

工学部・工学系研究科 交換留学プログラム報告書

School/Faculty of Engineering Student Exchange Program Report Form

記入日/Date: 2024/10/27

- 参加プログラム/Program: 工学系交換留学
- 派遣先大学/Host university: ミュンヘン工科大学
- 留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2023/10/01 ~ 2024/08/30
- 東京大学での所属学科・専攻等/Department at UTokyo: マテリアル工学科
- 学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 学部3年

■留学を決めるまでの経緯/How and why did you decide to study abroad?:

学生のうちに外国で実際に生活して、海外へのイメージを実体験として把握し、将来の選択肢の一つとして知見を広げたかった。

留学の時期について/About the timing of the study abroad period

■留学前の本学での修学状況/Academic status BEFORE the program:

2023年/Academic year / 学部3年/University year / 春学期まで履修/Completed semester

■留学中の学籍/Academic Status during the studying abroad/program:

留学

■留学後の本学での修学状況/Academic status ON RETURN:

2024年/Academic year / 学部3年/University year / 秋学期から履修開始/Semester

■留学にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to study abroad:

研究室選択や院試、就活のどれとも重ならず留学前後の接続がスムーズであったため。

学習・研究について/About study and research

■留学先で履修した授業科目と単位数の詳細/Subjects taken and credits earned:

Basic Mathematics 等

■留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad:

数学科に所属していました。

■留学先での1学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits earned per semester:

科目/Subjects / 単位/credits

■1週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week:

時間/hours

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:

欧州の国制覇を目的とした海外旅行

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research:

欧州 41 カ国に訪問・滞在をしました。国境をひとたび越えるだけで全く違った文化や歴史を持つ欧州の国々を巡ることで、日本にいたるだけでは経験できないような多くの体験をしたかったため。

■週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations?:

上記に同じ

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■設備/Facilities:

図書館、食堂、ジムなど、基本的に生活全般において困ることはないと思います。

■サポート体制/Support for students:

寮の事務員の方の対応も丁寧かつ迅速で安心です。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■宿泊先の種類/Type of accommodation:

各寮様々ですが、私の寮はトイレ・シャワー・キッチン・冷蔵庫などすべてが部屋の中にあるので一人暮らしの部屋のようなイメージです。ただ、寮によっては6人程でキッチンと冷蔵庫を共有しているところ、すべてが共有のところもあるので、自分がどの形態になるかは留学の2,3ヶ月前にならないとわかりません。

<p>■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :</p> <p>快適でした。現地大学の留学生サポートサービスが手配してくれるので自分自身で探す必要はありません。</p>
<p>■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :</p> <p>冬がとにかく厳しい。最低-8℃になることもあります。大雪でバス・電車・飛行機などすべてが止まることもあります。大学周辺(Garching campus)は何もありませんが、キャンパス内が充実しています。交通機関は、月€29のサブスク定期券を買うことでドイツ国内すべての交通機関(特急以外のバス・電車・トラム)が乗り放題です。食事は日本の約1.6倍の物価です。基本的に自炊が望ましいです。</p>
<p>■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :</p> <p>N26や現地の銀行を使っている人もいましたが、いろいろ調べた結果WISEが一番お得で便利だと思いました。使っている人も多かったです。Oktoberfestなどの祭りでは現金は必須で、屋台で時々現金が必要になるイメージです。しかし、それ以外はWISEのカードやクレジットカードが使えないところはないので、€20ほどを持っていればほとんど現金の出番はないです。</p>
<p>■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :</p> <p>ミュンヘンは東京と変わらないくらい、ヨーロッパ随一の治安の良さでした。冬の厳しさで鬱にならないように友人とたくさん会うことをおすすめします。</p>

留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad

<p>■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :</p> <p>基本メールですべて完結するのでこまめに確認する。</p>
<p>■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :</p> <p>出国前には手続きすることが許可されていなかったなので、現地で行いました。</p>
<p>■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :</p> <p>指示された保険に入りました。</p>
<p>■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :</p> <p>上に同じ。</p>
<p>■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :</p> <p>国際推進課及び学科事務室の方の指示に沿って行いました。</p>
<p>■ 語学関係の準備/Language preparation :</p> <p>英語のみで大丈夫でした。</p>

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

<p>■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :</p>										
<table border="1"> <tr> <td>航空費/Airfare</td> <td>23万 円/JPY</td> </tr> <tr> <td>派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)</td> <td>2万 円/JPY</td> </tr> <tr> <td>教科書代・書籍代/Textbook / Book</td> <td>1万 円/JPY</td> </tr> <tr> <td>海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)</td> <td>18万 円/JPY</td> </tr> <tr> <td>保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)</td> <td>18万 円/JPY</td> </tr> </table>	航空費/Airfare	23万 円/JPY	派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	2万 円/JPY	教科書代・書籍代/Textbook / Book	1万 円/JPY	海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	18万 円/JPY	保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	18万 円/JPY
航空費/Airfare	23万 円/JPY									
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	2万 円/JPY									
教科書代・書籍代/Textbook / Book	1万 円/JPY									
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	18万 円/JPY									
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	18万 円/JPY									
<p>■ その他、補足等/Additional comments :</p>										

<p>■ 留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :</p>								
<table border="1"> <tr> <td>家賃/Rent</td> <td>5.2万 円/JPY</td> </tr> <tr> <td>食費/Food</td> <td>3万 円/JPY</td> </tr> <tr> <td>交通費/Transportation</td> <td>4500 円/JPY</td> </tr> <tr> <td>娯楽費/Entertainment/Leisure</td> <td>5万 円/JPY</td> </tr> </table>	家賃/Rent	5.2万 円/JPY	食費/Food	3万 円/JPY	交通費/Transportation	4500 円/JPY	娯楽費/Entertainment/Leisure	5万 円/JPY
家賃/Rent	5.2万 円/JPY							
食費/Food	3万 円/JPY							
交通費/Transportation	4500 円/JPY							
娯楽費/Entertainment/Leisure	5万 円/JPY							
<p>■ その他、補足等/Additional comments :</p>								

■ 留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :
無し
■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :
■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :
■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :
■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :

今後の予定について/About your future plans

■ 留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定のもの)/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo :
無し
■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad :
67 単位/credit(s)
■ 留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo :
0 単位/credit(s)
■ これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return :
28 単位/credit(s)
■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm) :
2026年 3月

留学を振り返って/Reflection

■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts :
世界の解像度が格段に上がりました。世界のどこでも生きていける自信ができました。自分が生活している日本という国は、相対的に非常に恵まれている国だと気づき幸福度が上がりました。「主体的に話す」「他人とフェアで意見交換する」「笑顔で話す」は世界共通の美德だと理解できました。自分を見つめなおす時間ができ、自省する機会となりました。
■ 今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting :
上の内容に加えて、海外への進出も視野に入りました。
■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting :
明確に選択肢の幅が広がったように思います。私は理系で大学院進学を決めていたので就活への影響は特にありませんでした。
■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad :
特に無し。
■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned) :
大学院進学
■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants :
迷っているなら挑戦した方が後悔は少ないと思います。大学院で留学しようとしていたが結局しなかった友人、情報不足であとから留学したかったと思ったが断念した友人を数多く見てきたので、情報に触れられた今こそチャンスだと思います。
■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas :
私は利用しなかったのですが、X-plane を挙げる友人もいました。