

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏名	R.N	学部・学科	国際商学部国際商学科
学年	4年	派遣国	ポーランド
派遣大学	Jagiellonian University		
期間	2022年 9月 22日～ 2023年 7月 3日		

【生活編】

1. 滞在先

滞在形態	学内の学生寮 / 学外の学生寮 / アパート / その他 ()					
部屋	個室 / 2人部屋 / 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	△(暖房のみ)	冷蔵庫	×(貸し出しアリ)
滞在費	約 (2万) 円 *1ヶ月あたりの寮費や家賃					
移動	(バス) で、約 (30) 分 *大学までの所要時間と移動方法 キャンパスが複数あるため、授業のある学部によって異なった。 市街地内のキャンパスへは徒歩で通っており、40-50分程度					

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	1.5万円	野菜、水、ヨーグルト、トマト缶など缶詰など
学用品購入費	0円	私がとった授業では教科書の購入などありませんでした。博物館や劇場に行ったこともあり500-1000円程度。
交通費	3000円	トラム/バス代は20分で60円、60分で100円程
交際費	2-3万円	寮の部屋が狭く、ルームメイトもいる為、友人とカフェや友人に毎日のように行っていました。
その他	5万円	近隣国への旅行費、行く場所によっても大きく異なった

合計

10-15万円

*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

治安は比較的良いと思います。深夜に 1 人で歩いて帰っていても、不安感や治安の悪さは感じませんでしたが複数人である方が安心です。市街地は観光地なこともあり、金土の夜は酔っ払った人なども多く注意が必要です。ボディチェックや荷物検査のあるクラブやバーもあります。普段以上に気をつけていました。ホームレスの方、タバコやお金を求めてくる方もいますがしつこく話かけられることはありませんでした。ただし稀に差別的な言葉をかけられるといった経験もありました。

3. 海外旅行損害保険について

保険の名称	学研災付帯海宇 / その他 ()		
加入期間	(10) ヶ月間	保険料	(103,930) 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 (**Kraków**)

ポーランド南部の都市。人口は約 77 万人。かつては王国として栄えた歴史を持ち、第二次世界大戦においても、奇跡的に破壊は免れた。中世の街並みが広範囲で広がっており、1978 年の世界遺産第 1 号として登録された。市街地の中心には、聖母マリア聖堂や織物会館といった建物とともに広場があり、毎日観光客や人々で賑わっていた。歴代の王が増改築を繰り返してきたヴァヴェル城のほか、かつてゲットーであったカジミエシュ地区には徒歩、トラムやバスを使えば自然や共産主義時代の建物や雰囲気を残すノバフタなど様々な顔を持つ。観光地であると同時に、大学数や人口も多いのでポーランドの中でも国籍や人種の異なる人に出会いやすいと考える。飲食店数も多く、可愛らしい新しいカフェやノスタルジーを感じさせる昔ながらのお店など選択肢の幅が広い。寿司やラーメン以外にも、韓国料理やタイ、ベトナム料理も親しまれていた。市街地の周りを囲むように公園があったり、寮の近辺にも公園やベンチがあるなど外を歩く人も多い。街中は、カトリックの国であることを思わせるように、十字架や像などが置かれていたのも印象的だ。移動手段としては、電動スクーターを使っている人も多いが歩道を走行する為、時々危険を感じた。ローラースケートも子供から大人までもが親しんでいたのが日本や他の国ではみかけない特徴であった。

地理的にもポーランドの南部に位置する為、チェコやスロベキア、ハンガリー、オーストリアにもバスで行くことが出来る。

日常生活では英語で必要に足りた。スーパーや交通機関でのアナウンスはポーランド語のみであったりするが、慣れてしまえば問題なく過ごせた。セルフレジや電子決済が日本よりも普及している。

【学業編】

1. 大学情報

大学	Jagiellonian University	所在地	Gołębia 24, 31-007 Kraków, ポーランド
最寄空港	Balice Airport	空港からの距離	13km 程
空港⇄大学	(バス→トラム又は徒歩キャンパスによって異なる) *移動手段		
学生数	33,794	留学生数	不明
学部	<ul style="list-style-type: none"> ・ CENTRE FOR INTERDISCIPLINARY INDIVIDUAL STUDIES IN THE HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES ・ CENTRE FOR INTERDISCIPLINARY STUDIES IN THE MATHEMATICS AND NATURAL SCIENCES ・ FACULTY OF BIOCHEMISTRY, BIOPHYSICS AND BIOTECHNOLOGY ・ FACULTY OF BIOLOGY ・ FACULTY OF CHEMISTRY ・ FACULTY OF GEOGRAPHY AND GEOLOGY ・ FACULTY OF HEALTH SCIENCES ・ FACULTY OF HISTORY ・ FACULTY OF INTERNATIONAL AND POLITICAL STUDIES ・ FACULTY OF LAW AND ADMINISTRATION ・ FACULTY OF MANAGEMENT AND SOCIAL COMMUNICATION ・ FACULTY OF MATHEMATICS AND COMPUTER SCIENCE ・ FACULTY OF MEDICINE ・ FACULTY OF PHARMACY ・ FACULTY OF PHILOLOGY ・ FACULTY OF PHILOSOPHY ・ FACULTY OF PHYSICS, ASTRONOMY, AND APPLIED COMPUTER SCIENCE ・ FACULTY OF POLISH STUDIES <p style="text-align: right;">*留学先大学の保有する学部をすべて記載してください。</p>		
学部/専攻	Faculty of Management And Social Communication <p style="text-align: right;">*留学中に所属した学部/専攻を記載してください。</p>		

2. 週間スケジュール

① (10)月～(1)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前		10:30-12:00 Strategic Management in Tourism	9:45-11:15 Organizational Change		
午後			15:15-17:30 History of Polish Film		

② (2)月～(6)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	10:00-12:15 Sociology of food		10:00-12:15 Semiotics of Advertising		
午後		15:40-17:15 Sociology of Sex work(聴 講)			

3. 履修内容

科目	Strategic Management in Tourism		
履修期間	10-1月(5ヶ月間)	単位数	ECTS 5(又は 4)
授業内容/形態	レクチャー方式 企業や自治体、組織の行う観光やイベントの経営戦略を学んだ。 3回に1回程度、個人や2-3人の少人数でのグループワークが授業外のワークとしてあった。出席は確認されず、最終回はテスト。		
成績	4		
YCU 振替予定	科目	企業戦略論	
	単位数	2	
	担当教員	芦澤 美智子	

科目	Organizational Change		
履修期間	10-1月(5ヶ月間)	単位数	ECTS 5
授業内容/形態	レクチャー方式 組織変化について、学校という教育現場における組織の変化プロセスや理論を学んだ。最終回はオンラインのテスト。		
成績	5		
YCU 振替予定	科目	海外留学科目	
	単位数	2	
	担当教員		

科目	History of Polish Film		
履修期間	10-1月(5ヶ月間)	単位数	ECTS 6
授業内容/形態	毎度講義前又は講義中にポーランド映画の閲覧をし、解説を受ける。その解説の中でポーランドの文化や歴史、人々の考え方の基礎などを学んだ。受講者1人ずつに映画が振り分けられ、各週に学生が映画や監督の情報をまとめたものを5分程度で発表した。すべての映画の中からランダムに選択された映画の監督、分析を行う中間、最終テスト。		
成績	5		
YCU 振替予定	科目	自由科目	
	単位数	2	
	担当教員		

科目	Sociology of food		
履修期間	2-6月(5ヶ月間)	単位数	ECTS4
授業内容/形態	<p>レクチャーとグループワーク</p> <p>毎度読んできた文献に関しての深堀と、授業中に分けられたメンバーでのディスカッションと簡単な発表。サステナビリティやフードウェイスト、食文化の伝承などがテーマだった。</p> <p>個人プロジェクトのプレゼンテーションとレポート(10ページ程度)。</p>		
成績	4		
YCU 振替予定	科目	自由科目	
	単位数	2	
	担当教員		

科目	Sociology of Sex work(聴講)		
履修期間	2-6月(5ヶ月間)	単位数	
授業内容/形態	<p>文献を読み、講義内でのレクチャー方式。</p> <p>性産業について、当事者と関係者、客、社会や歴史、法律など広範囲に渡って学べた。ヨーロッパが中心であったものの、その中にも異なる考え方や体制を取っている国家があることを学んだ。</p>		
成績			
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Semiotics of Advertising		
履修期間	2-6月(5ヶ月間)	単位数	ECTS5
授業内容/形態	<p>レクチャー方式。記号論について、広告といったビジュアルを見ながら分析や用語を学んだ。文化的な違いや、生まれ育った地域、人々の考え方などとマーケティングの要素の連続を教わった。</p> <p>2500-3000字の最終レポート。</p>		
成績	5		
YCU 振替予定	科目	海外留学科目	
	単位数	2	
	担当教員		

科目			
履修期間		単位数	
授業内容／形態			
成績			
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目			
履修期間		単位数	
授業内容／形態			
成績			
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

イニシャル	N.R	学部・学科	国際商学科
学年	4	派遣国	ポーランド
派遣大学	ヤゲウォー大学		
期間	2022年 9月 22日～ 2023年 7月 3日		
プログラム	交換留学		

< 留学先大学での履修内容 >

科目	Strategic Management in Tourism
講義内容	経営戦略を、ツーリズムの分野から学ぶというもの。事前課題として論文や記事を読む。音楽フェスや地域の団体、航空会社などの戦略を比較するといったグループワークを授業外の課題で行った。最終テストは選択肢。
科目	Organizational Change
講義内容	組織変化について、特に教育現場を例に講義が行われた。教授が心理学の博士を持つ方だったことから、心理学の用語や理論が多く出てきた。毎回の授業最後に提示される質問から半分ほどが open question でテストに出された。
科目	History of Polish Film
講義内容	毎週授業内外でポーランド映画の鑑賞とその解説を聞く。ポーランドの歴史以外にも習慣や、大きな出来事があった年など生活に根付いている描写などを詳しく説明してもらえる為、日常生活では知らなかった知識も得られる。テストは中間/最終共に同じ形式で行い、監督やあらすじといった映画の基礎情報と自分の考察を記入する。
科目	Sociology of food
講義内容	フードロスといったサステナビリティ、食文化の継承が講義内で扱われた。前半は事前課題の資料について、後半はグループでの資料読み込みやディスカッション、発表が毎回の講義方法だった。個人プロジェクトとして3つのテーマから選び、プロジェクトと発表、レポートの作成をした。
科目	Semiotics of Advertising
講義内容	記号論がどのように広告の中で見られるか、その分析方法を学んだ。アイコンやそれが人々にどのような印象や商品をどのように映させるかなど色や物の持つ意味と伝達について学んだ。最終レポートは自由に広告を選んで分析を行った。
科目	Sociology of Sex work(聴講)

講義内容	性産業について、法律やジェンダー、当事者と関係者、国ごとの違いなど幅広く学んだ。事前資料を読み、レクチャーを受ける。映像や本の紹介、質疑応答が飛び交う講義だった。学部が異なることと制限により履修できず、聴講のみ。
-------------	--

<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)

留学を通じて一番実感していることは、日本や自分自身を俯瞰してみれたということである。日本については、ヨーロッパから見れば遠くの国であるという認識が強まった。それでも、日本のことを知っている人や研究のテーマとしていた人、日本語を学んでいる人などの存在があったこと自体に驚いた。しかし、多くの場合は日本という存在は知っていても、それ以上ではなかった。ERASMUS の学生など、ヨーロッパでの繋がりの強さのような物を感じた。互いの国のことをよく知っているし、話題なども盛り上がることや、複数の言語を話せる学生も多かったことから日本からなぜわざわざポーランドなのかと初対面の人に会う度に聞かれた。その一方で、自分自身もヨーロッパの国々の中で知っている国は多くはなく、知っている国のことも詳しいわけではないということを実感した。特に初めの学期はそれが顕著で、学生の出身国を名前しか知らないということが多かった。その為、自分自身の勉強と友人との会話のために友人たちの出身国についてドキュメントを作成してまとめた。国について話した内容や挨拶などをまとめたことで、その友人のみならず、他の同じ国出身のひとやその国を訪れた際にきっかけとなる工夫となったことがよかった。また、同じ国同士や言葉話す学生同士が仲良くなりやすいということを実感した。自分自身、英語を話すよりも日本語で話したほうが自分らしさや感情を表せるような実感があった。しかし、日本人同士の中に他の国や言葉話す友人がいた場合にはできる限り会話を英語で行うようにした。このきっかけとして、自分がルーマニア人の友人と一緒にいた時にそうしてくれたり、会話内容を教えてもらえて嬉しかったからである。他の友人からもそれが嬉しかったと声をかけてもらえたりと、相手のことを知ること、考えることはコミュニケーションの基礎であることを実感した。また、自分や日本であまり知られていないこともポーランドを選んだひとつの理由であったが、その選択自体も面白い物だったと思う。長期滞在することによって見えてくる人々の暮らしや、それがどのように形成されてきたのかを講義や人との会話で一部が紐解かれる感覚があった。これまで受けてこなかった社会学や文化の講義を受講したことも視点を変えるひとつのきっかけとなった。学問の面白さや学部ごとの持つ異なる雰囲気などを感じることができた。最後に、ポーランドという言語も話せない国で生きることができたという点は大きな自信に繋がると思う。もちろん、友人をはじめとした多くの人に支えてもらえたからこそではあるが、右も左も分からない状況から今では大切な場所となった。街中を歩いていて日本語を勉強してる方に話しかけられたり、友人との出会い、様々な旅行など日本にいただけでは味わえない経験をできた。寮での 2 人暮らしも、初対面の人とも会話をすることも慣れるということが分かった。これからはやりたいと思ったことにこれまで以上に飛びつけるような感覚を得ることができた。

(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)

留学を通じて得られたことは、自分自身のしていきたい生き方や人と比べないことだ。友人や、他の学生、人々をみていると自由と責任を感じた。それぞれが自立していて、お互いを尊敬しているような姿勢が言葉以上に態度としてみえていた。自分もその姿勢を大切にしたいと思う。いろいろな人がいて、それをいいねと言い合える社会に豊さを感じた。また、マイノリティという立場に慣れた経験も非常に大きい。単一国家であるからか、フランスやイギリスなどの国に比べて移民や他の国籍の方が少ないからか、大変目立った。ときには差別的な発言や態度も見受けられ、自分の居場所はここではないのかもしれないとなんとなく思う時もあった。しかし、こうした感情が日本にいただけでは味わえないという感情の切り替えをできたと共に、日本で同じ感覚を持っているかもしれない人に寄り添いたいとも思うようになった。街中にある注意書や、アナウンスなどは多くの場合を読めないことが多かった。日本では、レストランですらメニューに日本語のみであったり、言葉で対応できない現状がある。これは、実際に同じ立場になった自分だからこそ相手の立場となり易いのではないかと考える。こうした経験からも、受け入れや許す社会を作りたいと思う。そして、単純なことではあるが、自分も親切を受けたように困っている人を助けたい。

そして、留学で得た縁を大事にしたいと思う。国内外の友人と、密度の濃い時間を過ごせたと思うので、会う機会を設けたり、互いに同じ気持ちや感情を分かち合ったこそその関係を大事にしたい。国外の友人は特に、疎遠になりなる可能性が高いので節目で連絡したり会いたいと思う。

もう一点は、英語を話す機会と国際情勢を迫うことである。これまで、日本人の友人以外と日本語を話す機会が少なかったが日本ではその反対となる。英語力は、使う頻度が重要となってくる為、少しでも忘れないようにしたい。国際情勢については、ウクライナ侵攻をはじめとして他人事ではない。ヨーロッパに関しても、その国の友人ができたこと、行ったことこの国であるからこそその当事者意識に近いものを得られたことから、日本のみならず世界に対して視野を持ち続けたい。

(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)

少しでも留学に興味があれば是非チャレンジして欲しいと思います。何故なら大学生という期間が1番留学に適してる時期であると考えからです。もちろん、いつでも日本国外に出て留学や働くことは自分次第で作れますが、仕事やパートナーといった他の優先順位が高いものが留学の決意を難しくする要因となり得ます。それも素敵なことですが、自分のために時間を使える今、交換留学は良い意味で開かれていてハードルの低い挑戦できる機会だと思います。私自身、留学をするにあたり友人関係やゼミ、就活が1年延びること、その当時のアルバイトが好きすぎるなど、様々な大事なものややりたいこと、不安がありました。それでも今は、その時に留学を決めてよかったと心から思っています。留学で得られた経験や縁は全てかけがえのないもので、これからも人生を勇気づけてくれると確信しています。じっくりじわじわ過ごした日々や会話を思い出しそうです。

留学に行くことを決めた人へは、留学に対して肩に力を入れ過ぎずに自分らしさを大切にするといいと思います。人のことを言える立場ではありませんが、重荷を背負わない方が返って飛びやすく、充実した日々が過ごせると思います。

分からないことはとりあえず隣の人に聞いてみると、大抵の場合教えてくれます。

考えるより聞いた方が何倍も早いです、その人と仲良くなれることもあります。