

## 交換留学、及び語学・文化研修の参加報告書（参考様式）

学部・学科 経済学部・国際経済学科

学籍番号・氏名 4218024・渡邊柚紀

プログラム名・期間 ソフィア大学交換留学・半年間

出身高校 葦陽高校

項目	内容
1. 留学前の心境	
○留学のきっかけ	1年生の夏に実施されたTOP10プログラムに参加したことが今回の留学のきっかけだったと思います。私は当時、このプログラムで自らの回りの環境を変えていくことの重要さに気づきました。また、『海外』という、普通に暮らしていたら経験の出来ない環境に身を置くことで、大きさかもしれません毎分毎分に新たな刺激を感じることが出来たと感じました。よって、今回の留学で半年間という期間の中でそれらの現地で感じられる刺激の中から、自分の将来に必要なもの・足りないものを見極め、身に着けたいと考えました。
○留学の目標	残りの大学生活でどこに焦点を当てて、勉強に取り組むのかを明確にする。
2. 留学生活	
○授業	主に言語学の授業を履修しました。どの先生もとても親切に対応してくださり、ストレスを感じることなく、授業に臨むことが出来ました。強いて言うなら、たまに急に流暢なブルガリア語をしゃべられる時があり戸惑ったり理解できない場面はありました。ですが、その環境も楽しめていたため特別問題には感じませんでした。また、なまりが強い英語を話される先生もいらっしゃるので苦戦すると思います。ですが、周りの学生の人たちも話しかければ親切に教えてくれ、助けてくれました。ですので、問題が発生してもたいていは解決できていたと思います。そして、現地の学生の授業中のようですが、日本人と同様に次回の講義の休講が言い渡されても、先生がいようと喜びまくっています。しかし、どんな適当そうな生徒でも、授業が行われている時間は積極的に発言し、参加していました。それも、とても自然体で発言しています。こういう姿勢を実際に見ると、日本人の学生は根本的な所から足りないものがあるんだろうなと、自分にも当てはめながら、考えさせられました。そして結果的に履修した講義全ての単位を取得できたので、より達成感を実感できました。
○ホームステイや寮での生活	寮の生活で印象的だったのが、部屋にもありますが、たいていの部屋はゴキブリがたくさん出ます。1日最低10匹は目にしていました。途中から駆除することを半分諦め共存していました。そういう意味での生きる力は身についたと思います。食事は自炊がほとんどでした。私は基本パスタを買い込んできて、自分好みの名前もないような料理を作っていました。週に1, 2回は同じ寮の友人と一緒に料理していました。日本料理も何度か作って食べていました。ブルガリア料理にも友人と挑戦しましたが、挫折したのもいい思い出です。クリスマスや年越しなどのイベントごとの時には、留学生たちが部屋に集まり、プチパーティを開催していました。沢山はしゃいだ後に、雑談だったり時にはまじめな話をするあの空間がとても居心地が良かったです。

○週末の時間	主に友人と街を散策したり、アイススケートに行ったりしていました。日本では数年に一回行っていたかな。程度でしたがブルガリアでは一ヶ月に1, 2回通っていました。アイススケート場も自然にコミュニケーションを取れるよい施設だと改めて実感したのでお勧めです。なにより楽しい！ 何も予定がない日には、映画を英語で視聴し、リスニングの練習をしたり、プログラミングの勉強をしていました。
○留学中の記憶に残るエピソード	食中毒で救急車を呼んだり、インフルエンザで1人汗かき大会を開催したり、警戒していた病気にすべてかかったことです。 友達たちには感謝です。
3. 留学後の心境	
○留学の目標の達成度、どのような点で成長したと感じるか	今回の留学目標としては、ほぼ達成できたと思っています。やっと、今後の人生でやりたい事も定まりました。また、1年半前のTOP10終了後には「今の自分なら何でもできる気がするぞ…」という謎の自信が独り歩きしていただけの状態でしたが、今回、現地で優秀な学生さんたちに囲まれて生活していたのもあり、より自分の無力さを具体的に感じさせられました。具体的には、留学中、プログラミングに関心を持ち、勉強を進めましたが、実力のある方々に多く出会いました。しかし、その過程で、プログラミングを勉強するという今後の目標も具体的に見えたので、前回のTOP10後では感じられなかった、「やることがいっぱいだ。」という、悪く言えば『焦り』、よく言えば『充実感』を感じられています。つまり、出国する前よりも自分のことをより客観的に分析することが出来る能力が身についたと思っています。
○今後の目標（短期留学の場合、中長期交換留学への参加希望があれば記載）	プログラミングの勉強をします。その勉強をするにあたって海外に行く必要があれば、またその時に留学を考えたいと思います。可能性としては、ベトナム辺りに興味を持っています。
○来年度の参加者へのメッセージ	どの国に行くかの判断は非常に難しく重要なことだと思います。しかし、最終的に一番大切なことは、留学したその環境で「何をしたか」「誰と出会ったか」だと思っています。ですので、私のように将来がはっきりと見えていないという人は特に様々な人たちとコミュニケーションをとってください。留学した先には、いろいろな意味で豊かな発想や性格を持った人たちがゴロゴロいると思います。そのような人たちと話し、行動し、自分の将来に役立てほしいなという事をお伝えしたいです。きっと刺激的な経験になると思います。

1. この報告書の提出期限は帰国後1ヶ月以内です。提出をもって奨学金が授与されます。
2. 「2.留学生活」について、その様子が分かる写真・動画（来年度以降のパンフレット等の広報媒体に使用しても良いもの）をご提出ください。出来るだけ多く提出いただけすると幸いです。
3. 文字数に上限はありません。枠をはみ出してしまう場合には、枠を適宜広げてお書きください。