



JSAF

一般財団法人 JSAF
Global Academic Education

留学体験記

アイルランド国立大学ダブリン校 留学中間報告

JSAF 2025 年秋派遣 第一回留学レポートより

「現地到着後、最も成長したと感じるのは、精神的な忍耐力と、問題が発生した際に人に助けを求めることをためらわなくなったことです。」

派遣先大学	アイルランド国立大学ダブリン校(University College Dublin／アイルランド・ダブリン)
在籍大学	神戸市外国語大学 外国語学部 英米学科 3 年
留学形態	休学留学
派遣期間	2025 年秋派遣(1 学期目終了時点の報告)

※本体験記は派遣生の第一回留学レポート(1 学期目終了時点・留学継続中)をもとに再構成した中間報告です(保存用・氏名入り。公開時には氏名を削除してください)。

1. 到着からここまでの振り返り

留学が始まって数か月、現地到着後に最も成長したと感じる自身の部分は、精神的な忍耐力と、問題が発生した際に人に助けを求めることをためらわなくなったことです。問題解決への意欲と他者への依存が、こちらに来てからうまくバランスが取れるようになったと感じています。

2. 渡航準備と到着後

到着後すぐに購入が必要だったのは、スマートフォンの新しい契約と SIM でした。渡航前に日本で準備しておけば良かったと感じるのは、スマホ環境を詳しく調べておくことです。また、日本から持ってくれば良かった物としては、風呂おけと、スキンケア用品・化粧品などのストックを多めに持ってくるのが挙げられます。

到着後初日のオリエンテーションは分かりやすいものでした。

3. 授業と学び

■ 1 学期目(秋学期)の履修科目 1 学期目(秋学期)の履修科目

科目名	単位	成績	内容と感想
Classical Greece (GRC10200)	5	—※	古代ギリシャについて詳しく学ぶことができました。特に興味深かったのは、ギリシャの宗教観やオリンピアなどの式典、女性や奴隷のようにこれまで無視されてきた人々についての講義です。人物や書物の名前を教授が説明している際に、瞬時に頭の中で理解することに苦労しましたが、講義内容は想像していた以上にギリシャ世界について詳しく、楽しく受講することができました。
Popular Music (MUS10220)	5	B+※	ポピュラーミュージックを様々なジャンルに分けて学びました。チュートリアルでは専門的な単語を用いる機会がたびたびあり苦労しましたが、講義内で毎回音楽を聞くことができ、新しいジャンルや曲を知ることができました。
Swahili(LANG10380)	5	—※	スワヒリ語を一から学びました。今学期最も楽しんだ講義です。運良く生徒が私を含め 2 人しかいなかったため、いつでも質問でき、多くを学びました。
Children's Literature (ENG1002)	5	—※	日本でも有名な児童小説を扱いました。児童小説とはいえ、本一冊を毎週予習していくのは大変でした。ですが、有名で読んでみたかった作品を読む機会を得られてよかったです。

※成績は報告時点(2025 年 11 月末)のもの。Popular Music の B+は中間エッセイの成績です。期末試験が翌月に控えているものや評価待ちの課題が多いため、最終成績は未確定です。授業形式・評価方法の詳細は別紙「履修科目一覧」参照。

4. 英語力の伸びと工夫

リスニング力は格段に伸びていると思います。また、日常会話のスムーズさも向上しました。最も成長を感じるのは、通じないことや間違いをほとんど気にしなくなったことです。「話していくうちに通じるだろう」くらいの感覚で、誰とでも話せるようになりました。

スキル	苦勞した点	工夫した点
リスニング	第二言語として英語を話している留学生同士で話す際のアクセントや、アイルランドのスラングを理解するのに今でも苦勞します。	何度も聞くことです。みんな優しいので、何回も聞いて嫌そうにされたことなどはありません。
スピーキング	一番苦勞したのは、授業内のディスカッションで、これまでバックグラウンドのない分野の専門的な説明をする際に言葉が見つからないことでした。日常でも、単語を知らないというのが何よりの問題です。	クラスメイトや話している相手に、自分の言いたいことを英単語でどう表現するのか聞くことです。さらに、周りが使っている単語や表現はできる限り吸収し、別の場面で使うよう心がけています。
リーディング	専門用語や文学的表現が頻出するので、読むのに苦勞します。	とにかくひたすら、出された課題や資料、予習などをこなすことです。
ライティング	多様な表現をすることです。	リーディングや日常生活で印象に残った表現を、できる限りアウトプットしようと心がけています。

5. キャンパスライフ

■ 住まいとルームメイト

ルームメイトはアイルランド出身の学生が多く、共同スペースで会話したり、チャットしたりしています。特別に仲が良いというわけではありませんが、みんな親切で、良好な関係です。私があまり外向的ではなく、あまり共有スペースにいないのかもしれませんが、私にとってはこの距離感が心地よいと感じています。生活するうえでは互いに言いたいことや文句なども時には出てくるので、友達ではなく「ルームメイト」という関係の方が気を遣うことはありません。

■ 食事

完全自炊です。市内中心地に大きなアジアンスーパーがあり、そこで日本米も購入できるため、鍋を友人から借りて、毎日日本米と自炊したおかずを食べています。

■ 1 週間の過ごし方

曜日	過ごし方
月～木	講義(レクチャーやチュートリアル)を受講しています。
金～日	金曜日に講義がないため、3 日間の休日があります。1～2 日は友人と主にダブリン市内に出かけ、残りの 1 日は丸一日、勉強と家事をするようにしています。

■ 交友関係

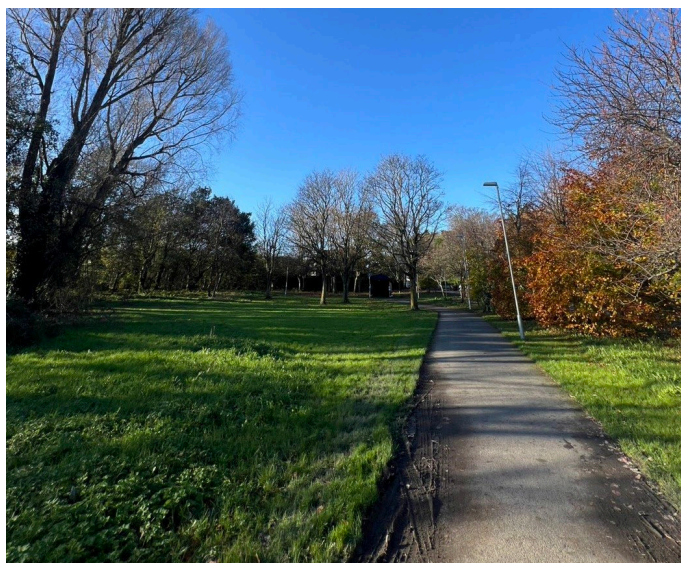
他の国からの留学生の友人は、中国、インド、アメリカ出身です。文化や言語の違いをたまに感じますが、それが同時に魅力でもあります。同じ留学生として分かり合える部分が多く、とても頼りになります。日本人の友人・知人は、現地では残念ながらいません。

■ ダブリンの街と治安

首都なので都会です。ダブリンの雰囲気が好きになりました。これまで危険な思いをしたことはありません。ダウンタウンまではバスで 30～40 分ほどで、天気が良ければ歩くこともあります(徒歩では 1 時間半ほどかかります)。おすすめのスポットはキャンパスで、キャンパス内に自然が多く、散歩が息抜きになり好きです。また、ネットなどで見ていた情報に反して気候が良く、晴れの日も多いです。

6. 課外活動と休暇の過ごし方

スポーツとしては、毎日キャンパス内を散歩しています。また、友人も歩くことが好きなので、出かけた際には歩ける距離は歩くようにしています。休日は友人とダブリン市内に出かけたり、勉強と家事にあてたりして過ごしています。



自然豊かなキャンパス内の散歩道。散歩が息抜きになっています

**JSAF**一般財団法人 JSAF
Global Academic Education

7. 費用と持ち物

項目	金額・内容
生活費(月のお小遣い)	6～7 万円／月
到着後すぐに購入が必要だったもの	スマートフォンの新しい契約、SIM

■ 持ち物・準備のアドバイス

- 渡航前に日本で準備しておけば良かった点:スマホ環境を詳しく調べておくこと。
- 日本から持ってくれば良かった物:風呂おけ、スキンケア用品・化粧品などのストックを多めに。

8. ここまでを振り返って・最終学期に向けて

春学期の履修はまだ詳しくは決めていませんが、引き続きスワヒリ語を履修し、音楽に関する講義も 2 種類ほど取りたいと考えています。加えて、これまで経験したことのない分野でも、何か一つ講義を取ればいいなと考えています。

「秋学期から変わらず健康でダブリンを楽しみながら、大学生活もできる限りすべてのことをやりたいなと思います。」

本記事は JSAF 派遣生(2025 年秋派遣・ユニバーシティ・カレッジ・ダブリン)の第一回留学レポート(留学継続中の中間報告)をもとに再構成したものです。