



氏名	Y.K
所属	商学部 公共経営学科
学年	4年
留学先	交換留学 (CYセルジー・パリ大学)
留学期間	2025/9/1~2026/1/13

留学レポート Study Abroad Report

【留学のきっかけ】

私は元々フランスの文化や音楽が好きだったことからフランス語を勉強し始め、2年次に1ヶ月間、フランスのル・アーヴル大学への短期留学を経験しました。そこで初めて海外に滞在し、国際交流の楽しさを知りました。そして今度はもう一度、長い期間滞在してみたいと思うようになり、4回生の後期という最後の時間を使って、今回の一学期間の留学を決めました。フランス語は第二外国語として1,2回生の間に勉強し、短期留学に向けて勉強し始めた頃からは、趣味感覚でこれまで勉強を続けてきました。短期留学では、語学の勉強がメインで、現地で日本語を学ぶ学生と交流できたものの、授業は日本人だけの特別クラスでした。そのため、今度は現地の学生と一緒に授業を受け、語学学習だけでなく、フランス語を使って何かを学びたいと思い、学部が多様で語学レベルによる履修制限が少ないと感じた、CYセルジー・パリ大学を選択しました。

【大学について】

現地の大学では、国際・異文化研究学部の英語・日本語学科に所属していました。フランス語ができなくても、英語で開講される授業はありますが、数は少ないです。英語・日本語学科とのことで、授業内容はフランスのことではなく、国際的な内容や日本の歴史や文化が多く、フランスのことについて学びたい気持ちがあったため少し残念でした。しかし日仏翻訳の授業は語学勉強にとっても役立ちましたし、日本のビジネスや政治、歴史に関する授業は、専門用語が多く、普段勉強しないようなフランス語の語彙が増えて良かったです。またフランス語で何かを学ぶという目的は達成されました。学部の授業ではフランスに関することは学べないと分かったので、他学部の授業に聴講という形で参加させていただきました。フランスやフランスに近い国々の地理についての授業を取りました。全てフランス語のため、理解するのが大変でしたが、私が希望していた「フランスに関する学問」を学ぶことができたので、とても良かったです。英語で開講される授業も取りましたが、私は英語が苦手な上に、フランスの学生の英語レベルが高く、大変でした。また留学生は、外国人向けのフランス語の授業であるFLE（語学学校）を受けることができます。私はB1レベルのクラスを受けましたが、他の学生のレベルが高く、授業についていくのに苦労しました。FLEに限らず、学生は皆積極的に発言したり質問したりする人が多いのが印象的でした。またFLEでは、いろんな国の人が年齢問わず受講しており、学科の学生以外との出合いができる貴重な機会でした。

セルジー大学の学生たちは、皆とても良くしてくれ、一緒に授業を受けたり、ご飯を食べたり、遊びに行ったりしてくれました。困り事や日々の授業でもたくさん助けてくれて、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。日本語を学ぶ学生たちと日本語・フランス語を教えあったり、好きなものや日本の文化につ

いて話すのはとても楽しかったです。セルジーには多様なルーツを持つ学生が多く、彼らの家族の話を聞くことも興味深かったです。また彼らの日本語レベルがかなり高いので、自分の語学力をさらに高めたいと思うモチベーションにもなりました。また同じく交換留学で来ていた日本人の学生とも仲良くなれました。生活や勉強について情報交換しあったり、困ったことがあれば相談しあったりでき、かなり心強かったです。今回の留学では、たくさんの出会いと人々の優しさに本当に助けてもらったと感じています。ここでの友達たちとの思い出は一生残る大切なものになったと思います。国際交流の中で、多様な考え方や価値観、文化に触れることができ、充実した生活を送ることができました。

【生活について】

学生寮（CROUS）で一人暮らしをしていました。CROUSの寮は最低限の設備しかないため、到着してすぐに生活用品を買い揃える必要があり、生活に慣れるまでが大変でした。外食は高いのでたまにしかせず、基本的に自炊していました。買い物では食べ物の違いに戸惑いながらも、種類がたくさんあるチーズやバター、パンなどフランスならではの食を楽しむことができました。また実際に生活することで、旅行や観光地では味わえない貴重な経験ができたと思います。短い期間でしたが、フランスに住む人々の実際の生活や文化に触れられたのが、留学の大きなメリットでした。



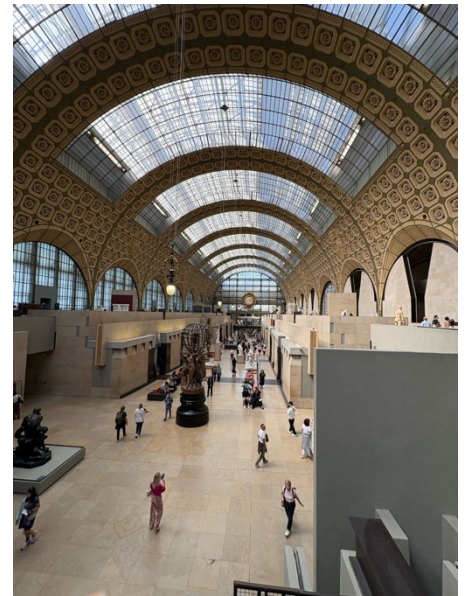
【奨学金について】

私はヴァル・ドワーズ県の奨学金をいただき、かなりお世話になりました。月 600 ユーロの支給、航空券の手配、学生ビザの手数料免除などの支援を受けました。また滞在期間中に、ヴァル・ドワーズの観光地に連れて行ってもらったり、行政の方とお話しさせていただいたり、地域の中学校の日本語クラブにお邪魔して生徒と交流したりしました。これらの機会は自分だけでは得られないので、とても貴重な経験をさせていただきました。他にも様々な奨学金をいただいております、おかげで留学を叶えられました。お金がかかることから留学を悩む人もいます（私もそうでした）が、いろんな制度や手段があるので、今しかできない留学を、金銭面で諦めてほしくないと思っています。

【休日】

セルジーはパリ郊外に位置し、電車（RER）1 時間ほどでパリに遊びに行くことができます。週末は、パリの観光地に出かけたり、ショッピングしたり、散歩したりと楽しめました。特に美術館は、留学生は無料で入れるところが多いので、たくさん行きました。ルーヴル美術館やオルセー美術館は回りきれないほど広く、有名な作品をたくさん見ることができ感激しました。気軽にパリに行って、フランスの芸術に触れられる環境が本当に良かったです。

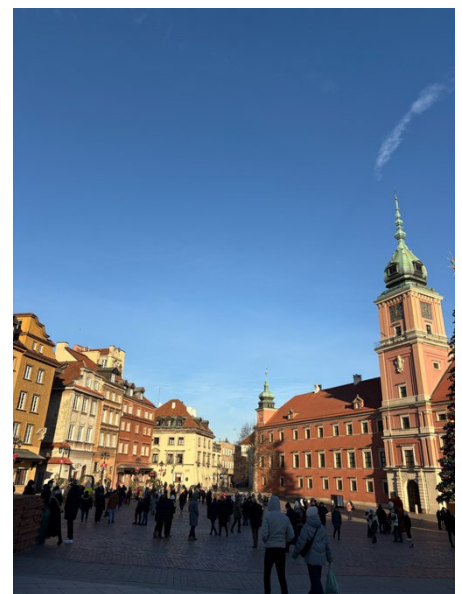
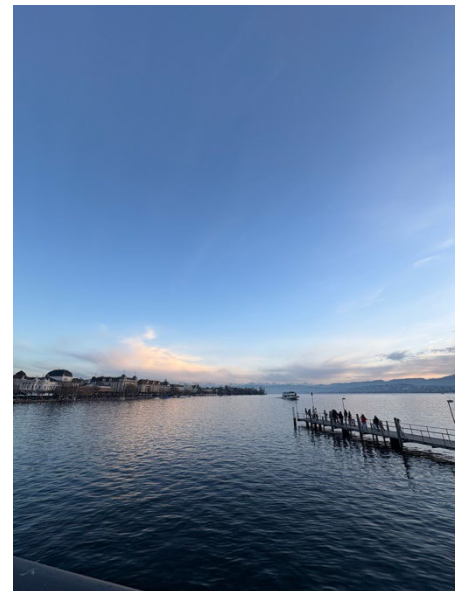
他にも、フランスの友達の家にお邪魔してラクレットをご馳走になったり、一緒にお出かけしたりもしました。留学生向けに観光企画をしている学生団体のイベントにも参加し、他国からの留学生とも交流できました。また週末に、前回滞在していたル・アーヴルにも行き、ホストファミリーと再会しました。2年ぶりでしたが、以前のように家族の一員のように迎えてくれ、とても嬉しかったです。フランス語が前より上達していると褒めてくれたのもとても嬉しかったです。



【旅行】

国内旅行は、アルデンヌ地方やアルザス地方に TGV で行き、フェスティバルやクリスマスマーケットを楽しみました。フランスの中でも異なる地域に行くのはとても面白かったです。郷土料理を食べたり、街歩きをしたり、本当に楽しかったです。ただパリやセルジーが、フランスの中でも北の方に位置するため、南の方に観光にいけなかったのは悔しかったです。またフランスに旅行に行きたいなと強く思いました。

フランス以外では、日本から来た友人とエジプト、イタリアに行きました。また冬休みには、電車でヨーロッパを周遊し、スイス、オーストリア、ポーランド、ドイツ、ベルギーにも訪れることができました。EU 圏内だと、国内旅行感覚で気軽に旅行ができるので、これから留学する人も、ぜひたくさん旅行してみてください！勉強面も遊びの面も本当に充実した留学ができました。



【最後に】

これから留学を考えている皆さんへ。留学にあたって、不安なことや困難に直面することもあるかと思いますが、それ以上に得られる経験や思い出が本当に大きいです。国際交流や海外の生活の中で、今までになかった価値観に触れ、旅行とは違うリアルなフランスの人々・生活・文化を知ることができました。たくさんの友人に恵まれ、思い出作りができたことも、一生忘れない貴重な経験になりました。皆さんもぜひ留学にチャレンジして、後悔のない学生生活を送ってください！