

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏 名	MS	学部・学科	国際商学部国際商学科
学 年	2 年	派遣国	中華人民共和国
派遣大学	上海師範大学		
期 間	2025 年 9 月 19 日～ 2026 年 1 月 28 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	○	冷蔵庫	○
滞在費	約 (37,230) 円 *1 ヶ月あたりの寮費や家賃					
移動	(学生寮がキャンパスの中にある) で、約 (0) 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	80,000 円	自炊することはほとんどなく、キャンパス内の食堂かデリバリーサービスを利用していた。また毎週末、友人とレストランで外食をしていた
学用品購入費	4,469 円	今学期は 4 教科受講しており、リーディング、リスニング、スピーキング、ライティングの教科書をそれぞれ一冊ずつ購入した
交通費	1000 円	日本と比較して中国の電車賃やバスの運賃は非常に安く、また大学が上海の中心地に位置していたこともあり、交通費での出費を気にすることなく生活できた。
交際費	0 円	友人や彼氏と遊ぶ際は、入場料がかかるような施設や、交通費と食費以外に費用を要する

		サービスを使うことは少なかったので、0 円とした。また上海での生活を始めて一か月ほどで彼氏ができ、彼がほとんどの費用を負担してくれたこともあり外出の際の出費はほぼなかったように思う。
その他	25,000 円	中国はネットショッピングのサービスが非常に充実しており、上海での生活に慣れ始めた当初は服や雑貨、靴などを大量に購入してしまい、一か月の出費の内訳ではこのネットショッピングにかけた金額が最も高額だと思われる。

合計

110,000 円

*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

渡航する前は家族に人さらいがいるから気を付けるようにと何度も言われていたので、中国での生活を始めた当初は一人で外出することが無いように気を付けていたが、上海の治安状況の現実を考えていたより悪いものではないと感じた。実際に夜道を一人で歩いても誰かに声を掛けられたことはなく、また日本でも都内に出かけるとナンパされることがあるが上海では知らない誰かに声をかけられたことは一度も無かった。しかし、上海の交通手段のうち、多くの人は自動車ではなくバイクや電動バイクを利用することが多く、これらを利用する人には少なからず歩道を走行する人がおり、留学期間中二回接触することがあった。この点において歩道を歩く際には、バイクを利用する人が周囲にいるかどうか注意する必要があった。

3. 海外旅行損害保険について

保険の名称	学研災付帯海学 / その他 ()		
加入期間	(4) 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	J-TAS (危機管理システム)		
加入期間	(4) ヶ月間	保険料	() 円

4. 滞在都市についての情報

滞在都市／町（ **上海市徐汇区** ）

留学中はキャンパスの中にある国際学生寮で生活しており、キャンパスが上海のほぼ中心地にあるため、キャンパスの周りにスーパーや大きなショッピングモールがいくつもあった。そのため基本的に学校の周辺から遠出することなく電車を使って 30 分程度が私の生活圈だった。地下鉄とバスが主な交通手段であり、そのほかには自転車のレンタルサービスが充実している。上海にきて最初に驚いたのは、交通費が非常に安いということである。特にタクシーの運賃は日本のものと比較して非常に安く、電車で 40 分ほどかかる場所からで学校に帰る際も 300 円以下で移動することが出来る。

【学業編】

1. 大学情報

大学	上海師範大学	所在地	上海市徐汇区桂林路 100 号
最寄空港	上海虹桥国际机场	空港からの距離	約 8.7 キロ（電車で一時間弱、タクシーで 40 分ほど）
空港⇄大学	（電車またはタクシー） *移動手段		
学生数	20,361 人（本科生）	留学生数	369 人
学部	<ul style="list-style-type: none"> ・ 人文与传播学院 ・ 教育学院 ・ 哲学与法政学院 ・ マルクス主義学院 ・ 外国語学院 ・ 商学院 ・ 对外汉语学院 ・ 観光学院 ・ 音楽学院 ・ 美術学院 ・ 体育学院 ・ 数理学院 ・ 生命科学学院、化学与材料科学学院 ・ 情報与机电工程学院 ・ 环境与地理科学学院 ・ 建筑工程学院 <p>*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	对外汉语学院 <p>*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 (9)月～(1)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	一限 writing	二限 listening	一限 speaking	一限 writing 二限 writing	一限 listening 二限 speaking
午後	三限 reading	三限 writing		三限 speaking	

3. 履修内容

※単位数について

現在横浜市立大学の商学部商学科に在籍しているが、留学先大学では外国語学部の授業を履修しており、本来の専攻分野と異なるため単位の互換性はなく、また成績証明書に単位数についての記載がないため、単位数の換算が出来なかった

科目	读写 (writing)		
履修期間	9 月～1 月	単位数	
授業内容／形態	教科書の内容をもとに、先生が黒板を使って簡体字の読み方と発音方法、簡体字の書き順を解説する。簡体字に親しみが無い学生が多く、4つの授業の中で授業が進行する速度が最もゆっくりだった。日本人は漢字を日常に使うので、漢字と似ている簡体字の習得は難易度の高いものではなかった。		
成績	A		
YCU 振替予定	科目	振替予定はない	
	単位数		
	担当教員		

科目	看图说话 (reading)		
履修期間	9 月～1 月	単位数	
授業内容／形態	教科書の内容に沿って先生が中国語の発音方法を教える。4つの授業の中で最も発音を丁寧に教えてくれた授業だと感じる。使用した教科書が古かったこともあり、今の中国語にはない死語や現在と異なる文化についても知ることができた。		
成績	A		
YCU 振替予定	科目	振替予定はない	
	単位数		
	担当教員		

科目	听力 (listening)		
履修期間	9 月～1 月	単位数	
授業内容／形態	教科書に音源がついており、他の授業ですでに学習した単語や表現についてはあえて触れることはなく、音源を聞いてリスニング力を鍛える授業。教科書を使った学習の他にゲームを用いた実践が多かったと感じる。		
成績	A		

YCU 振替予定	科目	振替予定はない
	単位数	
	担当教員	

科目	口語 (speaking)		
履修期間	9 月～1 月	単位数	
授業内容／形態	教科書を使うこともあったが、先生が独自に作ったスライドと実践が豊富な授業だったと感じる。他の 3 つの授業の進行速度に合わせて、学んだことの実践を重視した授業。		
成績	A		
YCU 振替予定	科目	振替予定はない	
	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)

中国での生活が始まってからしばらくは授業と自己学習以外の”中国で生活する”という面で、言葉が伝わらないことと相手が何を伝えようとしているのか理解することに時間が多くかかっていたという点で苦労することが多かった。最初は勉強のペースを確立することが難しくどうしたらより速く中国語を身に着けることが出来るのかと悩むことが多かったが、中国に渡航して 2 か月ほど経って気づいたことは、机に向かって勉強することよりも多くの中国語話者との関係を持ち日々彼らの中国語を聞くことが最も早く自分の中国語上達に国研しているのではないかと感じた。授業や自己学習で知った表現の実践の場を作ることが自分の中国語を上達させることに有効であると気づき、それからはキャンパスで知り合った中国人や外国籍だが中国に長く滞在しており中国語を流暢に話すことが出来る友人と外出することを増やした。また中国で生活する中で、言語の習得は単に単語や文法の知識を増やすだけではなく、文化や人々の考え方を理解することにもつながると感じた。中国語の実践の場として友人と会話する中でひとつ難点であったのが、間違った表現を話すことに対する不安と恥ずかしさだ。話すことに対する恥ずかしさや失敗への不安を乗り越え、自分から話しかけてみる勇気を出せるようになったことは、自分の中で大きな成長だったと考える。最初の頃は思うように伝えられず悔しい気持ちになることも多かったが、そうした経験の積み重ねこそが自分の中国語力を磨く原動力になった。次第に、相手の言葉が完全に理解できなくても文脈から推測して会話を続ける力がつき、コミュニケーションに対する自信も生まれてきた。

このような経験を通して、語学を学ぶとは机上の勉強だけでなく、実際にその言語を使う環境に飛び込むことが最も効果的であると実感した。異なる文化の中で生活することは決して楽ではないが、困難を乗り越えるたびに新しい視点と成長が得られる。今後も授業での学習を大切にしつつ、積極的に人との交流を重ね、中国語だけでなく中国という国全体への理解を深めていきたい。そして将来的には、この経験を生かし、自分の学んだ中国語を国際的な場面でも活かせるよう努力していきたいと考えている。

(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)

中国留学を通して身につけた中国語の言語力に加え、日本と異なる文化の中で生活し学んだ経験は、私にとって大きな財産となった。今後の大学生活では、まずこの経験を活かし、中国語のさらなる向上に努めるとともに、学内外で国際交流の場に積極的に参加したいと考えている。特に、中国からの留学生との交流を通じて互いの文化や価値観を共有することで、言語だけでなく対人理解力を深めたい。また、大学でのプレゼンテーションやグループ活動の場でも、中国で身につけた実践的なコミュニケーション力を発揮し、積極的に意見を述べる姿勢を大切にしていきたい。

将来的には、この留学経験を国際的な視野を持つ強みとして活かしたい。今後ますます日本と中国の交流が進む中で、両国の文化や社会に理解を持ち、相手の立場に立って考えられる人材の需要は高まっている。そのような環境の中で、自分が橋渡しの役割を担えるよう、中国で培った柔軟な対応力や異文化に対する適応力を生かしていきたいと考えている。また、語学の面でも、教科書で学ぶだけでなく、現地で学んだ“生きた中国語”を使いこなせるよう努力を続けたい。

この留学経験を通して得た最大の学びは、「自ら行動し、環境に飛び込むことの重要性」である。これからの大学生活でもその姿勢を忘れず、挑戦を続ける中で、自分の可能性をさらに広げていきたい。

(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)

留学を希望する学生に伝えたいのは、語学を学ぶだけでなく「その国の文化や人々の考え方に触れること」が大切だということです。最初のうちは言葉がうまく通じず不安を感じることも多いですが、失敗を恐れずにコミュニケーションを取る勇気こそが語学力を飛躍的に伸ばします。教室での勉強も大切ですが、現地での生活や人との交流から得られる学びの方が、実際の会話力や理解力の向上につながります。

また、留学中は自分の考えや価値観が揺さぶられる場面もあるでしょう。しかしその経験こそが視野を広げ、新しい自分を見つけるきっかけになります。異なる文化の中で困難に直面したときこそ、柔軟に物事を捉える力が養われるのです。留学を通して得た経験は語学力以上に、将来どんな環境でも通用する適応力やコミュニケーション能力として必ず役立ちます。

だからこそ、留学を迷っている人には「完璧を求めすぎず、一歩踏み出してみること」を勧めたいです。その一歩が、きっと自分の世界を大きく広げる第一歩になるはずです。