１．基本情報

| | |
|---|---|
| 体験談記入日（☆） | 2024 年　1 月　15 日 |
| 大阪大学での所属学部/研究科（☆） | 経済学部 |
| 留学時の学年（☆） | 4 年 |
| 派遣ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ名（☆） | ☑　交換留学　　☐　研究留学助成金<br>☐　その他　（　　） |
| 渡航先国名・地域名（☆） | フランス |
| 滞在都市（☆） | セルジー |
| 留学先大学等名（☆） | ESSEC Business School |
| 留学先での所属学部/研究科（☆） | Global BBA |
| 留学先で主に使用した言語 | 英語・フランス語 |
| 渡航先への入国日（☆） | 2023 年　9 月　4 日 |
| 渡航先からの出国日（☆） | 2023 年 12 月 21 日 |
| 渡航先国での滞在期間（☆） | 4 か月弱 |
| 同伴者の有無・続柄・年齢等 | なし |
| その他 | |

２．留学先の大学に関する情報

２．１授業に関する情報

| | |
|---|---|
| 履修科目名称 | Sustainable Marketing |
| 履修期間 | 9 月―11 月 |
| 授業時間（〇分×△回） | 180 分×10 回 |
| 授業形態（講義・セミナー） | 講義・プレゼンテーション |
| 取得単位数 | 4ECTS |
| 履修科目名称 | Nonprofit Organization Management |
| 履修期間 | 9 月―11 月 |
| 授業時間（〇分×△回） | 180 分×10 回 |
| 授業形態（講義・セミナー） | 講義・プレゼンテーション |
| 取得単位数 | 4ECTS |
| 履修科目名称 | Economics of Public Policy and Enterprises |
| 履修期間 | 9 月―11 月 |
| 授業時間（〇分×△回） | 180 分×10 回 |
| 授業形態（講義・セミナー） | 講義・プレゼンテーション |
| 取得単位数 | 4ECTS |
| 履修科目名称 | Luxury Brand Management |
| 履修期間 | 9 月―12 月 |

| | |
|---|---|
| 授業時間（〇分×△回）<br>授業形態（講義・セミナー）<br>取得単位数 | 180 分×10 回<br>講義・プレゼンテーション<br>4ECTS |
| 履修科目名称<br>履修期間<br>授業時間（〇分×△回）<br>授業形態（講義・セミナー）<br>取得単位数 | Intercultural Communication and Management<br>9 月―12 月<br>180 分×10 回<br>講義・ロールプレイ<br>4ECTS |
| 履修科目名称<br>履修期間<br>授業時間（〇分×△回）<br>授業形態（講義・セミナー）<br>取得単位数 | False Beginner French<br>9 月―11 月<br>195 分×10 回<br>講義・会話練習・書き取り<br>4ECTS |
| 留学生（日本人）の割合 | 慶應 （ダブルディグリー含）、早稲田、正規学生併せて 20 人ほど |
| 成績評価の方法(試験・課題の数や分量等) | プレゼンが多く占める。他テストやレポート。概して課題の量は阪大より多い |
| 履修科目の制限等（あれば） | フランス語開講の授業を受ける場合、レベルの証明が必要 |
| （英語圏以外の場合）<br>英語の使用頻度、英語での授業科目の充実度等について | 学内ではほぼ英語。パリでも英語は基本的に通じる。授業もあるらしいが、未受講。 |
| 語学に関するｻﾎﾟｰﾄ(特別授業、ﾁｭｰﾀｰ、ｴｯｾｲﾗｲﾃｨﾝｸﾞに関するｻﾎﾟｰﾄ等) | フランス語の授業がある |
| 授業内での留学生に対するｻﾎﾟｰﾄ等 | あるらしいがつかったことがない |
| その他 | |

２．２福利厚生に関する情報

| | |
|---|---|
| 大学内での福利厚生施設(生協・購買・食堂)について | 食堂があるが高いわりに味がふつう。<br>売店にはスタバのラテが売っている。学内にバーあり。 |
| 図書館について | 結構大きい。 |
| 保健ｾﾝﾀｰ等の有無 | あり。平日は看護師が常駐。週 2 回医師の診察日がある。 |
| ｸﾗﾌﾞ・ｻｰｸﾙ等について | あり |
| 留学生へのｻﾎﾟｰﾄ | あるらしいが使ったことがない |
| オリエンテーション等学校主催の行事について | オリエンテーションあり。ほかにも学生団体が企画した催し物が定期的に開催される。 |

| | |
|---|---|
| 現地の学生との交流について | 授業での交流がメイン。ランチやディナーを一緒に食べることも。 |
| 他の留学生との交流について | 学内・学外ともに積極的にある。 |
| 学外での活動について（地域コミュニティー活動等） | |
| 長期休暇中の過ごし方 | 旅行・勉強 |
| その他 | |

３．ビザ・入国・渡航直後の手続きに関する情報

| | |
|---|---|
| ビザの種類（☆） | 長期学生ビザ |
| ビザの取得手続について（申請方法、申請から取得までの所要期間等）（☆） | 東京のフランス大使館に申請。<br>書類自体はオンラインで作成可能。<br>約 2 週間で届く |
| 利用航空会社 | ベトナム航空 |
| 入国の際の現地空港名 | Challe de Gaulle |
| 空港から滞在先への移動について（交通手段や所要時間） | バス。約 1 時間半。 |
| 入国審査について（提示した書類、審査官からの質問等） | 特に変わった質問はなし。<br>トランジットで観光する際には、理由を聞かれる。 |
| 渡航後の手続き（在留届の提出、外国人登録等） | 在留届。外国人登録。住宅手当の申請。 |
| その他 | |

４．金銭に関する情報

| | |
|---|---|
| 奨学金の受給 | 有　　無 |
| 奨学金名 | |
| 奨学金月額受給額（円） | |
| 入国時に用意した金額 | 30 ユーロ |
| ｸﾚｼﾞｯﾄｶｰﾄﾞについて（ｶｰﾄﾞ会社名・日常の利便性） | Visa。<br>手数料を気にしながら使っていた。 |
| 留学中に利用した銀行名 | Sociate General, BNP Paribas, ソニー銀行 |
| 現地での銀行口座開設について（開設の有無・手続き等） | あり。学校のカウンターで手続き。 |
| ﾃﾞﾋﾞｯﾄｶｰﾄﾞの使用について | 頻繁に使用 |
| 日本からの送金方法について | ソニー銀行と Wise を利用 |
| 1 ヶ月の生活費（目安） | 900€（食費 200€ 、家賃 400€ 弱、日用品 100€ 、交際費・旅費 200€ ） |
| その他 | |

５．暮らしに関する情報

５．１住居に関する情報

| | |
|---|---|
| 住居の種類(学生寮（一人部屋・二人部屋）・ｱﾊﾟｰﾄ等) | 学生寮。2 人部屋。 |
| 家賃 | 380€ （住宅補助込み） |
| 住居を探した方法・時期 | 6 月ごろ学校から案内が来た |
| 荷物の運搬方法（ハンドキャリー、国際宅配便（会社名、プランも）等 | ハンドキャリー |
| その他 | |

５．２　食生活についての情報

| | |
|---|---|
| 普段の食事(自炊・食事つき学生寮等) | 自炊。時々外食。外食は 1 回 20€ 以上する。 |
| 1 ヶ月の食費 | 200-250€ |
| その他 | |

５．３　その他日常生活に関する情報

| | |
|---|---|
| 電話について | Free |
| ｲﾝﾀｰﾈｯﾄについて（Wi-Fi 環境等） | テザリング |
| ｺﾝﾋﾟｭｰﾀｰについて | 日本から持参 |
| 郵便について | La Poste を利用。友達が日本から来た荷物を送り返されていたりしてたので、使うときは注意が必要。 |
| 交通機関について | 電車・バス・トラム・メトロ。遅延多し。 |
| 治安について | 悪い |
| 保険について | 海外旅行保険を利用 |
| 医療機関・薬について | 基本無料。予約はかなり待たされる。日本語対応してくれる病院はあるにはあるが、私立のためかなり高い。 |
| 気候と服装について | 寒暖の差が激しい。基本雨か曇り |
| 普段の買い物について | スーパーを利用 |
| 娯楽・行事について | 学生団体が企画。 |
| 日本語の使用について | 日本人が複数人いるため日常的に使用 |
| 日本から持参して特に役立ったもの/持参したら良かったもの | 変換プラグ。ティッシュ。ヒートテック。コート。ダウン。/洗剤。醤油。 |
| 留学前にしておいて良かったこと/しておけば良かったこと | フランス語の学習 |

| | |
|---|---|
| その他 | |

６．就職活動に関する情報

| | |
|---|---|
| 留学前の就職活動について（セミナー参加、自己分析、業界研究、就活サイト登録等） | 大学院進学のため、就活は特にしていない。 |
| 留学中の就職活動について（海外からの情報収集、企業へのｺﾝﾀｸﾄ、ｲﾝﾀｰﾝｼｯﾌﾟ等） | 11 月にあるボスキャリに行く人もいた。 |

７．語学の学習方法について

| | |
|---|---|
| 留学前に準備したこと、語学能力試験対策等 | 英会話を受講。ニュースや論文を英語で読む。 |
| 留学中の学習方法、工夫したこと等 | 日常会話や授業でわからなかった英単語や表現を調べる。独り言を英語で言う。積極的に会話してみる。 |
| 留学後にどれぐらい語学力が伸びたか（主観的な実感や具体的なスコア等） | スピーキングやライティングが向上した。 |

８．その他

| | |
|---|---|
| 留学して得られたこと | 臨機応変さ。自信。余裕。 |
| 留学中に困ったこと | 風邪をひいたとき。 |
| 留学前/留学中に参考になったウェブサイト等 | Campas France |

９．留学体験談・エッセイ（様式任意）

留学を決めた理由、現地で履修した授業およびその感想、楽しかったこと、大変だったこと、これから留学を考えている後輩へのメッセージ等を１～２ページ(様式任意)で記載してください。また、留学中に撮影した写真数枚（本人も映っているもの）も合わせて提出してください（国際交流室の HP や Newsletter に掲載させていただく可能性があります）。

留学を決めた理由は 2 つある。

1 つは、高校時代に経験した 2 回の海外研修である。私は、高校 2 年次にボツワナ共和国・アメリカ合衆国を訪れた。これらの研修では、現地の学生や住民の皆さんと交流する場面が多く設定されており、彼らと話して理解し合う中で海外の文化に興味をもった。しかし、当時の私の英語力では十分なコミュニケーションをとることができなかった。そのため、英語を含め語学力を向上させ、異文化への理解をより深めたいと思い、留学を志すようになった。

もう 1 つは、留学を決めた時期、自分自身の学校生活に対して不満がたまっていたからである。大学 2 年次の冬、全治 8 か月程度の大怪我を負った。これにより、これまで送っていた大学生活を、学業面・日常面とも一時的に大きく制限せざるを得なくなってしまった。しかし、高校時代からもっていた留学への思いが再燃し、チャレンジすることを決意した。

留学中の生活は、とても新鮮で楽しかったが、困難の連続だった。

授業は、阪大と違ってプレゼンやディスカッションメイン。プレゼンテーションが授業評価の大部分を占めるため、英語でのプレゼンが不慣れな私にとって、授業時間はかなり苦痛だった。ただ、友人やグループメンバーの支えもあり、なんとかついていくことができた。

また、不慣れな外国での生活もあり、体調を 2 回ほど盛大に崩してしまった。日本みたいにホイホイ病院に行くことができないため、持病の喘息の発作が出ようと持参した薬が切れることにおびえつつ、寝込んでいるしかできなかった。私立の病院や日本語対応を求めると高額な医療費を請求されるので、保険だけはちゃんとしたものに加入することをお勧めしたい。

留学は、準備する時点から全体を通してすごく大変だが、価値観の変化や新たな気づきを得る絶好の機会だと思う。このアンケートを読んでいる人には、英語の勉強など手間を惜しまず、ESSEC へぜひ留学してほしい。応援しています！Bon courage!!