

## スイス連邦工科大学ローザンヌ校 留学報告書

工学系研究科 システム創成学専攻  
修士2年 林晃平

### 1. 派遣先概要

スイス連邦工科大学ローザンヌ校 (EPFL) は、スイスのフランス語圏、レマン湖沿いに位置するローザンヌという都市にある工科大学です。大学は都市中心部からやや離れた自然豊かなエリアにあり、東京にはない開放感を味わうことができます。

世界大学ランキングなどではしばしば東大より上に位置づけられる、世界的にも非常に評価の高い大学です。中でも評価されているのは国際性で、事実学内の学生の半数以上が留学生で、正規生も半分以上が外国から進学してきています。そのためか派遣先としての人気も非常に高く、2セメスターの滞在の間、10人以上の東大内外の日本人留学生と知り合いました。

### 2. 留学準備

#### 2.1 学内プロセス

学内のプロセスはそれほど煩雑でもなければ困難でもなく、必要な要件も TOEFL iBT 79 点または IELTS 6.5 を記録していることくらいです。私は教材の充実度などから TOEFL iBT を受験しましたが、一部の友人によると IELTS の方が難易度が低く、テスト形式も大学受験や英検に近く馴染みやすいようなので、語学に自信がない方はそちらを選択した方が賢明かもしれません。

また、一部の友人は所属研究室の教授に留学を許可していただくまで一悶着あったようなので、留学の意思が少しでもあるならば早めにその旨を伝えることをお勧めします。

#### 2.2 奨学金

学内のプロセスよりも早く動き出さなければならないのが奨学金です。JASSO の奨学金をもらえることもあるようですが、私が利用したトビタテ！留学 JAPAN という制度では月額 16 万円の支給を受けることができました。JASSO 奨学金は家賃分だけでほぼ持って行かれてしまうので、物価の高いスイスで旅行など含め満喫するためには自分としては必須だったなと感じています。このプログラムは 2021 年度 3 月渡航分まででいったん終了してしまうようなのですが (様々な方法で存続が検討されているようです)、チャンスがある方はぜひアプライしてみてください。

私は利用しませんでした。他にも企業主催の様々な奨学金があるようです。工学部ポータルサイトの掲示板で確認してみると良いと思います。

## 2.3 寮

寮は交換留学決定後、大学側からオファーが来ます。様々な立地/価格帯の寮がありますが、こちらに部屋の種類（個室かフラットシェアか）の選択権はありません。ただ、ほぼ確実にスイス国内では割安の寮に住めるので、住宅難にあるスイスでは個人で探すよりはるかに効率的でしょう。学校に近い寮はとても便利ですが、学生の溜まり場になりやすいという難点もあり、一方遠い寮は中心街にアクセスしやすい、学生を呼びにくいというためルームメイトとの繋がりが濃くなりやすい、などのメリットがあるようです。

## 2.4 情報収集

EPFL は留学先として人気が高いこともあり、正規生を含む様々な学生がブログを書いています。渡航に関する諸手続きから学校併設のスポーツセンターや学生団体などローカルな情報に至るまで、あらゆる情報を得ることができます。いくつか紹介しておきたいと思います。

<http://idamakoto.information-travel-site.com/wordpress/>

交換留学生として留学された女性のブログです。諸手続きや持ち物などに関してはここが最も有用でした。

<http://www.lausannelife.com/>

正規大学院生として留学された方のブログです。お得な定期券などスイスの生活情報が充実しています。

## 3. 留学生活

### 3.1 衣食住

物価が高いことで有名なスイスで、おそらく自炊を強いられることになると思います。学食でもランチは8CHF=1000円弱は下らないです。ただ、食べるもののチョイスにこだわらなければ安く食事をとることは可能です。例えばパスタは日本のものよりも安くて美味しく、ソースも瓶詰めのもので1CHFから売っていてとても便利です。日本と比べ店舗間の価格差が大きいので、近くで安いスーパーを見つけておくと良いでしょう。オススメはDennerとAldiです。

冬の最低気温は0度を下回り日本よりも冷えこむのでダウンジャケットなどの厚い上着が必須です。また基本ヨーロッパの洋服はサイズが大きく、体型によってはサイズが合うものを見つけるのが困難かもしれません。参考までにですが、170cmで細身の私にはXSがちょうど良く、Sが辛うじて着れました。

### 3.2 授業

学生・教授とも授業に注ぐ熱量は非常に大きいです。TAなどによるサポート体制は非常に手厚く、授業で寝ている学生は一人もいません。何より教授と学生間のコミュニケーションが活発です。その分一つ一つに注がなければならない労力は多く、語学の壁もあり日本と同じ調子で授業を履修するのは難しいでしょう。

また交換留学生は技術経営学科（MTE）を除く全学科の授業を取ることができ、東大でいう教養課程で開講されている音楽に関する授業なども受講できます。留学を通して視野を広げたい、という学生は是非他学科の授業にも目を通してみると良いでしょう。

多くの学生が知らないことなのですが、EPFLの留学生は、隣にある文系大学のUNILの授業もとることができます。ほぼ全ての授業がフランス語で開講されていますが、経営マネジメント学科の授業の多くは英語で開講されているので、その分野に興味がある方はそちらも是非チェックしてみてください。

### 3.3 学内での活動

大学内ではESNという留学生のためのイベントを企画する団体があり、バケーション期間中を除く一年中様々なイベントを企画しています。毎週開かれるバーでの簡易の飲み会から、寿司ワークショップなどの文化交流イベント、月に一度開かれる合宿系のイベント（スキー、オクトーバーフェスト、ハイキングなど）など様々です。スタッフも学生の方もとても親切で、私はここで多くの外国人の友人を作ることができました。授業数によっては時間の余裕も取りづらいかと思いますが、私はこういったイベントを通して最も英会話力が伸びたと感じているため是非参加してみることをお勧めします。

また大学には、サッカーやテニスのための広大なコートを持つスポーツセンターが併設されていて、EPFL/UNIL生の学生はリーズナブルに多様なアクティビティを楽しむことができます。一例を挙げると、学期50CHFほど払えばジムは使い放題（設備の量/質ともに東大のものより良いです）、30CHFほどでテニスコー

ト使い放題、30CHF ほどで社交ダンスの週一クラスを受講でき、卓球・サッカーなどはレベル別に分けられたクラスに無料で、気が向いたときに参加することができます。武道などのクラスもあり、その充実ぶりとヨーロッパ学生健康意識に驚かされると思います。以下が種目一覧のリンクになるので、是非好みのスポーツを見つけてみてください。

ただ一つの難点は、多くのクラスがフランス語で開講されていることです。しかしほぼ全ての学生・先生は英語に堪能なので、個人的に英語で質問などすれば問題なくついていくことができると思います。

<https://sport.unil.ch/?mid=89>

### 3.4 学外での活動

スイスは西ヨーロッパの中心という好立地にあり、ヨーロッパ諸国に安価で迅速にアクセスすることができます。Easyjet などの格安航空を使えば、往復一万円台でパリやバルセロナなどの有名な都市にアクセスすることも可能です。限られた時間と予算ではあるかと思いますが、可能な限り多くの国を訪れてみると良いと思います。

高速バス、国際鉄道、飛行機など様々な交通手段があり、迷うかと思いますが、Omio(旧 Go euro) というアプリはそれらの価格を一度に比較することができます。

また私は Facebook、meetup などのアプリを用いて現地の様々なイベントに参加しました。ジュネーブで開かれる国連関係のイベントではジュネーブ大学に留学している日本人学生と会うことができ、大型連休中には一緒に旅行したりもしました。Meetup というアプリではヨガ、言語交換など様々な活動をテーマとした現地人コミュニティを見つけることができます。どうしても学校の中だけにいると、留学生との関わりが中心になり現地で暮らす方との関わりは薄くなりがちなので、そういった面を楽しむにはこれらのアプリは有用だと思います。

## 4. 自分にとっての留学

留学を終えた学生の反応は実に様々です。将来は絶対に海外に住みたい、となる人もいればもう留学はいいかな、と考える人もいます。どちらにせよ、視野が広がる、自分を知れる、という点では留学に勝る経験はないというのが私の意見です。日本ではマイナスに働くことが多かった自分の性質が海外では強みになったり、日本では見られなかったような自分の一面が出てきたり、思い返せば他では経験できなかった

ったであろう経験ばかりで、間違いなく人生で最も密度の高い時間でした。自分の行動範囲を制限しなければいくらかでも発見のチャンスがあるでしょう。

現在は就職活動の真っ最中ですが、留学の経験のおかげで周りに流されすぎることなく取捨選択ができています。膨大なお金・時間が必要で、思いつきでできる経験ではありませんが、迷っている人は是非挑戦してみることをお勧めします。