交換留学報告書

* この報告書に記載される内容は多文化社会学部のウェブサイト等に記載いたしますので、予めご了承ください。

氏名	鎌田 泰諒	学年(渡航時)	3 年
派遣先大学	ライデン大学		
国・地域	オランダ		
派遣期間	2024 年 8 月 ～ 2025 年 8 月		

履修科目

1 学期目	
履修科目	授業内容
Dutch painting	オランダおよびベルギーの画家やその歴史・文化に関しての講義
Culture and society	オランダの文化・宗教・歴史に関する講義
Dutch biginnercursus	オランダ語の講義 リーディング・リスニング・スピーキング・ライティング
2 学期目	
履修科目	授業内容
Philosophy and science	ヨーロッパにおける哲学の講義
Speaking and listening	オランダ語のリスニングとスピーキングの講義
Reading and vocabulary	オランダ語のボキャブラリーの講義

留学レポート(1,500 字以上)

以下に私が今回の留学で困難に感じた点および学びを得たエピソードを記述する。

第一の困難は言語の困難である。今回の留学以前、私は一度も海外渡航経験がなく、全てがゼロからのスタートであった。日本語を一切話さない環境で、異なるバックグラウンドを持つ人々と英語で会話することは、私にとって初めての挑戦だった。現地へ渡航するまでは「何とかなるだろう」と楽観的に考えていたが、大学の開始前に行われた一週間のオリエンテーションで現実を思い知らされた。思うように英語を話すことができず、「アジア人として欧米と比べて英語力が劣っている」と感じ、自分の準備不足を痛感した。

精神的に大きな打撃を受けたが、日本で応援してくれている両親や友人の存在を思い出し、気持ちを立て直した。その後は、積極的にクラスの日本人以外の学生と話し、休暇中には一緒に旅行に行くなどして、自ら日本語を使わない環境を意識的に作り出した。幸運なことに、クラスメイトたちは私の拙い英語を笑うことなく、真摯にコミュニケーションを取ってくれたため、臆することなく英語を使い続けることができた。現在では、クラスメイトや後述する「日本語会話クラブ」で出会った友人と、問題なく英語で意思疎通ができるようになった。

第二の困難は授業内容と授業の質である。日本の大学とは異なり、こちらの授業では一度でも予習や復習を怠ると、すぐに取り残されてしまうという緊張感があった。また、毎月末に実施される小テストも苦手で、毎回のように再試を受けていた。もともと英語の習得にも時間がかかっていた私は、言語習得の面で決して得意とは言えず、オランダ語の学習は思うように進まなかった。

それでもスピーキングには興味があったため、オランダ人の友人に協力をお願いし、文法にとらわれず「いかにして自分の考えを伝えるか」に重きを置いた実践的なコミュニケーションを繰り返した。その結果、全ての講義で単位を取得することはできなかったものの、勉学面においては自分なりに満足できる成果を得られたと考えている。

第三の困難は気候と食生活の違いである。北ヨーロッパ特有の気候、特に冬の短い日照時間と食生活の変化

も大きな課題であった。いわゆる「冬季うつ」はこの地域では珍しくなく、私もその例外ではなかった。冬の始まりこそ大きな不調もなく過ごせたが、2025 年に入ってから体調が徐々に悪化し、2 月の新学期以降は授業を欠席する日が増えてしまった。もともと日本にいた頃から身体が強くなく、すぐにお腹を壊したり風邪をひいたりする体質だったことも影響した。

オランダの主食はジャガイモやパンであり、年明け頃からその食事が自分の体に合わなくなったのか、慢性的な胃腸の不調が続いた。3 月には呼吸のしづらさを感じるようになり、日常生活にも支障をきたすようになった。現在は日本から送ってもらった整腸剤を服用することで症状はやや改善しているが、当初、食生活の違いを軽視していたことは大きな反省点である。

ここからは今回の留学で得た学びに関して記述する。

私は今回の留学を通して「バックグラウンドが異なる人々と協働する力」を得ることができた。日本文化や言語に関心を持つ現地学生と、日本人留学生との交流の場を創出したいという思いから、クラブ活動を再建、運営した。前年度にも同様のクラブは存在していたが、参加者の期待と内容に乖離があり、満足度が低く、コミュニティとして機能していなかった。その課題を踏まえ、まずは参加者数 30 人を目標に設定し、参加者の日本語習熟度の差を考慮した運営方法を検討した。2 時間の活動を前後半に分け、前半は全員が楽しめるゲーム、後半はレベルに応じたディスカッションやロールプレイを実施した。また、通常の活動への参加ハードルが高い学生にも配慮し、学期末にはスケート大会やピクニックなどの特別イベントも企画した。結果としてクラブは多様な学生が継続的に集う場へと成長した。この経験から「バックグラウンドが異なる人々と協同する力」を得ることができた。

留学中の写真（5 枚程度） ※写真のキャプションも入れること

前期会話クラブ最終回のアイススケート大会の様子

後期中間テスト後の会話クラブピクニックの様子

会話クラブ最終回のビーチピクニックの様子

オリエンテーションウィークのグループ活動の様子（9 月）

ライデン市解放記念日のアトラクションに乗った際の写真（10 月）

講義の一環でマーストリヒトに動画を撮りにいった際の写真（11 月）

以下オランダで撮った写真です。

Beklimmen
op eigen risico!
Climb at
own risk!