

交換留学帰国報告書

記入 | 2026 年 9 月
所属 & 学年 | 経済学部経営学科 3 年
卒業予定 | 2028 年 3 月

留学先大学	ミュンヘン工科大学
留学先国	ドイツ
留学期間	約 12 月 （3 年次に留学）
留学開始－終了	2025 年 9 月 30 日 － 2026 年 9 月 9 日

A. 留学に至った経緯や留学準備について

- ①留学する大学や国、プログラムを決めた理由を教えてください。

以前からドイツの文化や経済に関心があり、英語の講義も多く開講されているミュンヘン工科大学で学びを深めたいと思ったから。過去に同じ経済学部から留学している先輩方が多く、参考となる情報も多かったから。

- ②留学を志したきっかけや経緯、動機などについて教えてください。

二年次に経済学部でシンガポール派遣プログラムに参加し、実際に現地で英語の講義を受けたり現地の学生たちと話す中で、もっと長期的に留学して自分の興味のあるマーケティング分野を学んだり、海外で知見を広げたいと強く思ったから。

- ③留学前の海外渡航経験があれば教えてください。

渡航先	渡航時の学年	目的 & 期間など
シンガポール	二年	2 週間弱。フィールドワークを中心とした研究発表など。

- ④実際に留学準備を始めたのは応募した時期からどのぐらい前でしたか？

シンガポール派遣プログラム終了後の学部二年 9 月末ごろから検討していました。

- ⑤海外留学室での相談内容、参考になったことなどを教えてください。

交換留学にするか短期留学にするか迷っていた際に、両プログラムを比較しながら説明してくださったのでとても参考になりました。留学中も、長期休みの過ごし方についてなどちょっとした相談にも乗っていただいたので、大変お世話になりました。

B. 留学前の語学対策や単位などについて

- ①留学前の語学対策、TOEFL などの受験回数などについて教えてください。

短期で英会話教室に通っていました。IELTS は一回のみの受験です。念のためドイツ語検定も受験しました。

②単位取得、単位互換、教職履修などに関するアドバイスをお願いします。

単位互換をするしないに関わらず、留学前にある程度単位取得を終わらせておくと、帰国後の就職活動に集中しやすいと思います。

C. 授業や勉強について

①留学先で履修した科目と科目コード（例：MKG 2022 Introduction to Marketing）、時間数、形態、授業の内容、履修方法、などについて教えて下さい。

冬学期

① Investment and Financial Management: Introduction to Corporate Finance (WI000219_E, English)

Investment and Financial Management: Introduction to Financial Markets (WI000219_E, English)

それぞれ週 1 コマ 1 時間半 6 ECTS

片方は対面授業、もう片方はオンラインで自学自習形式。受講者数も多い。簿記の内容に似ている。試験は上記 2 つの講義の内容がセットとなっていた。マーク式の試験だが電卓が必要。

② Strategic and International Management (MGT001450V) (Bachelor, Elective)

週 1 コマ 2 時間 3 ECTS

国際経営に焦点をあわせた講義。授業内の挙手発言が積極的に行われていた。試験は他の講義と違って 12 月中旬という早い時期に行われた。

③ Retail Marketing and Consumer Behavior (WI001249, English)

週 1 コマ 3 時間 6 ECTS

小売りマーケティングを主な内容とする。出席者数が少ないが受講者みんなが頻繁に質問をするので海外らしい講義。試験は記述式。

④ German as a Foreign Language A1.1

週 1 コマ 3 時間 4 ECTS

初学者向けの授業。留学生はそこそこいた。会話練習が中心で宿題もあったが少し簡単すぎると感じた。

夏学期

① Marketing (WI000820, English)

Technology and Innovation Management: Introduction (WI000114, WI000820, English) (Bachelor)

それぞれ週 1 時間半 6 ECTS

マーケティング、経営学を広範に学習する。受講者数は多い。試験は上記二つの内容がセットとなっていた。

② Introduction to Models of Human Behavior (MGT001494, English)

週 3 時間 6 ECTS

様々な事例のデータを R 言語を用いてプログラミングし計算することで消費者行動分析に繋げるといった内容。プログラミング未経験でも分かりやすく教えてもらえる。他のレクチャー講義と違って少人数のセミナー講義であるため少しレベルは上がる。期末は個人プレゼンテーション。

③ International Business Transactions (MGT001510, English)

週 1 時間半 3 ECTS

国際取引における利害関係や諸問題についてどのようにして国際法や条例で調整するのかを学ぶ講義。期末試験は記述式。

④ German as a Foreign Language A2.2

週 3 時間 6 ECTS

A2 の発展的内容。留学生は自分だけだった。授業はドイツ語で進行し、文法や会話やリスニングなど様々な技能を磨くレベルの高い授業だった。ロールプレイやペアワークが多く楽しく受講することが出来た。

②授業を受けるにあたって心掛けていたこと、努力や工夫を教えてください。

予習復習をし、対面授業には可能な限り出席するようにしていました。宿題がある授業も欠かさず取り組むよう意識していました。

③学習面で困ったことはありましたか。どのように解決しましたか。

セミナー講義では英語のプレゼンテーションがあり、英語の発音やイントネーションに自信がなかったため、友人に聴いてもらって練習するようにしていました。

D. 大学生活について教えてください。

①現地の雰囲気や大学の校風について教えてください。

学生の勉学に対する取り組み方のレベルが非常に高いと感じました。学内には 19~30 歳の友人がいたのですが国籍や年齢が違うと考え方や価値観も違うので多くの人と知り合えば会うほど興味深い話が聞けました。多様な文化や価値観が触れ合う環境だと感じました。

②ネット環境、施設、周辺環境などハード面について教えてください。

比較的新しく綺麗な寮だったので周辺環境含めとても快適に過ごすことができました。

③留学先でどのようにして現地の学生と交流を深めましたか。

ESN や ServicePaket といった学生向けの団体が主催するイベントに積極的に参加するようにしていました。また、学内で週一度開かれる language cafe に参加したり、授業内で気が合いそうな人とたくさん話したりすることで友達を作っていました。Tandem という言語交換のマッチングシステムも積極的に利用していました。

⑤ 余暇の過ごし方（授業後や長期休暇など）について教えてください。

映画が好きだったので授業後はよく友人の家や映画館で映画を鑑賞していました。また、休日は日帰りで郊外に出かけたり、カフェや美術館に行ったり、天気がいい日はキャッチボールなどをしたりして過ごしていました。長期休暇では国内外へ旅行をし、歴史的に価値のある城や宮殿を巡ったり、美術館で著名な作品を鑑賞したり、ご当地グルメを堪能したりと積極的に現地の文化や伝統を身をもって体験し学ぶようにしていました。

E. 健康管理、保険、予防接種など

①健康管理あるいは衛生面について注意していたことはありますか。

自炊だけだと栄養が偏りやすいので、食堂に行って普段取りづらい野菜などの食べ物を積

極的に摂るように意識していました。また、栄養機能食品やサプリメントで栄養補助をすることも大切でした。

- ②留学中に病院へ通った経験の有無、医療費などについて教えてください。

病院にかかることはありませんでした。

- ③留学するにあたって、予防接種は必要でしたか。

☐ はい（種類：）

☒ いいえ

F. 住居、食事、マナーなどについて

- ①留学中の滞在先について教えてください。

形態	☒ 寮 ☐ 下宿 ☐ アパート ☐ ホームステイ ☐ その他（ ）
何人部屋	（ 1 ）人

- ②生活（住居、食生活、服装など）や習慣の違い（マナー、対人関係）、安全面などについて、困ったこと、気をつけていたことがあれば教えてください。

ヨーロッパ特有の硬水からくる問題は人それぞれあるかと思いますので、事前にある程度準備しておくといいなと思いました。ヨーロッパはアジアと比べて大麻のようなドラッグが結構当たり前に日常にあるものだと感じるがありました。ドイツでも近年は条件付きで一部合法化しており、実際に学生でも吸っている人は見聞きしたので、詳細を自分でよく調べてそういったものに手を染めないよう注意していなければならないと思いました。AfD など政治的な話題についても知識があるといいかもしれません。

- ③日本から持参するとよいもの、または持参しなくてもよかったと思うものは何でしょうか。

塩コショウやコンソメや和風パスタソースといった日本の調味料や、パックご飯やレトルトのスープといった長期保存が可能な食料は持って行って活躍しました。

- ⑤ 参考となる留学先国の情報（出版物、web サイト）を教えてください。

大学や大使館サイトの留学生・渡航者向けのページは一度目を通しておくといいと思います。

G. 留学費用について

- ①留学費用や支出の管理などに関してアドバイスがあれば教えてください。

留学中も為替の変動が大きかったので円安に注意してユーロの準備はしておくといいと思います。現地での支払い方法はキャッシュレスがほとんどなので、WISE のデビットカードが重宝しました。

- ②奨学金は受給していましたか。

☒ はい （奨学金名：JASSO 支給額： 110000 円）

☐ いいえ

③差し支えない範囲で留学費用を教えてください。*内容の費目は自由に変えてください。

内容	金額	備考
渡航費	約 21 万円	シンガポール経由
保険代	約 3 万円/月	
予防接種・ビザ代	約 2 万円	発行手数料
住居費	約 7.5 万円/月	年明けから家賃が少し上がりました
食費	約 5 万円/月	高いです
教科書代	約 5000 円	ドイツ語の授業で必要でした

H.今後の進路や目標、就職活動について

①卒業後の進路（進学、就職、その他）について教えてください。

- ☐進学
☒就職
☐その他（ ）

②今後の進路や目標があれば教えてください。また留学の前後で、進路や目標に対しての考え方や気持ちの変化があれば教えてください。

これから就職活動をしますが、機会があれば海外経験を活かせる職に就きたいと考えようになりました。語学についても英語やドイツ語だけでなく、留学中に多くの言語に触れる機会が多かったため、興味のある言語をどんどん学んでみたいと思います。

③留学中に就職活動を行った方は、具体的なエントリー、一時帰国の時期、感想などを教えてください。海外留学生用の就職活動を受けた場合はそれに関する情報もお願いします。

I.留学を終えて感じること

①留学を終えて今の率直な気持ちや感想、印象に残っていることなど教えてください。

留学に行く前は楽しみよりも不安が大きく、初めてのことで戸惑うことも多かったですが、いざ始まると毎日があっという間で短くも濃い 1 年間でした。周囲の人々の助けもあってこの留学は成功と言える結果になったので筆舌に尽くしがたい感謝の気持ちでいっぱいです。

②留学したことで、何がどのように変わったと思いますか。

物事の見方や考え方が変わりました。年齢も国籍も文化も違う人たちが確固たる自分を持ちながら交流し考え方をぶつけ合うことが出来る環境に身を置くことで、「こんな考え方でもできるんだ」とたくさん感じ、固定観念に囚われない柔軟な思考ができるようになりました。

また、自分に自信がついたのも大きな変化だと言えます。普通に生活していても経験できないような刺激的な毎日を送り、その中で多くの困難を越えたこの一年間はこれからの人生の糧になると思います。

③現在、留学を考えている学生へのメッセージをお願いします。

この一年間は辛いことも大変なこともたくさんありました。ですが今は最高の一年だったと自信を持って言えます。この留学を通して見て聞いて触れたあらゆるもの、出会った人たち、経験や思い出など、それらすべてがかけがえのない宝物です。これを読んでいるかもしれない他の誰かにも、ぜひ宝物をたくさん見つけてきて欲しいなと切に思います。

◆自由記述欄◆

渡航先の大学や留学の様子がわかる写真（メール添付でも可）を下記へ、ぜひ共有してください。報告書は Web サイトや印刷物として公開するため、被写体の人物へ使用についてあらかじめ承諾を得てください。添付された写真は、すべて被写体の人物から公開承諾を得たと判断し、海外留学室の Web サイトや印刷物へ使用します。

↓↓↓



Rosenheim



Schloss Nymphenburg



Rathaus



OneRepublic のライブ



Berlin



Dresden



Budapest



Wien



NeuSchwanstein



Roma



Florence