

交換留学(派遣) 帰国報告書

皆さんが無事留学を終えられたことを嬉しく思います。本報告書は以下の目的のために使用されます。
① 皆さんの留学に関する状況を把握するための資料です。
② 今後、交換留学プログラムを改善するための重要な資料となります。
③ 留学を考えている後輩達のための有益な資料となります。留学経験を共有するために、ぜひご協力ください。

本報告書は帰国後、1ヶ月以内に写真データと一緒にメールで提出してください。



あなたの情報(本報告書を閲覧する際には、あなたの氏名、学籍番号、メールアドレスは公開されません)	
留学先大学:	ゴールウェイ大学
留学先での所属学部・研究科:	Occasional Arts
留学先での在籍身分:	交換留学生
留学期間:	8か月
神戸大学での所属学部/研究科:	経営学部
学年(出発時):	3年
帰国日:	4月30日
本報告書記入日:	2026/9/7

1. 留学先大学について	
1-1	受入許可書 (Acceptance Letter) を貰えた日
	参加必須のオリエンテーション日
	学期:
1-2	留学先大学の特長、人気のある分野等について記入してください。
1-3	留学先大学のサポートについて記入ください。
	語学面でのサポート:
	勉学面でのサポート:
	精神面でのサポート:
	住居・生活面でのサポート:
1-4	近況報告書提出後に、履修した授業について記入してください。

2. 住居について	
2-1	住居についてアドバイスを含め自由に記入してください。(気を付けること等)

3. 生活について	
3-1	インターネット接続環境について
	住居内のインターネット接続可否、プロバイダー、料金等について記入してください。
	大学内のインターネット接続可否(wi-fi)等について記入してください。
3-2	医療について
	留学中に病院に通いましたか。医療費等について記入してください。また、健康管理や衛生面について特に注意すべき点について教えてください。
3-3	銀行口座等について
	留学先でお金を引き出す為にどんな準備・手続きをしましたか。(現地口座開設、キャッシュ/パスポート等)

4. 経費について(奨学金、留学費用)	
4-1	奨学金を受給していた場合、奨学金名(財団名等):
	支給額(円/月):
	その他(渡航費等の支給):
4-2	留学期間を通して必要だった費用を記入してください。(概算で結構ですので、円価で記入してください。)
	航空運賃:
	住居費:
	食費:
	保険料:
	旅行:
	その他:
	合計(留学期間全体の費用):

5. 異文化体験について		
5-1	留学先の文化・社会(習慣の違い等)について記入してください。	基本的にフレンドリーで、暇があったらパブに行く人が多い
	大学外の現地の人々と、どの程度コンタクトを持ちましたか。	アクマコンという日本のアニメのイベントで知り合った人と遊んだり、家に行ったりした。
	課外活動(ボランティア、インターンシップ、アルバイト等)はしましたか。	特にしていない
	留学先の「町」についてコメントがあれば、記入してください。(安全性、外国人への態度等)	とても安全。外国人が多く住んでいるので、あまり浮くこともなく、特に差別を感じたこともなかった。

6. 就職活動について		
6-1	留学期間中に就職活動をしましたか。就職活動をした場合、どんなことをしたか教えてください。	3月に就職活動を試みたが、時差で生活リズムも体調も崩れてしまったため途中で断念した

7. アドバイス、振り返り		
7-1	現地で参考となった留学先国の情報(出版物、ホームページ)を記入してください。	留学体験記
7-2	現地では手に入らない物、日本から持参すると良いと思われるものがあれば、記入してください。	防水性のパーカーと靴
7-3	留学することによって得られたことについて記入してください。(語学力の向上、キャリアパスの明確化、異文化理解等)	やってみればなんとかなるし、どこでもある程度生きていけるという自信。うまく言えなくてもなんとか自分の知っていることで表現しようとするコミュニケーション能力
	語学力について、差し支えの無い範囲で、留学前と帰国後の客観的な指標を教えてください。	留学前:(toefl) 74 点 → 帰国後:() 点
7-4	振り返ってみて、何が最大のトラブルでしたか。	アプリで表示されている搭乗口と実際の搭乗口が違って飛行機に乗り遅れそうになったこと
7-5	留学前、留学期間を通じて、神戸大学のあなたへのサポートは適切でしたか。神戸大学への要望があれば記入してください。	適切
7-6	本留学プログラムを後輩に薦めますか。薦める場合・薦めない場合ともに、理由を記入してください。	薦める。日本では絶対に体験できないことが体験できるし、自信につながる。
7-7	留学全体を振り返って、以下の質問に答えください。	(5段階評価、5が最も高い評価、1が最も低い評価)
	・留学先大学の授業の「質」(内容、レベル等)に満足しましたか	4
	・留学先大学の学生サービスに満足しましたか	3
	・留学先の住み心地(安全性等)に満足しましたか	3
	・住居の「質」(広さ、料金等)に満足しましたか	4
	・全体として留学に係る費用は安かったと思い、満足しましたか	3
	・神戸大学の留学に係るサポートに満足しましたか	4
	・留学全体の総合的な評価	4

8. その他感想、後輩へのメッセージ等を自由に記載してください。(800字～)

留学に行ったほうが良い理由、ゴールウェイ、アイルランドのいいところ、悪いところ、これから留学に行く人へのアドバイスについて書きます。

留学に行ったほうが良い理由

①やってみればなんとかなるという自信につながるから。

留学に行く前は、圧倒的に語学力が足りていないという自覚があり、海外に住むのは初めてですぐに頼れる人が近くにいないということがとても不安だったが、行ってみて、語学力が足りなくても、なにかトラブルがあっても、人に頼ったり、自分で考えたりしてなにか乗り越えるたびになんとかなった！という自信になる。なんとなく自分に自信がないひとは留学をやりきるといっただけで自信がつくのでおすすめしたい。

②英語を使うことに抵抗がなくなるから

留学に行く前は、自分の英語に自信がなかったので英語を使うことをためらっていたが、今はほとんど抵抗なく使える。帰国後は困っていいような外国人に話しかけたり、英語で話しかけられたときにためらうことなく英語を使えるようになった。英語力が実際にどのくらいあがったかは詳しくはわからないが、流ちょうに自分の言いたいことは言えなくても、自分の知っている表現を駆使してなんとか伝えようとする力はついたと思う。TOEFLは帰ってから受けていないのでわからないが、TOEICは2年生の時に勉強して780点だったのが、帰国後に勉強無しで受けて850点まで上がった。確実にリスニング力は上がったと思う。

③日本のすばらしさを実感し、日本で生まれたことを誇りに思えるようになるから

留学に行く前も日本が好きだったし、すばらしい国だとは思っていたが、留学中にもっとにほんのすばらしさを実感し、好きになった。日本食や日本のサービスはもちろんすばらしいと実感することができるし、想像していたよりも日本を好きでいてくれる外国人が多いことに気づいて、日本で生まれて本当に良かったと思えるようになる。

ゴールウェイ、アイルランドのいいところ

①自然豊か

ゴールウェイは海の近くにあり、晴れの日にはみんな海辺に集まる。今までただ走るの嫌だったが、海辺の近くを走るの気持ちがいいとゴールウェイで走って気づくことができた。アイルランドは自然豊かなのでハイキングなどにはぴったりな場所がたくさんあるし、日本とはまったく異なる自然なので、自然が好きな人にはおすすめ

②安全

ゴールウェイは本当に安全で怖いと感じたことがほとんどない。人々も穏やかでフレンドリーな人が多く、外国人もたくさん住んでいるので差別されることもなく住むことができる

③暮らしやすい

都会ではないが、街の中心部にいけばいたいそろっているのであまり暮らしの面で困ることはない

ゴールウェイの悪いところ

①天気が悪い

思っていた以上に自分にとってはデメリットだった。天気が悪いと気分が下がりがやすくなったり、そもそも外に行く気が失せて余計に臥せってしまったりした。天気が悪いことに耐性のある地域出身(雪国や雨が多い地域など)のひとならばそこまで関係がないのかもしれないが、出身も大学も瀬戸内海の温暖な気候で晴れが多い場所で育った私にとっては思っていた以上に天気が悪いことが自分の気分を左右した。ただ、晴れの日が少ない分、晴れの日のおありがたみを知れるし、晴れの日には多くの人が海辺に行ったりしてちょっとしたお祭り気分を味わえる。

②旅行に行きにくい

このことは私にとってはそこまで大きいデメリットではなかったが、やはり他の都市と比べると旅行に行きにくいという点はデメリットといえる。アイルランド内を旅行する分にはバスがゴールウェイからたくさん出ているので旅行しやすい。ただ、アイルランド国外で旅行をしようとおもったら、バスで3時間かけてダブリン空港まで行き、飛行機に乗らなければならない。費用の面でも、安い時を狙えば思っていたよりも安く飛行機には乗れるが、(片道20～50€くらいでヨーロッパ各地に行ける)大陸にある国々をバスや電車で巡ることと比べたらやはり費用は高くなってしまふ。

これから留学へ行く人へのアドバイス

留学を最初からより楽しむためにはやはり英語力は必須です。私は最初英語力もないし、英語を話すことにもためらいがあったので、最初の期間はなかなか友達がうまく作ることができず、つらい思いをしました。英語力がそこまで上がりきらなかったとしても、英語を話すことにあまりためらいがないくらい外国人と対面で英語を話すことを日本で練習してから行くことを強くおすすめします。日本にやってきている外国人は日本に興味があって来ており、日本人に話しかけられたらうれしいという人が過半数だと思うので、留学先でいきなり他人に話しかけることよりも数段ハードルが低いはず。特に同じカイバーで一緒のクラスの子には積極的に話しかけてみてください。留学先で知り合いがない中で話しかけてくれる人がいるということがどれだけ嬉しいことか留学に行った今ならとてもわかります。留学中は留学前にこれをしなかったことを非常に後悔しました。私の失敗をみなさんが役立ててくれることを願います。

9. 留学経験の共有について		
9-1	あなたの報告書の一部を引用して、本学の印刷物やウェブサイトに掲載することに同意しますか？	はい
9-2	あなたの写真を本学の印刷物やホームページに掲載することに同意しますか？	はい
9-3	学部のウェブサイトに報告書を記載します。留学を検討している経営学部生があなたに連絡を取る事に同意しますか？	はい

ご協力ありがとうございました。本報告書は大変有益な資料になります。

1-4 近況報告書提出後に、履修した授業について記入してください。

No.	コース名	教授名	時間数 ／週	留学先 での単 位数	授業で の使用 言語	履修し ている 学生数	予習、復習、テスト等の成績評価 についてアドバイスも含めて教え てください
1	Statistics for Economics	Dr.Matthew Collins	1時間× 2	5ects	英語	50人ほど	小テスト20%×2、プログラミングのテスト15%、個人課題15%、グループ課題20%、予習クイズ1%×10. 経営統計など、統計学の授業を受けたことがあればほとんど同じ内容なので授業内容理解しやすいと思う。受けたことがなくてもそこまで難しくないし、丁寧に教えてくれるので大丈夫
2	Behavioural Finance	Cian Twomey	1時間× 2	5ects	英語	50人ほ ど	case study25%,Sentiment Analysis 25%, Final Assessment50% 一つ一つの課題が重く、2000字くらい書かないといけないものが多い。
3							
4							
5							

・授業(カリキュラム等)について クラスのサイズ、成績評価、現地学生の取り組み等

基本的に講義スタイルなので、あまり授業中に英語を話す機会はない。成績評価は40%以上で単位が出るのでそこまで単位を取るのは難しくない。現地学生もそこまで授業に積極的ではなく、日本と同じような雰囲気