



2024年8月より約4か月間、ESSECにて交換留学をさせていただきました。そこでの日々の学習や生活について、感じたことや後輩に伝えたいことを報告いたします。

### ①学校生活

8月末にフランス語の授業を始めましたが、二週間しかなかったため、他の科目の履修は9月下旬から始まりました。ESSECの特徴かもしれませんが、集中講義が行われることがあります。毎日6時間の授業を5日間受講することで単位を取得できる点は非常に魅力的です。しかし、授業後も宿題をやる必要があり、大変忙しい一週間となりました。この集中講義が終わった後、通常の講義が始まりました。ESSECでは授業の中でグループワークが多く、その成果としてプレゼンが求められることがよくあります。個人的な感想ですが、先生から基礎的な知識を教わった後、学生たち自身がそれを基に調べ、討論を通じて最終的に自分の考え

を共有することが主な学び方でした。学生たちはみな英語力が高く、私自身は聞き手になることが多かったです。また、ESSECの学生たちは積極的に自分の意見を主張し、先生と討論する姿勢が強く、日本の授業とは全く異なると感じました。さらに、ESSECの教務部は様々なイベントを開催しており、それを通じて新たな友人を作ることができました。ただし、日本人の交換留学生在がいなかったのは少し残念でした。留学中に会った日本人は3人しかおらず、せっかく大学が用意した交換留学の機会が十分に活用されていないのは惜しいと感じました。この記事を読んだ後輩の皆さんには、ぜひこの貴重な機会を逃さず、挑戦してほしいと思います。

### ②日常生活

大学が手配した寮は学校周辺にはなく、通学には電車と徒歩を合わせて約20分かかりました。この駅は学校周辺よりやや不便でしたが、基本的な施設は整っていました。定期代は高かったものの、パリを含む周辺地域でも利用できたため便利で、食事や美術館巡り、アジアスーパーでの買い物にも活用しました。寮からパリ中心部までは約1時間で、それほど遠くはありませんが、時々電車の遅延には苦労しました。また、スーパーの営業時間が短く、平日は夜9時まで、日曜日は営業しない点にも不便を感じました。そのため、日本の時間通り運行する電車や24時間営業のコンビニが懐かしく思われました。一方で、行政手続きには多くの困難がありました。大学では住居補助金の申請には手引きが用意されていたものの、健康保険やその他の補助金の申請方法に関する情報は十分ではなく、試行錯誤しながら進める必要がありました。また、フランス語が分からないため、問い合わせ自体も難しく、手続きに多くの時間と労力を要しました。さらに、申請結果が出るまでに数か月かかることもあり、大変でした。

### ③後輩へのアドバイス

留学とは、単なる外国旅行ではなく、新しい環境で生活することです。そのため、旅行以上に多角的な視点で物事を捉え、これまでの価値観や思い込みを見直す貴重な機会となります。新しいことを学び、挑戦し、それを形にすることが留学の醍醐味だと感じました。機会があれば、ぜひ積極的に挑戦してみてください。二週間のフランス語集中講義は、フランス文化を理解する貴重な経験となりましたが、履修後も日常会話は依然として難しく、言語の壁を感じました。言語の習得にはさらなる努力が必要だと実感しています。また、留学には費用がかかるが、フランス政府の補助金(CAF、CSS)を利用することで、ある程度負担を軽減できると思います。早めに情報を収集し、計画的に準備を進めることが成功の鍵となります。資料の準備や手続きは早期に始めることをおすすめします。最後に、これから留学を目指す後輩の皆さんへ。もし不安なことがあれば、ぜひ先輩や関係者に相談してください。経験者の助言はきっと役に立つはずです。

今回の留学を無事に遂行できたのは、早稲田大学やESSECの留学担当者の方々、教授陣、そして学友の支えがあったおかげです。この場をお借りして、心より感謝申し上げます。