

## 基本情報

国名	ポルトガル
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	
大学名	ポルト大学
その他の大学名（大学名で「その他」を選択した場合）	

## 所属

言語文化学部・国際社会学部・大学院を選択)	国際社会学部
各学生の専攻する地域言語一覧より選択	ポルトガル語（西南ヨーロッパ）、ポルトガル語（ラテンアメリカ）
学年	4
留学時学年を選択	3

## 留学先

学部	文学部
留専攻	国際法、国際関係論

## 留学期間

開始	2018/9/10
終了	2019/6/4

## 留学前

留学の目的	大学で学んできたポルトガル語や英語、スペイン語を上達させ、専攻地域であるヨーロッパの国際情勢についてさらに勉強するため。
-------	--

## 求められた語学力

英語TOEFL	
英語	
その他	ポルトガル語
レベル	大学の講義が理解できるレベル

## 情報収集方法

	先輩
	先生
	HP
その他	
参考になるHP	

## 留学準備

ビザ申請を始めた時期	7月
ビザ申請方法	在日本ポルトガル大使館(@麹町)に書類を持って直接申請する。
航空券を準備した時期	4月
航空券準備方法	航空会社のオンラインチケットを購入
履修登録を始めた時期	4月
履修登録方法	学部のHPIに自分の情報を登録後、シラバスを見ながらオンライン上で行う。
入寮申込みを始めた時期	
入寮申込み方法	
住居探しを始めた時期	4月
住居探し方法	現地の住居探しのサイトを使用(uniplaces)
保険に加入した時期	7月
保険加入方法	学校の保険に加入
予防接種を受けた時期	
予防接種の種類	
語学強化を始めた時期	7月
語学強化方法	ポルトガル語のラジオを聞く。モジュールを使用。
その他の準備を始めた時期	
その他の準備内容	

## 留学中

--

## 学年暦

9月
----

1st semester開始。新入生・留学生オリエンテーションが行われる。

12月  
中旬に1st semester授業終了。クリスマス休暇2週間程度。

1月  
下旬まで1st semesterテスト期間。成績不良の場合2月下旬まで追試があるが、それ以外は約1ヶ月間休暇になる。

2月  
2nd semester開始。

4月  
イースター休暇約1~2週間。

5月  
アカデミック・ウィーク(休暇)約1~2週間。中旬に2nd semester授業終了。下旬から2nd semesterテスト期間。

6月  
中旬まで2nd semesterテスト期間。成績不良の場合7月上旬まで追試があるが、それ以外は夏休み。

**留学生科目**

科目名	外国人向けポルトガル語コース
使用言語	ポルトガル語
科目名	
使用言語	

**学部・大学院科目**

受講	可
受講可→聴講のみ/単位取得を選択	単位習得

**学部・大学院科目**

科目名	国際法
使用言語	ポルトガル語
科目名	国際関係論
使用言語	ポルトガル語
科目名	英語B2.1/英語B2.2
使用言語	英語
科目名	スペイン語A1/スペイン語A2
使用言語	スペイン語
科目名	
使用言語	

**居住環境**

居住環境	ホームステイ	
家賃	300ユーロ	
支払い方法	大家さんに現金を手渡し	
部屋人数 (人部屋)		1
家族・同居人 (人)		2
門限	なし	
食事	食事は家賃に含まれていなかったが、時々大家さんがごちそうしてくれた。基本は、自炊か外食(外食もポルトでは安い)。	
セキリティ-		

全体の印象	★ ★ ★
大学までの距離	1.5~2 km程度
大学までの所要時間	徒歩20分
応募方法	現地の住宅探しのサイト(Uniplaces)から応募。
近隣施設	銀行 スーパー 薬局
その他の近隣施設)	徒歩1分のところに地下鉄、家の前にバス停あり。
住居にあった設備	机・椅子 (部屋) キッチン (共有) ベッド (部屋) 冷蔵庫 (共有) 本棚 (部屋) 本棚 (共有) シャワー (共有) クローゼット (部屋) バルコニー (共有) 洗面台 (共有) インターネット (部屋) インターネット (共有) ランドリー (共有) 冷暖房 (共有) トイレ (共有)
その他住居にあった設備	洗濯機

#### 治安状況

住居周辺の評価	★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★
大学周辺の評価	★ ★ ★
気をつけるべき点	安全だが、用心するに越したことはない。

#### 学内環境

食堂の評価	★ ★ ★ ★ ☆
食堂についてのコメント	3つある。基本安くて美味しい。
図書館の評価	★ ★ ★ ☆ ☆
図書館についてのコメント	大きく蔵書も多いが、空調が効いていない。
インターネットの評価	★ ★ ★ ☆ ☆
インターネットについてのコメント	wi-fiが使えるが、たまに途切れる。
売店・ブックストアの評価	★ ★ ★

売店・ブックストアについてのコメント	 小さい書店が1つだけある。文房具も買える。
大学のサポートの評価	
大学のサポートについてのコメント	 学期始めに留学生・新入生オリエンテーションがある。先生や現地の生徒たちが留学生に対して優しいので、手厚いサポートを受けることができる。現地の留学生課に関しては、可もなく不可もなく。
全体の印象) 評価	
全体の印象) についてのコメント	 先生や生徒たちの距離が近く、こじんまりしているため、学ぶのには良い環境。

スケジュール

Weekday(放課後の過ごし方)	基本的に午前中に授業が終わったので、友達と昼食を食べた後、3時までは図書館で勉強した。その後ジムに行き、夕食。外食は週に2~3回した(昼食か夕食)。
Weekend(休日の過ごし方)	ジムに行った後、勉強した。その後友人と、昼食か夕食を外で取っていた。そして、寝るまで勉強した。あるいは友人と一緒に、ポルト近郊の町に日帰りで旅行に行った。

おすすめスポット・旅行先など

ポルトには、安くて美味しいレストランやカフェがたくさんあるので、自分の好きなお店を発見するのがおすすめ。ポルト近郊の町Aveiro, Coimbra, Amarante, Guimarães, Braga, Barcelosは訪れる価値あり。

目標

1	海外文化の理解、グローバルな人材との交流
その成果 1	
2	ポルトガル語や英語、スペイン語の上達
その成果 2	
3	ヨーロッパの国際情勢についての更なる勉強
その成果 3	

今後の課題

留学によって身に付けた言語運用能力の維持・更なる向上。

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

日本から荷物を送ってもらうべきではない。手続きが煩雑(人によって提出書類が異なるなど)かつ、受け取るまでに1,2ヶ月かかる故。

帰国後

進路予定

就職

就職の場合：内定している あるいは 目指す業界 損保、商社志望

#### 後輩へのアドバイス

積極的な姿勢で生活することで、多くの学びを得られます。大変なことがあっても、留学していなければ味わえない困難だと思えば、楽しんで乗り越えられると思います。良い留学生活になることをお祈りしています。

今後学生から質問が出た場合、メールアドレスを伝えて可  
も良いですか？

### 基本情報

国名	ポルトガル
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	
大学名	ポルト大学
その他の大学名（大学名で「その他」を選択した場合）	

### 所属

言語文化学部・国際社会学部・大学院を選択)	言語文化学部
各学生の専攻する地域言語一覧より選択	ポルトガル語（西南ヨーロッパ）、ポルトガル語（ラテンアメリカ）
学年	4
留学時学年を選択	3

### 留学先

学部	文学部
留専攻	

### 留学期間

開始	2017/9/18
終了	2018/6/30

### 留学前

留学の目的	ポルトガル語力の向上 ポルトガルの食文化の研究
-------	----------------------------

### 求められた語学力

英語TOEFL	
英語	
その他	
レベル	

### 情報収集方法

	友人 先輩
その他	
参考になるHP	

### 留学準備

ビザ申請を始めた時期	7月
ビザ申請方法	ポルトガル大使館に提出
航空券を準備した時期	5月
航空券準備方法	インターネット
履修登録を始めた時期	6月
履修登録方法	大学ホームページ
入寮申込みを始めた時期	
入寮申込み方法	
住居探しを始めた時期	5月
住居探し方法	uniplace
保険に加入した時期	5月
保険加入方法	大学を通じて
予防接種を受けた時期	
予防接種の種類	
語学強化を始めた時期	4月
語学強化方法	ポルトガル語の本を読む
その他の準備を始めた時期	
その他の準備内容	

### 留学中

--

### 学年暦

1月
----

留学生科目

科目名	ポルトガル語
使用言語	ポルトガル語
科目名	
使用言語	

学部・大学院科目

受講	可
受講可→聴講のみ/単位取得を選択	聴講のみ

学部・大学院科目

科目名	ポルトガルの歴史
使用言語	ポルトガル語
科目名	異文化コミュニケーション入門
使用言語	ポルトガル語
科目名	コミュニケーション学
使用言語	ポルトガル語
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	

居住環境

居住環境	ルームシェア
家賃	250€(電気代含まず)
支払い方法	直接大家さんに渡す
部屋人数 (人部屋)	1人部屋
家族・同居人 (人)	3人
門限	なし
食事	なし
	★
	★
セキリティ-	★
	★
	☆
	★
全体の印象	★
	☆
	☆
大学までの距離	徒歩3分
大学までの所要時間	徒歩3分
応募方法	uniplace
近隣施設	スーパー
	薬局
その他の近隣施設)	
住居にあった設備	机・椅子 (部屋)
	机・椅子 (共有)
	キッチン (共有)
	ベッド (部屋)
	冷蔵庫 (共有)
	シャワー (共有)
	クローゼット (部屋)
	バスタブ (共有)
	洗面台 (共有)

インターネット(部屋)  
インターネット(共有)  
ランドリー(共有)  
トイレ(共有)

その他住居にあった設備

治安状況

住居周辺の評価	★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★
大学周辺の評価	★ ★ ★
気をつけるべき点	

学内環境

食堂の評価	★ ★ ★ ☆ ☆
食堂についてのコメント	
図書館の評価	★ ★ ★ ★ ☆
図書館についてのコメント	
インターネットの評価	★ ★ ★ ☆ ☆
インターネットについてのコメント	
売店・ブックストアの評価	★ ★ ★ ★ ☆
売店・ブックストアについてのコメント	
大学のサポートの評価	★ ★ ★ ☆ ☆
大学のサポートについてのコメント	
全体の印象) 評価	★ ★ ★ ☆ ☆
全体の印象) についてのコメント	

スケジュール

Weekday(放課後の過ごし方)	図書館で勉強
Weekend(休日の過ごし方)	友達と出かける

おすすめスポット・旅行先など

目標

1	ポルトガル語力の向上
その成果 1	★ ★ ★ ★ ☆
2	★ ☆ ☆ ☆ ☆
その成果 2	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
3	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
その成果 3	

今後の課題

ポルトガル語力をさらに向上さへ、ポルトガル語能力試験に合格する。  
ポルトガルの食文化に関する卒業論文を書く。

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

単語量をより増やしてから留学するべきだった。

帰国後

進路予定

就職

就職の場合：内定している   あるいは   目指す業界   未定

後輩へのアドバイス

夏はビザの申請が混むので早めに準備を始めてください。  
ビザ申請は予約必要なので、必要書類が全て集まる前に予約だけは取っておいた方がよいです。  
今後学生から質問が出た場合、メールアドレスを伝えても良いですか？ 可