。 <授業形態> セミナー形式（フィールドワーク・ディスカッション） 大学院生が多いです。この授業の先生も「完璧な英語でなくていいから、何でも話してね」「何か必要なことがあればいつでも連絡してね」と言ってくれる優しい先生です。インプット（座学）だけではもったいないと思い、フィールドワークができるこの授業を受講しました。1人ではなかなか訪問のハードルが高い場所も授業の一環としてであれば、行きやすいですし、より深い学びが得られると思います。 <学生数> 約 9 人 <評価方法> フィールドワークへの参加、積極的な議論、（プレゼンテーション）、（レポート）		
成績	Excellent（5）		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Visual Anthropology		
履修期間	春学期	単位数	3 ECTS

授業内容／形態	授業内でドキュメンタリー映画を見て考察する授業です。撮影された時代背景、どのような位置から撮影されているのか、被写体がどのような服装をしているのかなどの情報から何を感じたかを議論します。ドキュメンタリーを見て気づいたこと、感じたことをその都度メモしておく、その時に自分が何に興味を持って、何に注目したのかが蓄積されて面白いよと教授が言っていてなるほどと思いました。日常の何気ない場面でも見落としていることが沢山あるなと気づかされる授業です。 <授業形態> セミナー形式（ディスカッション） <学生数> 約 40 人 <評価方法> 出席、ディスカッションへの積極的な参加		
成績	Excellent（5）		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Introduction to Hungarian culture and society		
履修期間	春学期	単位数	2 ECTS
授業内容／形態	ハンガリーの文化や社会について学ぶ授業です。交換留学生が多く、学生同士で話し合う時間も多いためとても楽しいです。 これは Faculty of Education and Psychology（私が所属する Faculty of Social Science とは別キャンパス）の授業ですが、キャンパス移動も気分転換になっていいなと思っています。 <授業形態> セミナー形式（少人数のディスカッション） <学生数> 約 15 人 <評価方法> ディスカッションへの積極的な参加、30 分程度の個人プレゼン（学生同士で話し合う interactive part も含める）		
成績	Excellent（5）		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Current Social Problems and Sociopolitical Answers		
履修期間	春学期	単位数	3 ECTS

授業内容／形態	貧困、地球温暖化、ジェンダー問題など現代の社会問題について幅広く学びます。レクチャー形式なので、大きな教室で先生の講義を聞くスタイルです。先生が話をしている途中でも、質問や意見があれば堂々と手を挙げる周りの学生に刺激をもらっています。世界的な問題も扱いますが、ハンガリーのことも講義内で触れるので個人的には日本と比較できて面白いです。 <授業形態> レクチャー形式 <学生数> 約 150 人 <評価方法> オンライン期末テスト（持ち込みあり、授業期間ではなくテスト期間に各々登録して受験する）		
成績	Excellent（5）		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Anthropology of aesthetics		
履修期間	春学期	単位数	3 ECTS
授業内容／形態	美しさとは何か？について人類学の観点から学びます。留学に来て、美術館を巡る中で絵画やアート作品に興味を持ち受講することにしました。大学院生の授業なので少し難しいですが、内容はとても面白いです。日本の芸者さんについて「芸者自体がアートそのもので、言い換えるなら“Walking モナリザ”のようだ」と紹介されていて驚きました。他にもボッティチェッリの絵画「ヴィーナスの誕生」が現代の女性像、広告のありかたにどのように影響を与えたのかといった話も議論されるので非常におもしろいです。 <授業形態> レクチャー形式 <学生数> 約 35 人 <評価方法> プレゼン（個人またはグループ）		
成績	Excellent（5）		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Yoga（スポーツ）		
履修期間	春学期	単位数	1 ECTS
授業内容／形態	リフレッシュできる時間が欲しい、朝の時間を有効活用したいという理由から申し込みをしました。朝の８時開始で９時終了なので、メリハリのある１日のスタートを切ることができます。先生も英語で説明してくれますし、「Very Good!」「Excellent!」と褒めてくれるので、朝から自己肯定感が上がります（笑） <学生数> 約 16 人 <評価方法> 出席		
成績	Excellent（５）		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Belly Dance		
履修期間	春学期	単位数	1 ECTS
授業内容／形態	日本では絶対にやらないことをしてみたい！と思いベリーダンスに申し込みました。周りはハンガリーの学生がほとんどですが、「Szia!」（ハンガリー語のこんにちは）と笑顔であいさつをしてくれたり、授業の感想を話したりしています。先生も英語で説明してくれます。運動量としてはそんなに激しくはないと思いますが、普段使わない筋肉を使うので内側からじわじわ燃焼する感じがあります。人の体ってこんなふうに動くんだなと新しい発見がありました。 <学生数> 約 10 人 <評価方法> 出席		
成績	Excellent（５）		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

<総括>

（１）全体的な感想

*留学生生活全体を通しての気づきや学びをまとめてください。（800 字以上）

私にとってこの留学は間違いなく人生のターニングポイントになりました。

留学前は、「ハンガリーってどんな国なんだろう」「人種差別されたらどうしよう」「1年もやっていけるのかな」と不安だらけでした。しかし、ハンガリーでも、旅先でも、本当に素敵な人たちに会え、留学をして良かったなと心から感じています。人との出会いを通して自分の価値観も変わったように思います。

留学で学んだことは以下の3点です。

まず1つ目は自分自身目で実際に見て、感じることの重要性です。留学前にハンガリーについて調べた際、首相の発言が過激だとか、EUと足並みを揃えていない、LGBTQに反対している等の情報を目にし、この国に留学をしても大丈夫なのだろうかと不安になったことがありました。しかし、実際に行ってみると一部そういった事実はありますが、ある程度自由は担保されていて、ハンガリーがそういった選択をしてきた理由も現地の人に話を伺うと納得できる点もありました。また、あまり報道はされていませんが、現在のハンガリーを変えようとデモやイベントに参加している若者たちもいます。実際に私の友人がLGBTQを認めるように訴えかけるパレードに参加していて、彼らにとって政治が身近なトピックであるように感じました。パレードはデモといった堅苦しいものではなく、老若男女が平和的な雰囲気の中で街中を練り歩くものでした。私が留学前に日本で触れた情報はごく一部に過ぎず、実際に現地に行くと新たな視点に出会い、自分の価値観も変わっていくと学びました。

2つ目は自分の意見を持つことの重要性です。私は留学前まで人に流されることが多く、自分を相手に合わせて変える方が楽だからと思考停止で過ごしていることもありました。その結果、留学中に「あなたは思うの？」と聞かれた時に日本語でさえも意見が出てこないことがありました。これは英語力以前の問題で自分が考えることをいかに放棄してきたのかということに気づかされました。留学中には自分の意見をしっかりと持ち、相手に伝え、行動している沢山の人の人に出会いました。例えば、授業中に先生が話している途中でであっても反論意見を述べる友人がいたり、様々な国の学生が集まる授業では1つの議題に対して議論が白熱してまとまらなかったり、他者とぶつかることすら恐れていた私にとって驚くべき光景でした。しかし、彼らに共通しているのは相手の意見を拒絶しているのではなく、理解した上で反論しているという点です。これらの経験から「ただ1つの正解ではなく、複数の別解」があってもいいんだと学びました。

3つ目は未知の世界に挑戦する面白さです。私にとって、留学先としてマイナーなハンガリーに留学すること自体がかなりの挑戦でしたが、留学中もせっかくなら日本でやらないことをやろうと決めて自分の興味が湧いたものは積極的に挑戦していきました。大学の授業では、今まで学んだことのなかった人類学の分野に興味をもち大学院生の授業に参加したり、エアロビ、ヨガ、ベリーダンスの授業も受講したりしました。ベリーダンスでは人間の体はこんな風に動くのか！と発見があり面白かったですし、発表会に向けて様々な国のメンバーと1つの作品を作り上げていく過程がとても楽しかったです。留学を通して、新たなことに挑戦するハードルが少し下がり、自分の好きなことや得意なことで向き合うことができました。

ここに書ききれないくらい盛りだくさんの留学でしたが、色々な価値観を吸収して、時には自分の弱さとも向き合って、留学前からみるとかなり成長できたのではないかと思います。このような貴重な経験が出来て心の底から良かったです！！

(2) 今後の展望 *この経験を今後どのように活かしていきたいかをまとめてください。(400 字以上)

今後取り組んでいきたいことは主に3つです。

1つ目はボランティア活動の継続です。留学前からマイノリティ関連の問題に興味があり、海外にルーツを持つ子どもたちへの学習支援やウクライナ支援プロジェクトに参加していました。留学後もこれらの活動を継続して座学とともに現場での学びも大切にしていきたいです。

2つ目は日本の歴史や文化を学ぶことです。留学中に各国の美術館や教会を訪れ、その国に根づく文化や歴史を学ぶことの面白さを体感しました。一方で自分は日本の歴史や文化についてどのくらい知っているだろうかと振り返った時に、もっと学びたいという意欲が湧いてきました。海外の友人の中には、日本が大好きで戦国大名の名前を全て言える人がいたり、わびさび文化に精通している人がいたり、おかげで自分の知らない日本の姿に沢山出会うことができました。私も帰国後は日本文化や歴史に通ずるような美術館、博物館に足を運んでみようと思います。

3つ目は留学の魅力を周りの人に伝えていくことです。ハンガリーは留学している人も少ないですし、日本にとってあまりなじみがない国なので、私の留学体験記を伝えることで留学のハードルを下げる一助になればと思います。

(3) 後輩へのアドバイス *留学を希望する学生にむけてのアドバイスをお願いします。(400 字以上)

「ハンガリーってどこだ?」という状態から留学をした私ですが、結果的にハンガリーを選んで大正解でした! 留学先として穴場ではありますが、魅力たっぷりで、選んだ人に後悔はさせない国だと思います!

エトヴェシュローランド大学は、世界中から留学生が集まり、英語での開講科目も豊富にあります。授業内では少人数でディスカッションをしたり、プレゼンをしたり、フィールドワークに行ったり、かなりアクティブな活動ができるのでとても充実しています! また日本学科があるので、日本に興味を持ってくれる人も多く友達が作りやすいですし、日本を外からの視点で見つめ直すこともできます。キャンパスがブダペストの中心にあるため、ドナウ川沿いの美しい街並みを見ながら優雅に通学できる点も魅力ポイントです!

【ハンガリーのオススメポイント3選】

①生活費がヨーロッパの中では安い

交通費や携帯の通信費、食費などを普段の生活でおさえた上で、その分を旅行や自分の好きなことに充てることができます!

②治安の良さ & 公共交通機関の利便性

ヨーロッパの中ではかなり治安の良い国だと思います。公共交通機関も遅れることなく時間通り運行しているので、移動はかなりスムーズです。

③旅行のしやすさ◎

ハンガリーは隣り合っている国が多いので、週末に鉄道やバスで気軽に旅行ができます。国自体が大きいと、その国を出るだけでも移動時間+お金がかかってしまいますが、ハンガリーは国土が日本の4分の1とコンパクトなので国外旅行がとにかくしやすいです！飛行機も片道6000円〜と低価格でヨーロッパ中を旅行できます！

【留学前に出来ること】

出来る限り横市で単位を取っておくことをオススメします。

私は渡航前にある程度単位を取っていたので、単位互換制度に縛られることなく自分の好きな科目をハンガリーで受講できました。留学を通して自分の興味分野が変わったり、せっかくなら横市にない授業を取ってみたいという気持ちが芽生えたりするので、精神的にも横市で単位を取っておくと安心です。（横市にない授業は単位互換が出来ないので注意です！）

私の友人の中には、留学中の単位交換を当てにしていたけれど、留学先で単位をもらうことが出来ず、結果卒業単位が足りない！と焦っている人もいました。海外大学は単位を取ることが難しい場合もあり、そこに卒業単位がかかっているとかなりのプレッシャーも加わります。留学先でフル単で授業を入れていた友人は、旅行や友達と遊んで外に出る時間よりも1人で机に向かっている時間の方が長くて、もったいなかったと言っていました。留学先でガッツリ勉強に集中することも大切ですが、せっかく色々な所に行ける機会なので、存分に活かしてください！

【留学を迷っている人へ】

少しでも興味があるならぜひ挑戦してみてください！！一歩踏み出した世界はものすごい感動やワクワクが待っています。私も留学中に、「こんな景色を見られるなんて！！」「生きててよかった～」と心が躍る経験を何度もしました。これは何でも吸収できる学生時代の“今”だからこそ、より価値があると思います。料金的な話をする、どこの美術館や観光スポットへ行っても今は「学生料金」で入れます。しかし、社会人になって海外に行こうとすると日本からの渡航費だけでも高いのに、観光スポットでは高ければ学生料金の2倍ほどのお金を払うことになります。つまり学生の今が一番安く海外の色々な場所を回れるチャンスです。このチャンスは存分に使うしかありません！！

●経済的負担が大きすぎるから、留学はちょっとな、、、と諦めている方へ

探してみるといくらでも方法があるので安心してください。

私は**業務スーパーの給付型奨学金**に応募して、航空券代+月に15万円いただいていた。グローバル推進室で相談するとその他の奨学金制度や経済的負担の少ない留学先について教えていただけますし、給付型奨学金をもらって留学をした先輩方も沢山いるのでノウハウもあります。私も喜んでサポートしますので、もし何かありましたらグローバル推進室経由でご連絡ください！留学費用をはるかに上回る経験があなたを待っていると思います。

これから皆さんには留学できるチャンスが待っているんですね。

私ももう一度留学に行きたい！というぐらい楽しかったので、正直みなさんが羨ましいです。やりたいことを全部やって、存分に留学生生活を謳歌してきてください！！応援しています！！