

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏 名	H.M.	学部・学科	国際教養学部・国際教養学科
学 年	4 年	派遣国	スペイン
派遣大学	ナバラ大学		
期 間	2023年08月28日～2024年07月18日		

【生活編】

1. 滞在先
前期

滞在形態	学内の学生寮 / 学外の学生寮 / アパート（4人のシェアハウス） / 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	○（エアコンなし）	冷蔵庫	◎
滞在費	約（68,000）円 *1ヶ月あたりの寮費や家賃 400€					
移動	（徒歩）で、約（15）分 *大学までの所要時間と移動方法					

後期

☆前期の宿は日当たりが悪く寒かったので、友人が住んでいた部屋に引っ越しました

滞在形態	学内の学生寮 / 学外の学生寮 / アパート（5人のシェアハウス） / 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	○（エアコンなし）	冷蔵庫	◎
滞在費	約（74,800）円 *1ヶ月あたりの寮費や家賃 440€					
移動	（徒歩）で、約（30）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	25,300 円	スーパー100€ (17,300 円)、外食 (8,000 円)
学用品購入費	700 円	半期に一回 25€(4,300 円)前後の教材
交通費	300 円	基本的に徒歩で過ごせるのでバスを数回使用する程度
交際費	35,000 円	旅行費に約 200€ (35,000 円)
その他	12,160 円	衣服に 50€ (8,700 円)、携帯代 20€ (3,460 円)

合計

73,460 円

*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

スペインの大都市(マドリード、バルセロナ)と比較してもだいぶ治安はいいと感じました。大学のあるパンプローナでスられた話は一度も聞くことがありませんでした。町も小さくお年寄りの方と学生が多く住んでいる地域です。物乞いも少なく、ホームレスもほとんどいない印象です。

また油断は勿論禁物ですが、夜でも街灯がたくさんあるので、基本的に暗い道を避ければ大丈夫だと思います。ですが、たまに酔っ払った変な人もいますので基本的に深夜は誰かと帰宅することに越したことはありません。

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	(11) ヶ月間	保険料	(114,380) 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	ADESLAS		
加入期間	(11) ヶ月間	保険料	(約 102,850) 円 650€

4. 滞在都市についての情報

滞在都市／町（パンプローナ）

パンプローナ（Pamplona）は、スペイン北部、ナバラ州の州都であり、フランスとの国境に近い小さな町です。パンプローナを語るには欠かせない三要素を紹介します。

パンプローナの三大魅力

1. 牛追い祭り（サンフェルミン祭）

毎年7月6日から14日にかけて開催される「サンフェルミン祭」（Fiesta de San Fermín）は、パンプローナの象徴的なイベントです。この期間中、世界中から観光客が集まり、町は白と赤の衣装をまとった人々で溢れます。特に有名なのが「エンシエロ」（Encierro）と呼ばれる牛追いです。日本の有名な旅番組でも一度取り上げられたことのある有名なお祭りです。勇敢な参加者が、街中の狭い通りを駆け抜ける牛と一緒に走り、観光客はこのスリリングな光景を楽しむために世界中から訪れます。この時期はいつも閑静な街も多くの人で賑わいます。

2. サンティアゴ巡礼路

パンプローナは、サンティアゴ巡礼路（Camino de Santiago）の重要な通過点です。巡礼者は、サンティアゴ・デ・コンポステーラを目指してこの町を通過します。町中の道路や建物には、巡礼のシンボルであるホタテガイのマークが見られます。

3. ヘミングウェイと Cafe Iruña

パンプローナは、アーネスト・ヘミングウェイの長編小説『日はまた昇る』の主な舞台としても有名です。ヘミングウェイはこの町を訪れ、特に中心街にある広場(Plaza del Castillo)に面したカフェ、Cafe Iruña を頻繁に利用していたそうです。現在でもこのカフェにはヘミングウェイの銅像があり、彼が座ったと言われる席も残されているそうです。このカフェの内装はとても綺麗で、私はよくチュロスを食べにきました。

【学業編】

1. 大学情報

大学	ナバラ大学	所在地	CampusUniversity 31009Pamplona (Navarra), Spain
最寄空港	パンプローナ空港	空港からの距離	7 km
空港⇄大学	(タクシーで約 15 分) *移動手段		
学生数	約 12,000 人	留学生数	約 1200 人
学部	建築学部 理学部 コミュニケーション学部 法学部 国際関係学部 経済学部 教育心理学部 看護学部 薬・栄養学部 人類社会学部 宗教哲学学部 医学部 経営学部 (ISSA) 機械工学部 *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	法学部 *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

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	・スペイン語前期集中	・国際法 ・スペイン語前期集中	・公共外交論 ・スペイン語前期集中	・スペイン語前期集中	・国際法 ・世界史
午後		・国際関係論			

② (1)月～(6)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前		・スペイン語 ・スペイン語文法	・スペイン語	・スペイン語 ・スペイン語文法	・スペイン語 ・安全保障政策論
午後			・安全保障政策論		

3. 履修内容

科目	スペイン語講義集中型クラス A2		
履修期間	前期前半	単位数	ECT 6
授業内容／形態	15 人程度の少人数クラスでテキストに沿って行うアクティブラーニング形式。 中間と期末の筆記テスト、ライティングテスト、スピーキングテストに加え最終プロジェクトとしてプレゼンテーションやインタビューなどがある。		
成績	8.0		
YCU 振替予定	科目	—	
	単位数		
	担当教員		

科目	スペイン語講義集中型クラス B1.1		
履修期間	後期前半	単位数	ECT 6
授業内容／形態	15 人程度の少人数クラスでテキストに沿って行うアクティブラーニング形式。 中間と期末の筆記テスト、ライティングテスト、スピーキングテストに加え最終プロジェクトとしてプレゼンテーションやインタビューなどがある。		
成績	7.0		
YCU 振替予定	科目	—	
	単位数		
	担当教員		

科目	スペイン語講義集中型クラス B1.2		
履修期間	後期後半	単位数	ECT 6
授業内容／形態	15 人程度の少人数クラスでテキストに沿って行うアクティブラーニング形式。 中間と期末の筆記テスト、ライティングテスト、スピーキングテストに加え最終プロジェクトとしてプレゼンテーションやインタビューなどがある。		
成績	7.3		
YCU 振替予定	科目	—	

	単位数	
	担当教員	

科目	スペイン語 文法 中級クラス		
履修期間	後期	単位数	ECT 6
授業内容／形態	20 人程度の少人数で、先生の作成した文法のパワーポイントを用いて行うアクティブラーニング形式。 中間と期末のテストがある。		
成績	8.2		
YCU 振替予定	科目	—	
	単位数		
	担当教員		

科目	国際法(International Law)		
履修期間	前期	単位数	ECT 6
授業内容／形態	週二回あり、一回目の講義は先生からのパワーポイント講義、二回目は指定書籍を読み、与えられた質問に回答しディスカッションを行う。 中間と期末にそれぞれ筆記テスト。(中間は選択式、期末は記述式)		
成績	5.6		
YCU 振替予定	科目	—	
	単位数		
	担当教員		

科目	公共外交論 (Public Diplomacy)		
履修期間	前期	単位数	ECT 3
授業内容／形態	先生からのパワーポイント講義。 中間レポートと期末には記述形式のテストがある。		
成績	落第		
YCU 振替予定	科目	—	

	単位数	
	担当教員	

科目	国際関係論(International Relations Theory)		
履修期間	前期	単位数	ECT 3
授業内容／形態	所定の書籍を事前に読み、その内容に沿ってパワーポイントを用いながら先生が講義を行う。 中間テストは選択式、期末テストは記述式。		
成績	教授の教育姿勢が合わず履修引き下げ		
YCU 振替予定	科目	—	
	単位数		
	担当教員		

科目	世界史(Modern World History)		
履修期間	前期	単位数	ECT 6
授業内容／形態	フランス革命など 19 世紀以降の欧米の歴史に関する講義。 中間期末の筆記テストに加え、エッセイとプレゼンテーションがある。		
成績	6.3		
YCU 振替予定	科目	—	
	単位数		
	担当教員		

科目	安全保障政策論(International Security Policy: International Crimes, Organized Crime and International Terrorism)		
履修期間	後期	単位数	ECT 6
授業内容／形態	週二回あり、一回目は先生中心のパワーポイントでの講義。二回目は、実際の例を用いてディスカッション。 中間と期末のテストに加え、エッセイがある。		
成績	5.0		
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)

留学生生活全体を通じての気づきとして、様々なことを吸収し、自分自身と向き合うことができました。

私はスペインという国ながらも、英語の講義を履修し自分の英語力を上げることを目標にしていました。ですが、スペインで暮らしていくなかでスペイン語自体に興味を持つようになり積極的に講義を取ることにしました。全くゼロの状態から今では簡単な会話なら理解できるようになりました。日本に帰国してからも、スペイン語のレッスンを受けるなどしてスペイン語を忘れないように努力していきたいと思います。

また、前期後期を通じて韓国、スペイン、フランス、アメリカ、オランダ、ベルギーからのルームメイトと共同生活をしました。ルームメイトたちとは非常に交流が多く、一緒に映画を見たりホームパーティーをしていました。彼女たちの他にも、様々な国から来た人と仲良くなることができました。多国籍な友人に囲まれ、彼女たちとの会話から日本を外側から見る力を養ったり、宗教や政治など少しセンシティブな話もしていたので一段階レベルの上がった異文化理解力を培うことができたと感じています。また様々な文化に触れ、これからの人生の捉え方にも変化があったように感じます。今までは当たり前のように感じていた日本の文化や慣行にさらにリスペクトするようになると同時に、外国の文化などに触れるにつれ日本の型にはまった生き方だけが全てではないと思うことも増えました。

今回の留学を通じて、たくさん旅行をしました。アフリカ大陸のモロッコや東欧のアルバニアなど日本からだとアクセスが難しいところにも今回行くことができました。また一括りにヨーロッパといっても、言語や文化はもちろん異なるので見える景色が多種多様で常に刺激に溢れていました。また旅をする中で、かつての友人たちを訪ねました。2年前に横市に交換留学生として来ていた友人らに2年ぶりに再会しました。私がチューターとして前回横市を案内したのですが、今回は彼らの大学に足を運び大学を案内してもらいました。みんなで日本にいた時の懐かしい話をし、こうして再会できて良かったなと思い、繋がり大切さを感じました。今回の留学で出会った友人とも、何人かとは会う約束をしているのでこれからも縁を大切にしていきたいと思います。

長いようであっという間だった留学生活は、自分にとってかけがえの無い一年になりました。人生で最も充実していた一年だと思います。自分の成長も感じる事ができ、視野も広がりました。ここでの出会いを大切に、これからも一層邁進していきたいと思います。

(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)

今回の留学を経験して、人生は一度きり、やりたいことを自分がやらないとそれはいつまでも「やりたいこと」のままになってしまうということを感じました。自分の人生なので、誰かが代わりにやってくれるわけでもないの、やりたいと思っていることは実際に今から行動に移していかないといけないことを学びました。この学びを今後の将来設計に役立てていきたいと思います。人生は自分の思っているより長くないことを体感したからこそ、より「今」がどれだけ大事なのかを知ることができました。スペイン語や英語の資格取得も「いつか」と言わず今から準備を始めていきたいと思います。加えて、今後の学生生活の中で自分がやりたいと思っていることを実現してこうと思います。

また、先ほども触れたようにスペイン語の資格取得に励み、また旅をしたいなと思っています。スペイン語資格の DELE B1 を受験し、「スペイン語が喋れます。」と言えるレベルまで在学中に仕上げていきたいと思っています。また、今回の留学で出会った友人を訪れたり、アジアを一人旅したり、南米に行ったりまだまだ見たい景色があるので、余裕のある学生のうちにいきたいと思っています。

(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)

ナバラ大学はスペインの中でもレベルの高い大学なので、周りにも意識が高い学生が多く刺激にあふれています。日本の大学とはまた違った雰囲気の中で講義を受けることができ、私立大学なので施設もしっかりしており質の良い学習ができると感じます。

留学生も 1000 人を越え、大学の中でも留学生同士のつながりを作ってくれるような機会がたくさんあります。「Happy Erasmus Pamplona」というパンプローナの学生向けの団体がほぼ毎日のように留学生向けの活動をやっているので、そこに参加してみるのもいいと思います。そういった機会を通じて多国籍な友人を作ることで、日本との文化の違いやいろいろな国の文化に触れることができ、自分の視野を広げることができると思います。

住むことになるパンプローナは、バルセロナやマドリードとは全く色が違うのでいい経験になると思います。個人的には少し田舎ですが、暮らしやすい街でスペインで一番好きな場所です。

またほとんどの留学生は 1 学期で帰国するので、別れが多い時期もありますがその分 1 学期 1 学期で新しい出会いがあり新鮮だと思います。一日一日を大切に、人との出会いを噛み締めて過ごしてください。

何か気になることがあれば、連絡お待ちしております！応援しています！