

基本情報

国名	ラオス
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	
大学名	ラオス国立大学
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	ラオス語
学年	4
留学時学年を選択	3

留学先

学部	言語文化学部
留専攻	ラオス語

留学期間

開始	2019/9/1
終了	2020/4/5
留学前	
留学の目的	語学能力向上。ショービジで出会った友達に会いに行くため。

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

	先輩
	先生
その他	
参考になるHP	

留学準備

ビザ申請を始めた時期	2月
ビザ申請方法	先生と相談しながら
航空券を準備した時期	5月
航空券準備方法	自分で
履修登録を始めた時期	9月
履修登録方法	ラオス人チューターと一緒に
入寮申込みを始めた時期	8月
入寮申込み方法	ネイティブの先生と一緒に
住居探しを始めた時期	9月
住居探し方法	ネイティブの先生と一緒に
保険に加入した時期	6月
保険加入方法	本大学の
予防接種を受けた時期	
予防接種の種類	していない
語学強化を始めた時期	
語学強化方法	していない
その他の準備を始めた時期	
その他の準備内容	日本のお土産買いに行った

留学中

--

学年暦

1月

留学生科目

科目名	ラオスランサーン文学
使用言語	ラオス語
科目名	コミュニケーションラオス語
使用言語	ラオス語
科目名	筆記ラオス語
使用言語	ラオス語
科目名	ラオス伝統文学
使用言語	ラオス語
科目名	ラオス現代文学
使用言語	ラオス語

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	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	

居住環境

居住環境	アパート
家賃	350ドル/月
支払い方法	ドル現金
部屋人数（人部屋）	一人
家族・同居人（人）	
門限	なし
食事	主に近くのおかず横丁やレストラン
	
	
セキリティー	
	
	
	
	
全体の印象	
	
	
大学までの距離	バスで30分くらい
大学までの所要時間	バスで30分～40くらい
応募方法	
近隣施設	コンビニ
	銀行
	病院
	スーパー
	薬局
その他の近隣施設)	ジム
住居にあった設備	机・椅子（部屋）
	ベッド（部屋）
	冷蔵庫（部屋）
	シャワー（部屋）
	クローゼット（部屋）
	バルコニー（部屋）
	洗面台（部屋）

	インターネット（部屋） ランドリー（共有） 冷暖房（部屋） トイレ（部屋）
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	物乞いの人は申し訳ないけど無視するように。

学内環境

	
	
食堂の評価	  
食堂についてのコメント	まあまあ。 
	
図書館の評価	   
図書館についてのコメント	何回か入れてもらったが、登録料を払うのが面倒で入館カード作らなかった。 
	
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	ワイファイは使い物にならないことがしばしば。 
	
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	美味しいものはないけど便利。 
	
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	先生方は優しかった。担当の先生はなんでもサポートしてくれた。 
	
全体の印象）評価	   
全体の印象）についてのコメント	友達がいっぱい出来る。だから飽きず楽しめる。

スケジュール

Weekday(放課後の過ごし方)	友達とご飯食べに行ったり寄り道して帰る。その後予定がなければご飯買いに行ったり、買い出ししたり、たまに勉強した。ラオス人の友達が頻繁にチャットで日本語の添削を頼んで来たり質問してきたので、部屋に一人でもすごく忙しくて疲れた。
-------------------	--

Weekend(休日の過ごし方)

友達と出掛けたり、レストランにご飯を食べに行ったり、お家で焼肉パーティしたり、メコン川に行ったり。県外やタイにも行った。

おすすめスポット・旅行先など

プークーン。でもローカル過ぎてちょっと辛い。でも絶景。

目標

1	ラオス語でスムーズに日常会話ができる
その成果 1	
2	語彙を沢山習得する
その成果 2	
3	発音をネイティブのように綺麗にする
その成果 3	

今後の課題

聞かれたことを答える時、ちょっと戸惑って詰まってしまったり発音がおかしくなったりするので、問題なくネイティブのように話せるようになること。

発表するのが苦手だったので、台本がなくても論理的に話せるような力を身に付けたい。

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

日本人で頼れる人をもっと作っておくべきだった。インターンの手配。

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

思いっきり楽しんで下さい。大変なことがあっても、周りの友達が沢山助けてくれるはずだから、よく頼ること。

文化も異なる点が多いですが、ダメだと受け入れられないことは無理せず伝えても良いし、時間が経つと慣れてくることもあります。

ゆったりした時間を楽しみながら、異文化体験を楽しんで下さい。

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

基本情報

国名	ラオス
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	
大学名	ラオス国立大学
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）	大学院
各学生の専攻する地域言語一覧より選択	ラオス語
学年	1
留学時学年を選択	1

留学先

学部	文学部
留専攻	ラオス語専攻

留学期間

開始	2018/9/1
終了	2019/7/11
留学前	
留学の目的	ラオス語能力の向上と、修論のためのデータ収集。

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
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	
航空券を準備した時期	6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	9月
履修登録方法	事務所に先生とって
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	8月
住居探し方法	歩いて空き部屋がないか探す
保険に加入した時期	
保険加入方法	
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	
語学強化方法	
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	ラオス現代文学
使用言語	ラオス語
科目名	ラオス文化
使用言語	ラオス語
科目名	伝統文学
使用言語	ラオス語
科目名	
使用言語	
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	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	

居住環境

居住環境	アパート	
家賃	400ドル	
支払い方法	大家さんに手渡し	
部屋人数（人部屋）		1
家族・同居人（人）		0
門限	なし	
食事	自炊・外食	
	★	
	★	
セキリティー	★	
	★	
	☆	
	★	
	★	
全体の印象	★	
	★	
	★	
大学までの距離		
大学までの所要時間	バスで30分	
応募方法		
近隣施設	スーパー	
その他の近隣施設)	ATM	
住居にあった設備	机・椅子（部屋）	
	キッチン（部屋）	
	ベッド（部屋）	
	冷蔵庫（部屋）	
	シャワー（部屋）	
	クローゼット（部屋）	
	バルコニー（部屋）	
	洗面台（部屋）	
	ランドリー（共有）	
	冷暖房（部屋）	
	トイレ（部屋）	
その他住居にあった設備		

治安狀況

評価項目	評価
住居周辺の評価	★★★★☆
大学周辺の評価	★★★★☆
気をつけるべき点	夜になると治安状況は悪化する

學內環境

食堂の評価	
食堂についてのコメント	あまり美味しくはない
図書館の評価	
図書館についてのコメント	蔵書数は少ない。少しうるさい。
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はない
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)	図書館で予習復習。たまに近所のカフェで行うことも。
Weekend(休日の過ごし方)	一週間分の食材を購入し、作り置きを作る。友人と映画やご飯に行くことも。

おすすめスポット・旅行先など

--

目標

1	
---	--

	☆
	☆
その成果 1	☆
	☆
	☆
2	
	☆
	☆
その成果 2	☆
	☆
	☆
3	
	☆
	☆
その成果 3	☆
	☆
	☆

今後の課題

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

日本文化について調べておけばよかった。

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

後輩へのアドバイス

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	ラオス
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	
大学名	ラオス国立大学
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	ラオス語
学年	4
留学時学年を選択	3

留学先

学部	文学部
留専攻	ラオス語

留学期間

開始	2018/9/1
終了	2020/6/30

留学前

留学の目的	以下の3つ。 1）語学力の向上、2）ラオス人の文化・生活を体験する、3）ラオスにおける課題を見つける。
-------	--

求められた語学力

英語TOEFL	なし
英語	現地で英語はあまり通じないため、英語力は必要ない。
その他	
レベル	

情報収集方法

	先輩 先生
その他	
参考になるHP	

留学準備

ビザ申請を始めた時期	6月
ビザ申請方法	担当の先生に手配していただき、その後大使館に取りに行った。
航空券を準備した時期	7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	9月
履修登録方法	留学担当の先生に口頭で伝える
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	9月
住居探し方法	現地に着いてから探した
保険に加入した時期	
保険加入方法	
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	
語学強化方法	
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
使用言語
科目名
使用言語
科目名
使用言語
科目名
使用言語
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	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	

居住環境

居住環境	アパート	
家賃		\$400
支払い方法	月の頭に大家さんに現金を直接手渡し。	
部屋人数（人部屋）		0
家族・同居人（人）		0
門限	なし	
食事	なし	
		
		
セキリティー		
		
		
		
		
全体の印象		
		
		
大学までの距離		
大学までの所要時間	30-1h	
応募方法		
その他の近隣施設		
その他住居にあった設備		

治安狀況

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	利用していないため不明
	☆ ☆
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	インターネットはない
	★ ★ ★ ☆ ☆
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	自分から疑問があったらなんでも聞いた方が良い。向こうから動いてくれると期待しすぎない方が良い。
	★ ★ ★ ☆ ☆
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)	インターンシップに参加。
Weekend(休日の過ごし方)	課題、友達と出かける

おすすめスポット・旅行先など

目標

1	☆ ☆
その成果 1	☆ ☆ ☆ ☆
2	☆ ☆
その成果 2	☆ ☆ ☆ ☆

3	☆
その成果 3	☆
	☆
	☆
	☆
	☆

今後の課題

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

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

後輩へのアドバイス

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	ラオス
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	
大学名	ラオス国立大学
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	ラオス語
学年	4
留学時学年を選択	3

留学先

学部	文学部
留専攻	ラオス語

留学期間

開始	2017/8/27
終了	2018/7/7
留学前	
留学の目的	語学力の向上、言語運用能力を高めること、現地での暮らし方・文化を学ぶこと、人脈を広げること

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

	先輩
	先生
その他	
参考になるHP	

留学準備

ビザ申請を始めた時期	2月
ビザ申請方法	日本の先生が斡旋してくれた
航空券を準備した時期	5月
航空券準備方法	ネットで予約した
履修登録を始めた時期	9月
履修登録方法	現地の先生と一緒にいった
入寮申込みを始めた時期	9月
入寮申込み方法	寮ではなくアパートだった、先生の紹介による
住居探しを始めた時期	9月
住居探し方法	先生の紹介
保険に加入した時期	8月
保険加入方法	学校の派遣留学生説明会にて
予防接種を受けた時期	4月
予防接種の種類	狂犬病、腸チフス、A型B型肝炎、破傷風
語学強化を始めた時期	7月
語学強化方法	自宅でいままでの復習をした、ラオスの友人と連絡を取った
その他の準備を始めた時期	8月
その他の準備内容	虫除けや薬など生活用品を買い集めた

留学中

--

学年暦

1月

留学生科目

科目名
使用言語
科目名
使用言語
科目名
使用言語
科目名
使用言語
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	ພາສາລາວນຳໃຊ້
使用言語	ラオス語
科目名	ອັດຖະສາດ
使用言語	ラオス語
科目名	ວັນນະຄະດີພື້ນເມືອງ
使用言語	ラオス語
科目名	ສຳນວນພາສາ
使用言語	ラオス語
科目名	ອັກຂະໜາ
使用言語	ラオス語

居住环境

居住环境	アパート
家賃	400ドル
支払い方法	現金 キープで。
部屋人数（人部屋）	1人
家族・同居人（人）	1人
門限	なし
食事	外食がほとんど
	
	
セキリティー	
	
	
	
	
全体の印象	
	
	
大学までの距離	10キロ
大学までの所要時間	バスを待つ時間あわせ1時間
応募方法	
近隣施設	コンビニ
	銀行
	スーパー
その他の近隣施設）	飲食店
住居にあった設備	机・椅子（部屋）
	机・椅子（共有）
	キッチン（部屋）
	ベッド（部屋）
	冷蔵庫（部屋）
	シャワー（部屋）
	クローゼット（部屋）
	バルコニー（部屋）
	洗面台（部屋）

	インターネット（共有） ランドリー（共有） 冷暖房（部屋） トイレ（部屋）
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	ひったくりに気をつけること、交通に気をつけること

学内環境

	
	
食堂の評価	   
食堂についてのコメント	安いが空いている店が少ない、すごく待たされる
	  
図書館の評価	  
図書館についてのコメント	何回かの登録を経て利用できるようになる。利用方法の説明などもなかった
	   
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	悪い
	    
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	よく使った。食べ物や文房具があり便利だった
	    
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	何もしてもらわなかった
	    
全体の印象）評価	
全体の印象）についてのコメント	日本に比べれば無いものはたくさんあるがすごく不便はしなかった

スケジュール

Weekday(放課後の過ごし方)	課題をしたり、現地の学生と勉強会をしたりした。
Weekend(休日の過ごし方)	部屋の掃除、洗濯をしたり、大きめの課題を済ませたり、少し遠くの観光地へ足を運んだ。暑くて体調が良くない日は一日中寝ていることも少なくなかった。

おすすめスポット・旅行先など

ビエンチャン県のパンビエンというところは雨季でなければ川で遊べ、お金もかからず手軽に遊びに行けて自然も楽しめる場所だと思う。ルアンパバーン県の中心部はお寺やブティック、ベーカリーなど観光地がたくさんありよかった。

目標

1	ラオス語運用能力の向上
その成果 1	
2	ラオスでの暮らし方を知ること
その成果 2	
3	
その成果 3	

今後の課題

学校の課題に追われ、それが終わると満足してしまうことが多く、留学が終わる時には、習い事を1つ何か向こうでやればよかったと少し後悔が残った。個人的には組織の習い事をしたかったが、家から少し遠くなかなか申し込みに行けなかった。

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

基本的なことだが、習ったことのあるものは復習してから行くべきだと感じた。特に食べ物の名前や種類など生活にかかわることはよく使う。暇な時間何をして過ごすか、旅行の予定なども少し決めておけばもっと有意義だったと思う。あと歯医者には行っておくべきだと思った。

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

留学先では、日本では全くと言っていいほど使う機会がなかったラオス語にたくさん触れられ、ラオス人の友達もたくさんできてとても楽しい環境です。だからこそただ遊ぶだけ(遊びから学ぶことも多いが)自律して、短い目標を自分で決めながら学習して行くことが大切だと実感しました。留学中考えたこと思ったことは貴重だと思うので日記か何かに記しておくことも重要だと思いました。

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