



氏名 ZMQ  
所属 経済学研究科経済学  
学年 2年

留学先 CY・セルジーパリ大学  
留学期間 2025/9/1~2026/1/9

## 留学レポート Study Abroad Report

### ➤ きっかけ

私が今回フランス留学に参加した理由は、単に「留学してみたい」という気持ちからではなく、自分をこれまでとは異なる学習・生活環境に置くことで、これまで当たり前だと思っていた思考の枠組みを見直したいと考えたからである。

留学生として日本で生活する中で、私は個人の意思決定や生活面での自立、人間関係の築き方などにおいて大きな成長を感じてきた。一方で、ヨーロッパで長期間学び生活した経験はなく、言語が十分に通じない状況や、文化的背景の差がより大きい環境に直面した際に、自分が無意識のうちに既存の考え方に頼ってしまうのではないかという不安もあった。

また、以前からフランスに対する憧れがあり、興味の一環としてフランス語を学んできたこともあり、机上の知識ではなく、実際に現地で生活し学ぶことで理解を深めたいという思いが強くなった。多文化・多言語が交差する環境に身を置き、自らを快適な領域から引き離すことで、新たな刺激や成長を得たいと考え、本留学への参加を決意した。フランス社会や教育環境が持つ多様性や不確実性こそが、留学の最も価値ある部分であると感じている。

### ➤ 授業・学校生活

フランス留学中は、自分の学習目標に合わせて、英語で行われる授業をいくつか取って、同時にフランス語の授業にも参加した。授業の形は大きく CM（講義の大人数）と TD（少人数の演習・ディスカッション）に分かれていて、私は CM より TD を選ぶことが多かった。TD はテンポが速くて、授業中に「質問

して」「返して」「議論して」みたいな場面が本当に多い。さらに、いろんな背景の学生とグループで課題をやることも多かった。

正直、最初はかなり戸惑った。言い方が合っているか不安になるし、私はもともと「ちゃんと考えがまとまってから話したい」タイプだから、頭の中で何回も文章を作り直しているうちに順番が来て、逆に緊張してしまうことが多かった。でも授業を重ねるうちに、「最初から完璧な答えを言う」ことよりも、とりあえず今の時点の考えを出して、その場のやり取りで修正しながら理解を深めていくことが大事なんだな、と気づいた。未完成でも一回口に出してみるようになってからは、先生や同級生が反応してくれることが増えて、議論の中に入りやすくなったと思う。

授業以外では、「日本語の先生」として言語交換のワークショップにも参加した。これが私にとってはすごく大きかった。というのも、ここでは“語学”がそのままリアルな交流になるから、相手の理解度や反応を見ながら、その場で説明の仕方を変えないといけない。毎回ワークショップの前に、今日のテーマを整理したり、みんなが話しやすい質問をいくつか用意したり、伝わらなかったときの言い換えも考えたりして、できる範囲で準備して臨んだ。

面白かったのは、その準備の過程で、私自身が日本文化を前よりちゃんと調べるようになったことだと思う。例えば、行事や習慣の由来、作品の背景、日常表現にある微妙なニュアンスとか、ただ「知ってる」だけだと説明できない部分が意外と多い。相手に伝えるとなると、自分の中で筋道を立てて話せるようにしないとイケなくて、結果的に“教えているつもりが、自分が学び直している”みたいな感覚になることが多かった。

ワークショップでは友達もたくさんできて、日本文化の話で盛り上がることも多かった。特にアニメや漫画の話題は本当に多くて、むしろ相手のほうが詳しいと感じることもあった。作品名を出された瞬間に、私が知らなくて固まることがあって、そのときは日本語が分からないわけじゃなくて「どう返したらいいか分からない」という感じの気まずさがあった。でも同時に、そこまで興味を持って話してくれるのは嬉しくて、ちょっと複雑な気持ちだった。だから、出てきた作品名はスマホにメモしておいて、時間があるときにざっと調べたり、少し見てみたりして、次に同じ話題が出ても完全に空白にならないようにした。

同じことは私にも起きた。フランスの友人がフランス映画とか本土の話題を楽しそうに話していると、今度は私が「ついていけない側」になる。そこで思ったのは、留学中に感じる“差”って、能力の差という

より、今までどんな環境で育って、どんな文化に触れてきたかという「引き出し」の違いが大きいんだな、ということだった。これは短期間で一気に埋まるものではないから、少しずつ補っていくしかない。授業の外でも、試して、つまずいて、また準備して…という繰り返しが、私にとっては一番リアルな学びだったと思う。

## ➤ 生活

生活面では、フランスに到着した当初、言語や制度の違いによって物事の進み方が遅く感じられる点に戸惑った。交通機関の利用や買い物、各種手続きなど、何をするにも確認が必要で、最初は人に迷惑をかけてしまうことを気にして、自分で地図や情報を調べてから行動することが多かった。次第に、事前に準備をして落ち着いて対応することが重要だと分かり、移動ルートをあらかじめ確認したり、表現を簡単にしたり、聞き取れない場合は書いて伝えるなど工夫するようになった。住居環境も比較的安定しており、生活に慣れるにつれて、学習や交流により集中できるようになった。

## ➤ 観光

留学期間中は、週末や休暇を利用して観光も行った。フランス国内では、パリを中心に美術館を訪れたり街を歩いたりしながら、文化と日常生活が密接につながっていることを実感した。観光地として知られる場所だけでなく、実際に人々が生活している街区を歩くことで、フランスの雰囲気をもっと身近に感じることもできた。

また、近隣のスペイン、イタリア、ギリシャにも足を運んだ。スペインでは街全体の活気や人との距離の近さが印象的で、フランスとは異なるコミュニケーションの雰囲気を感じた。イタリアでは歴史的建造物や街並みを通して、過去と現在が自然に共存している点が強く印象に残った。ギリシャでは遺跡や自然環境に触れることで、歴史を知識としてではなく、空間として体感する経験ができた。

複数の国を訪れたことで、ヨーロッパを一括りにして捉えていた文化や価値観が、国ごとに大きく異なることを実感した。こうした教室の外での経験は、留学先の理解を深めるだけでなく、物事を比較しながら考える視点を養うきっかけにもなったと感じている。



・スペインでは主にバルセロナを訪れ、現地の食文化や建築に触れる機会があった。食事ではスペインの生ハムを実際に味わい、切り方や食感を通して、食そのものが文化の一部であることを実感した。建築面では、天才建築家ガウディの作品を複数見学し、特にサグラダ・ファミリアや街中の建築群が印象に残っている。ガウディの建築は曲線や色彩、自然のモチーフが多く用いられており、伝統的な建築とは異なる独自の世界観を持っていた。実際にその場に立つことで、個人の創造性が都市空間に強く反映されていることを肌で感じる事ができた。この経験を通して、建築や食といった身近な要素からも、その国の文化や価値観を理解できることを学んだ。





・イタリアでは、主に街を歩きながら都市の雰囲気や生活の様子を観察した。特に印象的だったのは、歴史と現在の生活との距離が非常に近い点である。多くの歴史的建造物が観光用に切り離されるのではなく、日常生活の中に自然に溶け込んでおり、人々がその空間を当たり前のように使っている姿が印象に残った。こうした環境を実際に歩いて体験することで、歴史を知識としてではなく、現在進行形のものとして捉えることができた。また、街の使われ方や人々の生活リズムがフランスや日本とは異なることにも気づき、文化の違いをより具体的に実感する機会となった。





・ギリシャでは、美しい歴史的景観だけでなく、それをどのように知るかという体験自体が印象に残っている。現地ではガイドの方と一緒に行動し、遺跡を巡りながら、ギリシャの歴史や神話、街の成り立ちについて多くの話を聞いた。書籍で知っていた内容も、実際の場所で説明を受けることで、より具体的に理解できたと感じている。また、途中でなぜギリシャにはレモンの木が多いのかといった話もあり、自然環境と生活の結びつきを身近に感じることができた。さらに、街中には人懐っこい猫が多く、至るところで見かけたことも印象的だった。こうした穏やかな日常の風景が、この国への親しみを強くしてくれたように思う。



➤ 終わりに（これから留学を考える方へ）

これから留学を考えている後輩の方の中には、参加するかどうか迷っている人もいると思う。異国での生活への不安や、言語、手続きなどの大変さを想像してしまうのは、ごく自然なことだと感じている。私自身も出発前は同じような気持ちを抱えていた。しかし実際に一歩踏み出してみると、多くの問題は最初から完璧に解決するものではなく、日々の生活の中で少しずつ乗り越えていくものだと分かった。まず行動してみることで、状況は徐々に見えてくるように思う。

また、このような貴重な交換留学の機会を提供してくださった大学には、心から感謝している。半年間という限られた期間ではあったが、これまでとは全く異なる環境で学び、生活できた経験は、今後の人生の中でも非常に大切に、楽しく思い返せる時間になると感じている。