

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	市原好夏	学年(渡航時)	3
派遣先大学	Gent 大学		
国・地域	ベルギー・Gent		
派遣期間	2025 年 9 月 ～ 2026 年 7 月		

履修科目

1 学期目	
履修科目	授業内容
Culture Studies	文化・芸術・アイデンティティが現代社会や教育にどのような影響を与えているのかを学び、理論だけでなくゲスト講義や文化活動、リフレクションを通して、社会問題を多角的・批判的に考える力を身につける授業です。二週間に一度少人数ディスカッションがありました。抽象的な概念を扱うため理解には苦労しましたが、その分多くの学びを得られた非常に興味深い授業でした。
Society and Current Affairs: Japan	現代日本の社会構造について幅広く学びます。現代日本社会のさまざまな側面を取り上げ、前近代の社会構造が現代日本にどのような影響を与えているのかを分析します。現地学生とペアを組み、授業に関連するプレゼンを行いました。現地学生と繋がれるきっかけにもなるので、非常におススメの授業です。
Dutch for exchange students	交換留学生を対象に、オランダ語の基礎文法や語彙、発音を学びます。授業は非常に速いペースで進みますが、内容についていくことができれば、実践的なオランダ語運用能力を身につけることができる非常に有意義な授業です。なお、この授業のみ受講料が別途必要となります。
Fashion and Textiles	古代から現代までの繊維・ファッションの歴史を学び、素材や製法、デザイン、国際貿易との関わりについて理解を深めるとともに、階級・人種・ジェンダー・植民地主義といった視点から、ファッションを社会や歴史と結び付けて批判的に分析し学ぶ授業です。成績が最終試験 100%で決まる授業なので、合格するのは非常に難しいと思いますが、日本の大学では学びにくいことが学べる新鮮な授業でした。
Korean Language and Culture 1	ハングルの読み書きから始め、韓国語の基礎文法・語彙・日常会を学びます。また、韓国の文化的背景にも重点を置き、韓国文化についても理解を深めることの出来る入門授業です。
2 学期目	
履修科目	授業内容
Academic English	大学で必要となるアカデミック英語のスキルを身につける授業です。ライティング・スピーキングを中心に、論文の構成や文体、語彙、研究課題の設定、引用・パラフレーズ・剽窃防止など、学術的な文章作成や発表に必要な知識と技術を学びます。
Conflict Studies	現代の武力紛争や暴力の原因・構造・展開を理論と事例の両面から学び、紛争分析の手法を身につける授業です。合格するためには非常に多くの時間と努力を要しましたが、留学中に受講した授業の中で、個人的に最も面白い授業でした。
Human Rights	人権について、多様な学問分野の専門家から学ぶ授業です。法学・哲学・政治学・人類学・医療・情報技術などの視点から、人権の基本的な考え方や、それ

	ぞれの分野で人権がどのように活用・議論されているのかを学びます。
Low Countries Studies	低地諸国(ベネルクス)について、歴史・社会・経済・政治・文化などの様々な側面から学びを深めます。多くの留学生が受講していました。単位数が少ないこともあり、比較的合格しやすい授業だと思います。
Music and Social Action	音楽がコミュニティ形成や社会の発展に果たす役割について、グローバルな視点から学ぶ授業です。ヨーロッパ中心主義や植民地主義的な考え方を批判的に検討するとともに、社会的排除や貧困といった課題に対して、音楽が人々の社会参加やエンパワーメント、地域・社会の発展にどのように貢献できるのかを、国内外の事例を通して考察します。

留学レポート(1,500 字以上)

● 学業で苦労したこと

学業面で最も苦労したのは、やはり言語の壁でした。留学前に交換留学を経験した先輩方から話を聞き、できる限りの準備をして臨みましたが、それでも授業についていくのは容易ではありませんでした。オランダ語話者の英語力は非常に高く、現地学生の多くが流暢な英語を話します。また、アントワープ大学は現地学生でも複数の科目を落第することがあるほど、学業のレベルが高いことで知られています。そのため、英語で専門的な内容を理解しながら授業や課題に取り組むことには大きな苦労がありました。これから留学する方には、大学院生向けの授業よりも学部生向けの授業を履修すること、また、成績評価が最終試験 100%ではなく、出席や課題、プレゼンテーションなども評価対象となる授業を選択することをおすすめします。課題やプレゼンテーション、試験に追われ、精神的にも大変な時期がありましたが、最後までやり遂げたことで、自分の英語力だけでなく、粘り強く取り組む力にも自信を持つことができました。

● 寮生活

私はブルージュにある大学寮に住んでいました。寮は 1 フロア 18 人でキッチンを共有し、自室にはトイレとシャワーが付いているタイプの部屋でした。留学前は、文化も母国語も違う他人との共同生活に不安もありましたが、私のフロアは比較的治安が良く、快適に過ごすことができました。キッチンのみを共有する形式は、フラットメイトと自然に関わる機会がありながらも、自分のプライバシーを保つことができるため、私にとってちょうどよい環境でした。フラットメイトとは一緒にパーティーをしたり、カードゲームをしたりすることもあり、寮生活を通して交流の機会を持つことができました。また、同じ寮に日本人学生も多くいたため、困ったときにはお互いに助け合いながら生活していました。

● 非英語圏での留学

私が住んでいた地域や大学のある地域は、オランダ語圏でした。前述の通り、オランダ語話者の英語力は非常に高く、英語のみでも問題なく生活することが出来ます。また、日常的に高いレベルの英語に触れられる環境でもありました。一方で、現地の言葉であるオランダ語を少しでも話すことができれば、留学生生活をより楽しむことができると感じました。私はもともと語学に興味があったため、ベルギー人の友人から多くのオランダ語や方言(West Flemish など)を覚えてもらいました。簡単な挨拶や表現だけでもオランダ語を使うことで、現地学生や地域の人々との距離が縮まり、より深いつながりを感じることができました。英語だけでも十分に生活できる環境であっても、現地の言葉を学ぼうとする姿勢は好意的に受け止められることが多く、それも非英語圏に留学する魅力の一つだと感じました。

● 食事について

ベルギーでは外食費が高いため、私は基本的に毎日自炊をしていました。大学の食堂も 1 食あたり約 1,000 円程度で、日本と比べるとやや高めの価格設定です。アントワープやブルージュ、ブリュッセルなどの主要都市にはアジアンスーパーがあり、日本の調味料やお米を購入することができます。そのため、自炊をするうえで大きな不便を感じることはありませんでした。また、比較的安価な炊飯器をインターネットで購入し、毎日ご飯を炊いて食べていました。

● 実際にかかった費用（1 ユーロ = 173～185 円）

留学費用の内訳（一か月）

項目	費用(円)
家賃	93,000
食費(自炊)	20,000
食費(外食)	15,000
通信料	3,300
洗濯代	60,00
雑費・交際費	10,000
合計	147,300

留学前準備費用の内訳

項目	費用(円)
スーツケース	20,000
衣類系	28,000
飲食系	11,000
生活必需品	50,000
スマホ関連	10,000
合計	119,000

基本的に、一週間の旅行で約 10 万円かかりました。(LCC やホステルなどを利用しました)

私は毎月約 20 万円の返済不要の奨学金を受給していたため、旅行費を除けば、生活費について不自由を感じることなく過ごすことができました。

● 留学全体を振り返って

留学生活は、決して楽しいことばかりではありませんでした。孤独を感じることや、人に言いづらい悩みを抱えること、自分自身と向き合い葛藤する時期もありました。それでも、私は自分の留学生活にとっても満足しています。コンフォートゾーンを飛び出して新しい環境に挑戦したことで、語学力だけでなく、精神的にも大きく成長することができました。また、多くの友人と出会い、さまざまな経験を重ね、かけがえのない思い出を作ることができました。

留学中の写真(10 枚程度) ※写真のキャプションをファイル名にすること。



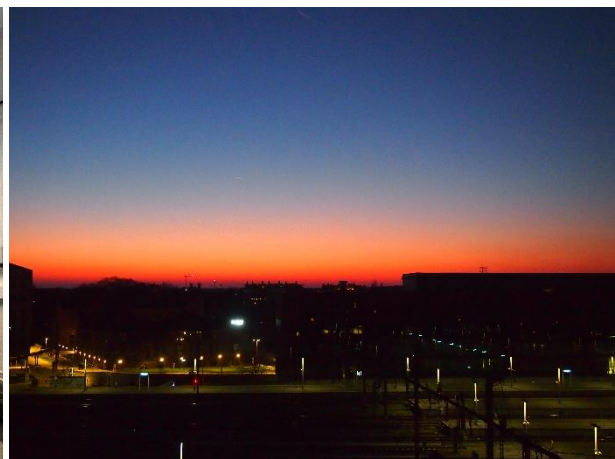
ゲントにあるカラオケに友達で行ったときの写真。
日本語の曲もいくつかありました



フラットメイトと International Dinner Party を
行いました！



ポッドキャスト制作課題に取り組んでいる最中



愛してやまないベルギーの空景色。
毎日素敵な景色を見せてくれました



休暇中にフィンランドへ行き、念願のオーロラを見ました



住んでいた町ブルージュの写真



住んでいた町ブルージュの写真



長い長いテスト週間は友達と一緒に頑張りました



友達とスケートに行ったときの写真