

研修先大学（研修国）	山東外国語職業技術大学コース（中国）
研修期間	2026年3月5日～3月31日（27日間）
参加学生数	本学園から2名 コース全体30名 （主な国籍：ロシア・ドイツ・韓国）

報 告 者 ①	男子学生
研修内容の概要	
・研修内容としては、留学生向けの中国語学習クラスに参加し、いろいろな国の留学生と一緒に中国語を学習するという内容だった。学習内容としては、「HSK 指導」「中国語の読み書き」「中国語基礎」「中国語のスピーキング」「中国文化紹介」「中国文化体験」というような授業があった。それぞれ授業によって先生が違い、使う教科書も違うため、内容が若干違ったが、基本的には中国語の“読む・書く・話す”を学ぶ授業だった。一部では、中国文化の紹介や文化体験する授業があったが、授業というよりレクレーションに近い内容だった。 ・課外活動としては、3月20日に春節を祝うお祭りが自治体で開催された。留学生はバスに乗って市内のお祭り広場まで行き、歌やダンス、龍のパフォーマンスなどを見ることができた。また、学校内でも開催され、同じように伝統的なパフォーマンスを見物できた。	
研修先の大学における研修の方法とそれへの評価	
・授業の進め方としては、日本の学校と同じように電子黒板を使って授業をしていた。具体的には、教科書の内容を基に作られたスライドが準備されており、そのスライドで説明をするスタイルだった。複数授業があったため、先生も複数人いたが、どの先生も基本的に同じ方法で授業を進めていた。 ・指導方法としては、中国語の説明をすべて英語でしていた。留学生向けのクラスであるため、当然日本語での説明はない。よって、かなり集中して授業に臨む必要がある。しかし、授業中のスマホの利用は制限されていないため、どうしてもわからないところは翻訳や検索を使って、授業についていった。どの先生方も優しく教えてくれていたが、一人だけ怖い先生がいた。怖い理由は、ずっと怒っているような態度で授業を進める先生だったから。所作や喋り方からそう感じた。ただ、その先生自身はおそらく常に怒っているわけではないようだった。 ・宿題は、基本的にどの授業でも課された。内容は、「教科書にある単語をノートに書いて覚える」「教科書の問題を解く」「教科書の本文を参考に、自分のことの文章を中国語で書く」など様々だった。ただ、基本は教科書のことを宿題にしていた。 ・最後にこれらに対する評価として、どれも簡単ではないが、頑張ればなんとかなることが多かったと思う。授業や宿題は、どうしてもわからなければスマホを使うことができたし、授業中の音読でも、分からない単語は先生が助けてくれたりしたから。	
滞在方法及びそれへの評価	
・滞在方法は、大学の寮で生活した。大学内にはいくつも寮があったが、その中の留学生が利用する寮に泊まった。寮は日本の団地のような感じで、エレベーターなどはなかった。部屋にはルームメイトが二人いて、私を含めた三人で生活していた。部屋には、キッチンや洗濯機があった。シャワーはトイレ体型で、トイレとの間に仕切りは一切なく、カーテンすらなかった。時間についてだが、寮に門限はなく、寮母などもいなかった。一応警備の人はいたが、ただ警備をしているだけなので、遅い時間に外に出ても何も言われない。よって大学内は比較的自由に行動できた。ただ、学校内のお店は遅くとも22:00には閉店するため、夜に外へ出ても散歩以外にすることがない。	

・寮は五階建てで、私は最上階の5階だったため、上り下りが少し大変だった。また、部屋にはキッチンがあり自炊は可能だが、近くに食堂があったため、食事は食堂で済ましていた。そして、シャワーとトイレは一体型であるため、誰かがシャワーしている間はトイレが使えないのが少し不便に感じた。また、仕切りがないことによって、シャワーの後はトイレが水浸しになるのも少し不便だった。ゴミに関しては、ルームメイトが使っているゴミ箱を一緒に使わせてもらい、いっぱいになると、寮の外にある大きなゴミ箱に捨てていた。中国は、ごみの分別をせずにすべてまとめて捨てるため、罪悪感があったが、ゴミ捨て自体は楽だった。

文化・教育・生活などの違いについて感じたこと

・日本と大きく違うと感じたことは、主に二つ。「物価」「決済方法」だった。

・物価は日本と違い、かなり安かった。特に食べ物の値段がかなり安かった印象が強い。大学には食堂があり、建物は三階建てだった。そして、各階に飲食店があったのだが、どの店の料理も値段は約10～20 元程度だった。また、大学内にはカフェやお茶屋が複数あり、どの店も商品の値段は同じくらいだった。日用品については日本と同じくらいの値段だった。例えば、購入した大きいサイズのスリッパは25 元だった。次に、交通費は日本に比べてかなり安かった。バスや電車は1～3 元程度で、タクシーを利用した際は割り勘にしていたが、それでもひとり5～6 元程度だった。

・決済方法は「アリペイ」を使ったQR 決済を使った。中国は日本と違い、ほとんどの決済をこのアリペイですることができる。食堂はもちろん、スーパーの買い物やバスなどの交通機関での支払い。また、屋台での支払いですらアリペイで決済出来た。私はこの留学では、学費納入以外で現金を使っていない。そのくらい何にでも使うことができた。日本にもPaypay があるが、交通機関では使えない上に、そもそも使えないスーパーや飲食店も多いため、アリペイと同じようには利用できない。日本ではまだ現金での決済が当たり前だが、それが少し面倒に感じてしまうほど「アリペイ」は便利だった。

現地での生活費について

◆ 現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：

5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い

食料品	1	外食費	2	消耗品	2	洋服類	4	交通費	1	遊興費	1
-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---

◆ 現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：※1 元＝23 円

食費（外食を含む）	3.8 万	消耗品	0.1 万	交通費	0.3 万	洋服類	0 万
遊興費	0.3 万	お土産	1.6 万	その他： e-SIM	0.8 万		
合計							6.9 万

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

○	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
	反省すべき部分があった。	
理由：基本的に食べ物とお土産しか買っていないため、無駄遣いはしていないと思う。強いて言えば、最終日に韓国に滞在することを考慮して、一日使える e-SIM を購入したが、空港内はフリーWi-Fi が使えたため、必要なかった。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

少しでも費用を抑えたいのであれば、日用品を持っていくと現地で買う必要がなくなる。
ショッピングモールにある服屋は日本よりも高いことが多いため、買わないほうがいい。

研修成果（研修を通して得たこと）

◆ 研修参加の動機：

半年前に上海へ留学したが、一週間程度の短期留学だったため、もっと長く滞在できるこのコースに興味を持ったから。また、ここで得た単位は卒業単位に含めることができるため、言語や文化を学習しながら単位も頂ける、一石二鳥だと思ったから。

◆ 参加前の目標：

一か月も滞在するため、少しでも多く現地の人たちとコミュニケーションをとること。また、ルームメイトと関係を深めること。

◆ 設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

より多くの人たちとコミュニケーションをとるには、言葉を伝える必要があるため、渡航前は中国語の簡単なあいさつや自己紹介を練習していた。現地では、中国語でのあいさつはもちろん、英語でのあいさつも使って、中国人以外の留学生にもコミュニケーションをとるようにしていた。現地で気付いたが、様々な国から来た留学生と一緒に学習していたため、必然的にルームメイト以外の留学生と交流する機会が多かった。そこで、相手の母国語のあいさつを教えてもらったり、逆に簡単な日本語を教えたりして交流を深めた。

◆ 研修成果：研修参加を通して何が変わったかを具体的に教えてください。

例えば、語学力、価値観、将来の目標、日本や家族に対する思いの変化、自分への再認識、等々。

今回この研修に参加して一番変わったことは、中国人に対するイメージだと思う。半年前上海へ短期留学して、初めて現地の人と交流したことで、イメージは大きく変わった。しかし、前回訪れたのは中国で最も発展している上海であり、その滞在時間も一週間と短かった。それに比べて、今回滞在した山東省は発展してはいたが、上海ほどではないように感じた。また、滞在時間も一か月と長期であるため、前回よりもよりリアルな中国をより長く体験することができた。結果として、やっぱり中国人は優しい人が多いと思った。また、その印象は留学期間中変わることはなかった。渡航前の不安として、今の政治的状況が前回の留学よりも悪くなっていることと、それによって反日の考えが広がっているのではないかという不安があったが、実際に交流してみるとそのイメージとは違い、優しく接してくれる人ばかりだった。こちらが日本人であるということを伝えてもなお対応は変わらず、優しくかった。上海の際も感じたが、やはりイメージの中国人と実際の中国人はかなり違う。今回の研修で、この政治的状況の中それを再確認できて本当に良かったと思う。

◆ 自己啓発：研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

今回の研修を通して、中国の文化や実際の中国人がどのようなものなのかを知ることができた。彼らが分け隔てなく関わってくれたように、私も今後出会うかもしれない中国人には分け隔てなく関わっていききたいと思う。また、今回の研修で中国人のほかにドイツ人やロシア人などの友達もできた。せっかくできたこの大切な御縁を大切にしていきたい。例えば、もし今後日本に来ることがあればできる限りのサポートをしたいと考えている。

後輩へのアドバイス（研修全体）

- ・ 乗り継ぎ前の便で水は買わないほうがいい。理由は、2 口しか飲んでいないのに没収されてしまうことになるから。水を買う際は、乗り継いだ後に買うと没収されない。
- ・ 部屋にインターネットはあるが、速度がかなり遅いため、e-SIM を使ったほうが簡単なうえに通信速度が速い。また、e-SIM であれば、もしギガが足りなくなっても Amazon などのネット通販を使って追加で購入することもできるためかなり便利。しかし、購入する場合は、利用するネット通販サイトから自分が普段使っている E メールにメールが来るよう事前に設定をする必要がある。例えば、電話番号による SMS で設定をしている場合、海外では SMS を受信できないため、e-SIM を買うことはできても、設定することはできない。よって、万が一状況に備えて事前にメールアドレスを設定することをお勧めする。
- ・ アリペイでの支払いは、紐づけたクレジットカードで支払われる仕組みになっている。そこで、もし利用しているクレジットカードで SMS によるワンタイムパスワードを設定していると、支払ができなくなるため、渡航前に解除する設定をしないといけない。支払ができなくなる理由は上記の内容と同じように、海外では SMS を受信できないからだ。しかし、ワンタイムパスワードを設定していると SMS から送信されたパスワードを入力しないと支払いができない。したがって、支払いが一切できなくなってしまう。そうならないように事前に解除することで対策できる。

次年度以降さらに充実した研修にするための提案

- ・ 乗り継ぎの仁川空港の滞在時間をもう少し調整してほしいと思った。具体的には、行きの乗り継ぎは時間が無さ過ぎて空港内を走って移動した。逆に、帰りの乗り継ぎは時間があり余り過ぎていた。時間がある分、食事や買い物をゆっくり楽しむことができたが、それでも時間があり過ぎたと思う。行きの乗り継ぎはもう少し時間を長く、帰りの乗り継ぎはもう少し時間を短くできればより乗り継ぎは快適になると思う。

報 告 者 ②	女子学生																																				
研修内容の概要 この研修を通じ、語学力の向上と現地文化への理解を深めることに注力した。研修全体を通して、座学のみならず実践的な交流の場を通じて、多角的な学びを得ることを目的とした。 授業は、「話す・聞く・書く」の三技能を中心に展開され、正確な発音や適切な語彙表現を習得するための実践的な訓練が繰り返された。特に教員や現地学生との活発な対話を通じ、生きた中国語に触れることで、異文化間でのコミュニケーション能力の基礎を築くことができた。 また、研修先大学や市が主催する「二月二」の伝統行事に参加した。現地の祝祭の熱気を肌で感じ、地域の伝統を直接学べたことは、その土地の文化や多様性を深く理解する上で極めて貴重な経験となった。																																					
研修先の大学における研修の方法とそれへの評価 授業は、まず進出単語の習得から始まり、次に文法の例文を全員で音読、その後ペアで読みあう形式で進められた。教職員の指導は非常に熱心であり、特に発音に関しては、学生一人ひとりの細かい違いを見逃さず、正しい音が出るまで繰り返し丁寧に修正してくれた。 宿題は継続的に課され、内容は漢字の練習や、その日学習した単語を用いた例文作成であった。これらは、次回授業時に提出が求められており、さらに授業の冒頭には毎回 10 問程度の漢字テストが実施された。 徹底した反復学習と、毎回のテストに向けた学習習慣の継続は、自身の語学力向上に大きく役立ったと感じている。																																					
滞在方法及びそれへの評価 寮生活において特に厳しい規則はなく、比較的自由度の高い環境で過ごすことができた。部屋は同じ研修コースに参加していたドイツ出身の学生と相部屋であった。生活習慣や文化的な背景が異なる学生との共同生活は、日常の何気ない会話そのものが異文化理解の場となった。お互いの国のことや研修の内容について英語や学んだばかりの言葉を交えて語り合う時間は、教室での学習とは異なる刺激だった。 当初は国籍の違う学生との同室に緊張もあったが、ともに生活を送る中で、価値観の違いを尊重しながら関係を築く重要性を学ぶことができた。こうした寮での交流は、単なる宿泊の枠を超え、自身の国際感覚を養う上で非常に有意義な経験であった。																																					
文化・教育・生活などの違いについて感じたこと 研修を通して、最も強く感じたのは「デジタル化のスピード」と「地域コミュニティの熱量」である。生活面では、キャッシュレス決済や共有サービスの普及が日本以上に進んでおり、滞在中はその利便性に驚かされた。一方で、教育現場や地域の行事に目を向けると、人と人との直接的な関わりが非常に濃いこと気づかされた。大学の授業では、学生が間違いを恐れることなく積極的に発言し、教員もそれに応える熱気があり、受動的になりがちな日本の講義スタイルとの違いを実感した。 また、市や学校が主催した、「二月二」の行事に参加した際、老若男女が一体となって伝統を祝う姿を目の当たりにした。齊井先端の技術が生活を支える一方で、教育や文化の根底には、対面での対話や伝統的なつながりを重視する文化が根付いている。異文化に身を置くことで、日本の社会や教育の在り方を客観的に見つめ直す機会となった。																																					
現地での生活費について ◆ <u>現地の物価は日本と比べると（枠内に該当する数字を記入）：</u> 5：かなり高い 4：高い 3：同じくらい 2：安い 1：かなり安い <table border="1"> <tr> <td>食料品</td><td>1</td> <td>外食費</td><td>1</td> <td>消耗品</td><td>1</td> <td>洋服類</td><td>1</td> <td>交通費</td><td>1</td> <td>遊興費</td><td>1</td> </tr> </table> ◆ <u>現地で使った生活費等のおおよそな金額（単位：円）：</u> <table border="1"> <tr> <td>食費（外食を含む）</td><td>3.1 万</td> <td>消耗品</td><td>1.2 万</td> <td>交通費</td><td>0.4 万</td> <td>洋服類</td><td>0 万</td> </tr> <tr> <td>遊興費</td><td>0.6 万</td> <td>お土産</td><td>1.2 万</td> <td>その他：</td><td></td><td></td><td>万</td> </tr> <tr> <td colspan="7">合計</td><td>6.5 万</td> </tr> </table>		食料品	1	外食費	1	消耗品	1	洋服類	1	交通費	1	遊興費	1	食費（外食を含む）	3.1 万	消耗品	1.2 万	交通費	0.4 万	洋服類	0 万	遊興費	0.6 万	お土産	1.2 万	その他：			万	合計							6.5 万
食料品	1	外食費	1	消耗品	1	洋服類	1	交通費	1	遊興費	1																										
食費（外食を含む）	3.1 万	消耗品	1.2 万	交通費	0.4 万	洋服類	0 万																														
遊興費	0.6 万	お土産	1.2 万	その他：			万																														
合計							6.5 万																														

◆ 上記②の費用について（該当内容に○をつけてください）

○	無駄のない使い方だったので、適切な金額だった。	左記を選んだ理由を、下欄に具体的に教えてください。
	反省すべき部分があった。	
理由: 現地の学生が利用する食堂や商店を積極的に活用して生活費を食費や日用品を最小限に抑えるとともに、スマートフォンで日々の支出を細かく管理した。		

◆ 費用について後輩へのアドバイス：

- ・ eSIM は高くても無制限を買ったほうがいいです。

研修成果（研修を通して得たこと）

◆ 研修参加の動機：

語学力向上と実生活を通じた異文化理解を深めるため。

◆ 参加前の目標：

言語の壁を越えて積極的に関わり、多様な人々と相互理解を深める経験を積む。

◆ 設定した目標のために渡航前や現地で努力したこと：

渡航前→基本的な語彙の習得に加え、日本文化に関する話題を整理した。

現地→言葉が完璧でなくても身振り手振りで自分の考えを伝えようとした。

◆ 研修成果：研修参加を通して何が変わったかを具体的に教えてください。

例えば、語学力、価値観、将来の目標、日本や家族に対する思いの変化、自分への再認識、等々。

異文化の中で自立した生活を通じ、多様な価値観を尊重する柔軟さと、現地で生活圏を広げていく経験が、結果として周囲への感謝の気持ちを強く抱いた。

◆ 自己啓発：研修参加を通して得た経験や知識を今後どのように活かしていくかを具体的に述べてください。

今回の研修は、語学以上に異文化への適応力と自己の強みの再確認する転機となった。この学びを一過性で終わらせず、今後の学修やキャリア形成における三つの軸として磨き続けていきたい。

第一の軸は、「共通言語を用いた主体的な関係構築」である。現地学生との対話を通じ、共通の関心事が言葉の壁を超える強力な武器になることを実感した。自ら心を開き、相手の文化を尊重しながら自分のルーツを発信することで築いた絆は、大きな自信となった。今後は、多種多様な人が集まる組織においてチーム力を最大化させる際、この「共通点を見出し、信頼を勝ち取る力」を発揮し周囲を巻き込み、目標へと導く原動力としたい。

第二の軸は、現地の空気感を大切にする「生きた視点」の習得である。都市の街並みやスポーツ文化、日々の暮らしを自分の足で歩き、肌で感じることでネットやニュースの知識だけでは得られない「現地のリアル」を体感することができた。大学の学びでも、数字やデータを見るのだけではなく、その裏にある現場の空気感や人々の熱量を大切にする「生きた視点」として活かせる。将来、表面的な数字や言葉の裏にある本質を深く読み解く力として応用していきたい。

第三の軸は、「未知の環境における自律的な挑戦心」の継続である。約一か月の滞在を自立してやり遂げたという事実は、困難に直面した際冷静な判断を養ってくれた。今後、どのような環境においても臆することなく飛び込み、自分を高め続けるためのエネルギーにしていきたい。研修で得た三つの軸を糧に、広い視野を持って社会に貢献できる自分へと成長し続けたい。

後輩へのアドバイス（研修全体）

自ら進んで周囲に話しかけ、一人でも多くの友人と出会う努力をしてみてください。言語の壁を越えて築いた友情は、自分を大きく成長させてくれるはずです。

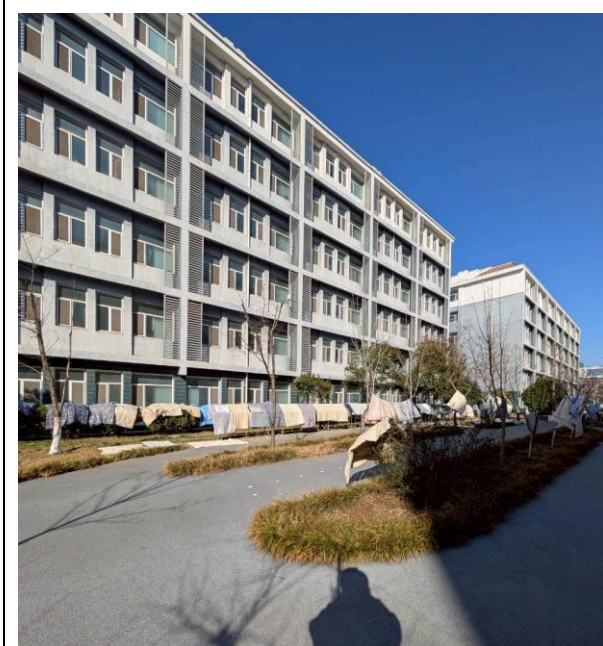
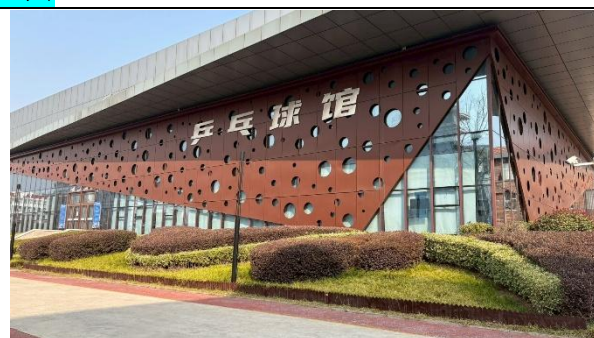
次年度以降さらに充実した研修にするための提案

世界的に人気のあるアニメやボカロ曲の知識を深めておくことは、現地の若者と即座に打ち解け、友人を作るための強力なきっかけとなる。

日本の風景や自身の専門分野、趣味の活動を写真や動画で整理しておく。自分のルーツを視覚的に伝えることで対話を深めることができる。

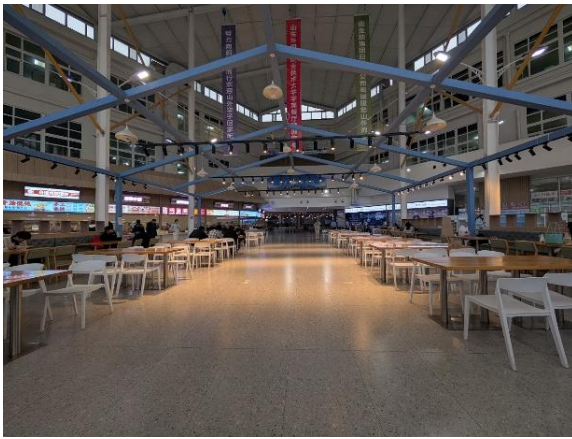
現地での学習・活動・生活の様子

キャンパス



↑説明：構内の学生寮。良い天気だったので、皆お布団を干している

食堂



↑説明：寮から近い食堂。三階建てで、すべての階に右の写真のような飲食店が並んでいる。





↑説明：ベッドルーム。ドイツ人のルームメイトとこの部屋で寝ていた。



↑説明：部屋のトイレとシャワー。
仕切りが無いので、シャワーの後はトイレがよく濡れていた。



授業・課外活動



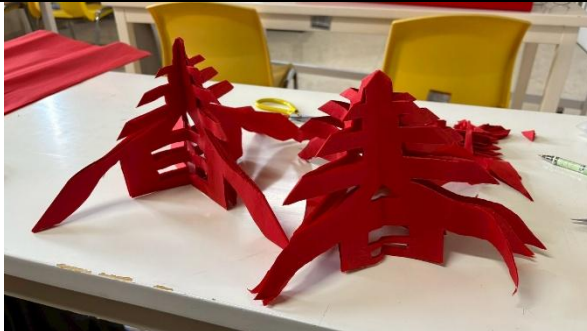
↑説明：授業の様子。この規模の教室と人数で、毎日中国語の授業を受けた。



↑説明：日照市で開催された春節を祝うお祭りで披露していた龍。
右は同日の大学の様子。大学内でもパフォーマンスや出店があった。



↑説明：日本語学科の授業に参加

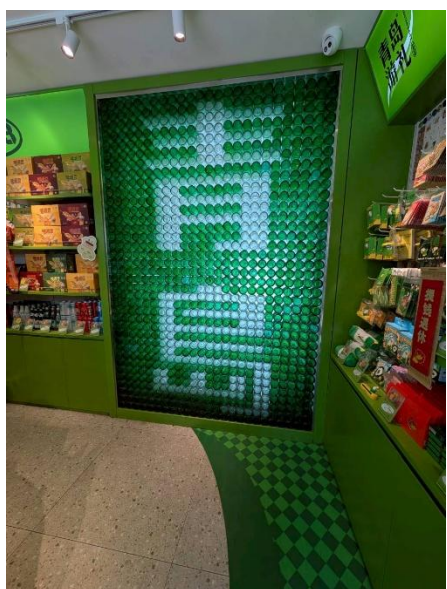


↑説明：中国伝統の切り絵に挑戦



↑説明：選択授業の陶芸クラス

町中の様子



↑説明：有名な青島ビールの産地なので、モニュメントやビール関連品が多くある

↑説明：食べ物屋さんが多く、食料品も豊かにある



↑ 說明：献血小屋

