



筑波大学秋季留学フェア
〈IMAGINE THE FUTURE 留学!〉

2019年度派遣学生による
留学報告会
(ロシア・NIS諸国)



報告書

筑波大学

グローバル・コモンズ機構

日本財団 中央アジア・日本人材育成プロジェクト

2020

Supported by

THE NIPPON
FOUNDATION



筑波大学秋季留学フェア〈IMAGINE THE FUTURE 留学!〉 2019年度派遣学生による留学報告会(ロシア・NIS 諸国)

白山 利信

筑波大学人文社会系教授・NipCA プロジェクト実務責任者
グローバルコミュニケーション教育センター長

筑波大学「日本財団 中央アジア・日本人材育成プロジェクト (NipCA)」は、2019年1月、文部科学省「大学の世界展開力強化事業 (ロシア)」の本学の採択事業「ロシア語圏諸国を対象とした産業界で活躍できるマルチリンガル人材育成プログラム」(2014-2019)の成果とノウハウを引き継ぎ、中央アジア地域のSDGsの達成と当該社会に貢献できる人材の育成という新たなミッションを担ってスタートしました。初年度の2020年春、新型コロナウイルスのパンデミックという事態に突然見舞われ、2月下旬から3月にかけて初年度予定していた研修事業や国際学会はすべて中止となり、次年度の計画の大幅な変更を余儀なくされました。

新型コロナウイルスの感染拡大という事態が収束しない中、2021年4月に始まった当プロジェクトの2年目は、活動形態を弾力的にオンラインに切り替えました。プロジェクト関係者が総力を挙げて取り組んだ結果、派遣・受入事業を除けば、前年度以上のプロジェクト活動を推進することができました。プロジェクトメンバーの献身的な尽力に対して、心から感謝いたします。

今年度はオンライン事業と並んで、出版物による広報活動にも力を入れてきました。従来のニューズレター刊行に加えて、6月から7月にかけて全5回開催した「オンライン留学に関するラウンド・テーブル〜コロナ禍の困難から見出す新しい教育の可能性〜」の報告書、「新入生に贈る特別講演会」の冊子、そして公開講演会「中央ユーラシアと日本の未来」シリーズも順次冊子化し、出版しました。

本報告書は、2020年10月に約2週間にわたって開催された、本学グローバル・コモンズ機構主催の秋季留学フェア〈IMAGINE THE FUTURE 留学!〉の一環として、フェア最終日の30日(金)に行われた2019年度派遣学生による留学報告会(ロシア・NIS 諸国)の内容をまとめたものです。

報告の内容は、前半がロシア・ポーランドの大学に留学していた4名の学生による個人発表、後半がNipCAプロジェクト主催のカザフスタン語学研修(ロシア語、カザフ語)に参加した学生による2つのグループ発表になります。ロシアに留学していた石川織羽さん、西美乃里さん、安井梨乃さんは、コロナ禍の影響で滞在期間が短くなってしまったにもかかわらず、とても中身の濃い充実した留学生活を送っていたことがわかります。ポーランドに留学していた西川将太郎君は、コロナ禍で活動が大きく制限される中、現地に残って無事一年間の留学生生活を全うしました。そして、カザフスタン語学研修に参加し、グループを代表して発表してくれた永井彰君、金澤樹希君の報告からは、短期間の滞在でも貪欲に中央アジアのカザフスタンの文化、ロシア語圏の文化を吸収しようとしていた姿勢が伝わってきます。発表後の質問に答える学生たちの言葉からは、異言語・異文化世界に身を置き、体験型学習を経験することで、彼らが興味・関心の幅を広げ、人間的にも一回り成長した姿を示していることがよくわかります。学生たちの頑張りに心から敬意を表します。今後の彼ら彼女らの活躍が非常に楽しみです。

最後になりますが、日頃から筑波大学NipCAプロジェクトを陰に陽に温かく支えて下さっている公益財団法人日本財団の森祐次常務理事、有川孝国際事業部長、ハフマン・ジェイムズ国際事業部課長、日本・中央アジア友好協会(JACAF)のヴルボスキ京子会長、そして本学グローバル・コモンズ機構の安達理佳課長に対して、衷心より厚く御礼を申し上げます。

WIDEN YOUR HORIZON

2019年度派遣学生 による留学報告会 (ロシア・NIS諸国など)

日時

2020年10月30日 (金)
18:10 ~ 19:10

発表者

・石川 織羽

(人文・文化学群 人文学類)

:モスクワ国立大学 (2019年9月-2020年6月)

・西美乃里

(社会・国際学群 国際総合学類)

:サンクト・ペテルブルグ国立大学 (2019年9月-2020年6月)

・安井 梨乃

(社会・国際学群 国際総合学類)

:ノヴォシビルスク国立大学 (2020年2月-2021年7月)

・西川 将太郎

(社会・国際学群 国際総合学類)

:ワルシャワ大学 (2019年9月-2020年6月)

・カザフスタン語学研修参加者

永井 彰 (理工学群 工学システム学類)

金澤 樹希 (理工学群 工学システム学類)

:カザフ国立大学準備学部 (2020年2月15日-3月7日) ほか

Supported by
日本
財団
THE NIPPON
FOUNDATION



グローバル・コモンズ機構



2020

梶山 お時間になりましたので、ただ今より、2019年度派遣学生留学報告会（ロシア、ポーランド）、2019年度カザフ語学研修の合同報告会を開始いたします。筑波大学グローバル・コモンズ機構主催で2週間にわたって開催してきました、「筑波大学秋季留学フェア〈IMAGINE THE FUTURE〉」も本日で最終日となります。この報告会はNipCAプロジェクト主催ということで、プロジェクト・コーディネーターの私が進行を務めます。学生の報告に入る前に、当プロジェクトではどういった留学・研修を扱っているのか、プロジェクト教員の山本先生に説明していただこうと思います。山本先生、お願いします。

山本 はい。NipCAプロジェクトで教員をしております、山本祐規子と申します。NipCAプロジェクトは、日本財団が支援する「中央アジア・日本人材育成プロジェクト」ということでやっていますが、「大学の世界展開力強化事業」、ロシア語諸国を対象とした人材育成プログラムであるGe-NISの後継事業として位置付けられています。

2019年より、このNipCAプロジェクトが発足しているんですけども、本プロジェクトは中央アジアに特化した事業として、現在、運営されています。しかしながら、これまでGe-NISを通して培ってきたロシアとの関係、また、今後ロシアと日本人材育成プロジェクトが再開できたときの下地づくりのためにも、ロシアのJASSO奨学生の取りまとめやロシア語研修といったようなものの学内の窓口として行っていく必要があるんじゃないかということ、該当のプログラムや学生のサポートを行っていかうということで、現在も、ロシア、それから一部東欧への留学支援にプロジェクトとして関わっております。

現在、筑波大学とロシアとの協定校は全部で11校ありまして、NIS諸国で25校あります。それぞれ、学部生、大学院生に留学の機会があるんですけども、詳しくは、10月15日の「スタートアップ留学」でこのような資料を使って説明があったと思うのですが、その10ページ以降に協定校のリストが出ています。その中の23ページ以降に、ロシア、NIS諸国の協定校のリストが出ております。もし詳しい情報を知りたい方がいらっしゃいましたら、そちらのほうで、どんな学校があるのか、どんな機会があるのかというのを調べていただければと思います。

こちらのほうの資料は、10月15日のフォルダーの中に、Teamsの中の資料ファイルの中に入っていると聞いて

ておりますので、その中のGo Abroad 2020というものを見ていただくと、ロシア語圏、あるいは東欧、それから中央アジア関係の留学先のプログラム、どんなものがあるか、どんな協定校があるかというのを確認していただけたと思います。

本日は、ロシア、NIS、それから東欧諸国への派遣留学による留学報告会ということで、このNipCAプロジェクト、それからプロジェクトスタッフのサポートでこれらの協定校に留学した学生の皆さんから、それぞれの経験を報告してもらいたいというふうに思っております。私からは以上です。

梶山 山本先生、ありがとうございます。それでは、これより学生の発表に移りたいと思います。学生の発表は、個人発表が4名で、その後にカザフスタンの語学研修に参加した学生のグループ発表が二つあります。発表が全て終わってから質疑応答の時間としたいと思います。

それでは、最初の1人目は、モスクワ大学に留学していた石川さんです。石川さん、準備できていますか。

石川 はい、石川です。それでは、発表をさせていただきます。よろしく申し上げます。

ただ今ご紹介にあずかりました、人文・文化学群人文学類4年次の石川と申します。モスクワ大学には、2019年9月から、モスクワ自体には3月下旬までおまして、それからオンライン授業を日本で受けておりました。

モスクワについて簡単に説明します。ロシア連邦の首都で、人口は約1250万人だそうです。この赤い矢印のところになります。日本との時差は－6時間ということで、日本よりも6時間遅いですね。

モスクワ国立大学について、少しご説明いたします。エム・ゲー・ウーМГУ、Московский Государственный Университетの略です。この宮殿のような建物は、モスクワのスターリン建築七姉妹の一角で、モスクワ国立大学以外には外務省とか文化人アパート、ホテル・ウクライナなどがあります。モスクワ国立大学は、その中で最も大きい建物です。モスクワのクレムリンや、あと、聖ワシリイ聖堂に並ぶ



モスクワについて



ロシア連邦の首都
人口は約1,250万人
日本との時差は-6時間

モスクワ国立大学(MГУ)について

МГУ= Московский
Государственный Университет

この建物は、モスクワの
スターリン建築「7姉妹」の
一つで、最も大きい建物。

学生寮、管理棟、食堂、売店、
博物館などが入っている。



シンボリックな存在だと思っております。この中に学生寮、管理棟、食堂、売店さらには博物館などが入っていて、この中で授業以外の全てを完結させることができます。私はこの辺に住んでいて、この中のB（ヴェー）棟7階に住んでおりました。

これが部屋の様子です。古くて、ほこりっぽくて、筑波大学の宿舍みたいところで、あまりきれいではないので、神経質な人にはお勧めしません。冷蔵庫などはありませんので、右側の写真のように二重窓の隙間にヨーグルトやチーズを置いている風景は、旧ソ連圏で良くある風景ではないでしょうか。

授業についてです。私は文学部にて、留学生用の語学の授業を受講しておりました。ТРКИ – Второй を目指すレベルの授業でして、あまり授業に来ていなかった韓国人女子1人とスロベニア人男性1人がいて、主なメンバーは中国人女子3人がいました。この3人はとても優秀な北京外国語大学の学生たちでした。そして、2人、



中国人の女性がいました。この2人はモスクワ大学で教師として働いていた人と、中国でロシア語教師として働いている人のような人でしたが、なぜか語学の授業をとっていました。それと私です。

とても難しい授業だと感じましたが、ТРКИ – Первый を持っているので、ここに振り分けられたようでした。アジア人が入るようなクラスでは、一番難しいクラスだったようです。最初の1週間は耐えましたが、限界を感じてクラスを落とそうかと思いました。実際に、取りまわてくださる先生にも「クラスを変えたいです」と言いました。ですが、やはりもう少し頑張ろうと思い、クラスを変えることをやめました。そして、何とか食らい付いていきました。それでも周りに比べたら全然しゃべれないので、少しつらかったことを覚えています。ですが、聞く力はすごく鍛えられたと思います。

先生はこんな感じです。私が前、似顔絵を描きました。授業内容です。これは語彙論のテキストで、ある基本動詞、играть などのような動詞に、さまざまな接頭辞が付いたらどのような意味になるか、といったことをやっていた。それと、似ている言葉の使い分けなどです。целый と весь の使い分けなど、分かりにくいところをやっていました。

これは『ЗНАКОМЫЕ ГЛАГОЛЫ』という、和訳すると『なじみある動詞』というテキストです。このテキストで、基本の動詞にさまざまな接頭辞を付けるとどのような意味になるかを学んでいました。例えば、дать な

授業について

- 文学部にて、留学生用授業を受講。
- ТРКИ-2を目指すレベルの授業（難しい）。
- 韓国人女子1（来ない）、スロベニア人男性1（来ない）、中国人女子3（優秀）、中国人女性2（よく話す）、私。



授業内容

- テキスト（語彙論）

ある基本動詞に色々な接尾辞が付いたらどのような意味になるか

似ている言葉の使い分け
(целый, весь など)



授業内容

- テキスト（「なじみある単語」）

基本単語に様々な接尾辞を付けて、どのような意味になるか学ぶ。

(дать.....вдаться,
воссоздать,выдать,здать, задаться,
здать, надать,.....)



課外活動



授業内容

- 生活に根差した単語

星座占い、性格の言い方、感情、料理、病気etc...



モスクワでの暮らしー散歩ー

授業内容

- 他にも、文化、文学、発音練習、セミナー（ソ連アニメについて）、プレゼンなど。

どとても基本的な動詞に接頭辞を付けて、вдаться, воссоздать, выдать, здать, задаться...にするとどのような意味になるか、といったことを勉強していました。

この『Поговорим о себе』というテキストでは、生活に根差した単語を学びました。例えば、星座、性格や感情に関連する単語、料理の作り方、病気の名称など、実用的な表現を学びました。

ほかにも、文化、文学、発音練習、セミナーなどがありました。セミナーはソ連アニメについてのものを受講していました。このセミナーでは、「Винни-Пух」、ロシア版「くまのプーさん」や、有名なアニメーターのノルシュテインの作品などが取り上げられていました。また、文化の授業のエクスカージョンでは、ザモスクヴォレチエという地区を散歩して歴史について学びました。トレチャコフ美術館に関することや、タタール人とのつながりのことなど多くを学びました。

課外活動についてです。これは大学の留学生合唱団に

参加していたときの写真です。左にいる赤い格好をした人が私です。ロシアの民族衣装を着てロシアの歌を歌ったり踊ったりしていました。モスクワ大学では謎の文化的な催し物が月に一度くらいあったので、それに出てステージで歌っていました。

モスクワの暮らしについてです。これは散歩編です。モスクワはとても暗くて曇っているのので、散歩しないと病みそうでした。ですので、きれいにスカッと晴れた冬の日には、ここぞとばかりに散歩に行っていました。左から、これはキエフスカヤの駅前にあったかわいいくるみ割り人形のオブジェと、真ん中が、赤の広場をぶらついていたら話しかけてきたブリヤート人のおばさま2人の写真。右側の写真が、モスクワ動物園で見たフラミンゴです。

モスクワでの暮らし、劇場編です。劇場でバレエを見ることが私のモスクワでの最大の趣味でして、皆さんにお勧めしたいのがクレムリン劇場です。ここは結構お安く、とてもレベルの高いバレエが観られるのでお勧めです。

二つ目にボリショイ劇場です。ここでは、学生は並んでチケットを取れば、100ルーブルで公演を観ることができます。ダンチェンコ劇場は、びっくりするほど高いわけでもなく、ボリショイにも匹敵すると言われるレベルが高いのが観られるのでお勧めです。

大学のすぐそばに国立子ども劇場という劇場がありますが、ここは私のお気に入りの劇場でした。子ども向

モスクワでの暮らし —劇場—

劇場でバレエを観ることが最大の趣味

- ・クレムリン劇場が最もコスパ良い
- ・ポリシヨイは学生100ルーブルで観れる
- ・ダンチメンコはそれほど高くなく、レベル高い



まとめ

趣味を見つけて楽しむ
日の光を浴びて散歩する
→たのしい留学生活

ご清聴
ありがとうございました。



お気に入りの劇場

- ・ Московский Государственный Академический Детский Музыкальный Театр им. Н. Н. Сап
- 国立子ども劇場

大学のすぐそばにある劇場で、ふらっと観に行ける
子ども大人も楽しめる



ちょっと駆け足になってすみません。まとめです。趣味を見つけて楽しむことと、日の光を浴びて散歩することがすごく大事なので、日の光を浴びて楽しく留学生活を過ごしてください。ご清聴ありがとうございました。

梶山 はい、石川さん、ありがとうございます。芸術大国であるロシアでの文化体験がよく分かる報告でした。次の報告者の西さん、来ていますか。西さんは、ペテルブルク大学の留学体験記ですね。お願いします。

旅行—ヨーロッパ—

- ・ アムステルダム、デンマーク

直行便があるので楽。モスクワからは大体どこの都市にも直行便がある。



西 ただ今ご紹介にあずかりました、筑波大学国際総合学類4年次3年生の西美乃里と申します。私は、サンクト・ペテルブルク国立大学におりましたので、そちらでの留学生活をお話したいと思います。

概要としてはこのような流れで、自己紹介に始まって、学部での授業、ロシア語の授業、日常生活というのを話したいと思います。

旅行—中央アジア—

- ・ カザフスタン・ウズベキスタン

すごく晴れていて気持ちよかったです。ご飯もおいしかった(胃腸が弱い人は気を付けてください)

親日的で、とてもよくしてくれる
ロシア語話せば生活できる



まず自己紹介を簡単にいたします。私は国際総合学類国際関係学専攻で、昨年の9月から留学を始め、今年の3月末に緊急帰国し、その後また6月末まで3カ月間、オンライン留学を受けてというかたちで、約10カ月間留学をしておりました。

国際関係学部には所属していましたが、そちらでは大体の科目が英語で開設されておりました。というより、留学生向けに英語で開設されている科目があるので、それをほとんどの留学生が取っておりました。1コマ90分で、講義とセミナーで2コマ通しで行うという形式がほとんどでした。

けに解説とかが入ったりして、聞き取りの練習になったりもするので、とても良かったです。

あと、旅行にも行けました。アムステルダムとデンマークです。直行便があるので楽です。

次に中央アジアにも行きました。すごく晴れていて気持ちよかったです。冬に行くのと心が洗われてお勧めです。ご飯もとてもおいしいです。油が多いので、胃腸が弱い人は気を付けてください。

特にどんな授業を取っていたかということ、ロシア政治、ヨーロッパ学、NIS 諸国、あとは国際関係学が中心でした。特に面白かったのがこの二つの、Color Revolutionsに関する授業と、それから EU とロシアの国際関係に関する授業です。学生が9対1というのは、ヨーロッパ系の人とアジア系の人ということで、ほとんどが、ヨーロッパの大学から留学に来ている人が多かったです。良かった点として、特に、オンライン留学中もかなり論文を書く上で役立つんですが、電子書籍がかなり豊富に



サンクトペテルブルグ国立大学での留学生活

筑波大学 国際総合学類
西 美乃里

国際関係学部の授業

- 英語で開設
(1コマ:90分、だいたいが講義+セミナー)
- ロシア政治、ヨーロッパ学、NIS諸国との国際関係学
ex. Color Revolutions in Post-Soviet States, EU-Russian Relations
- 学生は9:1
- 電子書籍がかなり豊富



概要

- 自己紹介
- 国際関係学部の授業
- ロシア語コースでの授業
- 日常生活(平日、休日)

ロシア語コースの授業

- 週に2,3回
(1コマ:60分、追加受講も可能)
- 学部授業+言語コースの学生
(文法<話す・聞く)
- 口頭試験実施
→参加してみて調整可能



自己紹介

- 国際総合学類/国際関係学専攻
- 2019年9月～
サンクトペテルブルグ国立大学国際関係学部
(学部授業+言語=30単位)
- 2020年3月末に緊急帰国



しては、^{テール・カー・イー アディン}ТРКИ の один (1) ぐらいだと思います。そのレベルはどうやって決めていたのかというと、口頭試験がメインで、その後、実際に日程が合わなかったりクラスのレベルが合わないということで、授業に参加してから取りまとめる先生に言って授業を変えてもらうということも、もちろん可能でした。

平日どんな暮らしをしていたかということですが、サンクト・ペテルブルクはすごく大都会なんですけど、田舎がとても近いというか、すぐ郊外になってしまうので、寮からの通学時間は30分から60分かかっていて、例えば言語コースの授業だと、都心というかシティーセンター、町の中心地にあつたので、30分ぐらいで行きました。ただ、学部授業のほうは郊外から郊外というか、ちょっと町の外れから町の外れに行くので、60分ぐらいかかっていました。

全体は週に1日ぐらいで、土曜は授業があつたので、日曜日と平日のどこかという感じでした。全体として、私はすごく生活費が気になっていたんですけども、物価がすごく安かつたので、7万円の奨学金を頂いていたんですけども、それで十分でした。

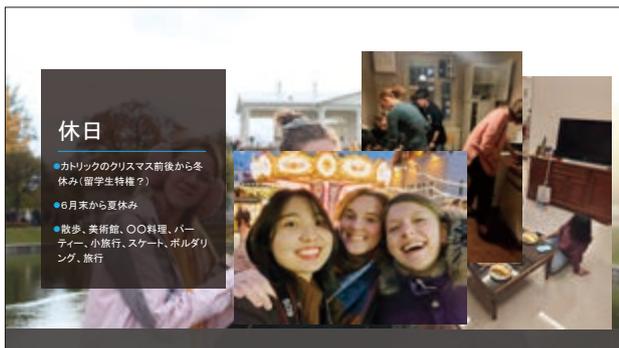
私は個人的に運動が好きだったので、フィットネスジムに通っておりました。これが学部のほうで受けていた授業で、こちらがフィットネスジムの様子で、こちらがよく朝食に作っていたものです。

休日は、カトリックのクリスマス前後からお休みをもらえていて、これは多分、ヨーロッパからの留学生が多

そろえられていたので、ロシア関係の政治学関係の分野だと、日本では手に入らないような英語の文献がたくさん読むことができました。

続いて、これがロシア語コースの授業なんですけど、写真は、冬場、11月末から12月頃ぐらいに授業を受けていたとき、10時ぐらいの様子ですね。ちょうど日の出が見える場所で授業を受けていたので、よく先生に「写真を撮らせてください」といって生徒みんなで撮っていました。週に2~3回授業を受けていて、1コマ、こちらは60分でした。学部のほうで追加のロシア語の授業を受けることも可能だったんですけども、私には難しすぎたり簡単すぎたりで、レベルがちょうどいいのがなくて、週に2回取っていました。

私は学部の授業と言語を併願するというか、同時進行で取るコースにいたんですけども、その同じコースにいた学生が多かつたです。文法というよりも実践的に話す、聞くというのが多かつたかなと思います。レベルと



かったので、クリスマスはヨーロッパの実家に帰りたいたいという留学生に配慮したものだったのかなというふうに思います。夏休みは、今回は既に日本に帰国していて堪能はできなかったんですけども、6月末から9月頭まで夏休みです。

休日に何をしていたかという、例えば、散歩に出掛けたり。本当にロシア人は散歩が大好きなので、2時間も3時間も、時には半日ぐらいぶっ通しで歩いたりもしました。美術館に行ったり、アジア料理を食べよう、韓国料理を食べよう、ジョージア料理を食べようみたいな感じでみんなで食べに行ったりしていました。

これが、みんなで年越しをさせてもらって、向こうもニューイヤーはすごく大事にするというか、ある程度伝統を持っているので、テーブルに並んでいる料理が見にくいんですけども、ロシアの伝統の刻んだサラダとか、いろいろごちそうになりました。

寮の様子を、ちらっとなんですけれども、一番分かりやすかったのがこういうところで、私はここよりもちょっときれいなタイプ、改修済みの部屋にいたんですけども、同じ棟の中でも、階によってなのか、部屋によってなのか、改修されている部屋はすごく暮らしやすく、ここが改修されていないところだったんですけども、水回りとか、家具が古いとか、大変そうにしていたのを覚えております。

これが、休日にロシア人の親友と一緒にエストニアに旅行に行ったときの写真です。週末に弾丸で行ったので、



だいぶ疲れたのを覚えています。

駆け足になりましたが、ご清聴ありがとうございました。

梶山 はい。西さん、ありがとうございます。西さん、ボルダリングをロシアでやっていたんですか。

西 はい。友達に誘われて。それこそ現地の人に教えてもらって。

梶山 できるところがあるんですね。はい、ありがとうございます。勉強も休日也非常に充実していたこと分かる報告でした。では、次の報告者は、シベリアにあるノヴォシビルスク大学に留学していた安井さんです。安井さん、お願いします。

安井 皆さん、こんにちは。ただ今ご紹介にあずかりました、国際総合学類3年次の安井梨乃と申します。私は、今年、2020年の2月9日から3月24日までロシアのノヴォシビルスクというところに留学していました。当初、1年間の長期留学の予定だったんですけども、コロナのために1カ月半で帰国となりました。そのために、ちょっと情報量が少ないんですが、私の留学について簡単に発表させていただきたいと思います。

まず、ノヴォシビルスクとはどこかと思われる方もいらっしゃると思います。このスライドのロシア地図の星の付いているあたりに、ノヴォシビルスクがあります。シベリアのほうですね。カザフスタンに近いです。写真はシベリア鉄道のノヴォシビルスク駅です。一度乗ってみたかったんですけども、残念ながら、機会がなくな



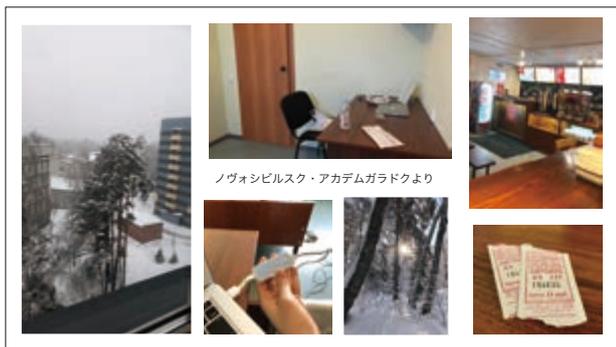
ないませんでした。

私の通っていたノヴォシビルスク国立大学は、ノヴォシビルスクという町の中のアカデムガラドクというところにあります。いくつか写真を用意してみました。ほとんど寮から撮った写真なんですけど、一番左は、私がいた8階の部屋の窓から撮ったものです。ロシアに着いたとき、気温は-16°Cくらいでした。2月だったんですけども、意外に寒くないと思ったのを覚えています。

真ん中の写真2枚が部屋の中です。ちょっと見づらいかもしれないんですが、机と椅子とベッド、収納棚があって、部屋の外にバスタブ付きのシャワールームとトイレがありまして、隣の2人部屋の学生さんたちと共用でした。私は、筑波大学にいたとき2年間、一の矢の宿舎に住んでいたもので、ロシアの寮のほうが広くて少し感動しました。Wi-Fiがなんと有線だったので、この下の写真ですね、有線用の機器を買いました。

右上が、よく通っていた大学近くのご飯屋さんです。中央アジア料理を提供しているチェーン店です。とても安くおいしいです。右下は、ノヴォシビルスクの町中に出掛けたときにバスに乗ったので、記念に撮ったバスのチケットなんですけれども、雰囲気があってかわいらしいと思っています。

次に、私が通っていたノヴォシビルスク国立大学についてですが、この大学は筑波大学と交換留学協定を結んでいるところです。大学のあるアカデムガラドクというところは、筑波研究学園都市のモデルといわれていて、



ノヴォシビルスク・アカデムガラドクより

ノヴォシビルスク国立大学

- アカデムガラドクは筑波研究学園都市のモデルにと言われる大学の近くには科学研究施設が多数
- 文理問わず様々な学部が設置された総合大学
- 日本人留学生用の特別授業あり
(私と富山大からの学生さんと二人で授業をしていました)
- 日本人が少ない。毎年二人くらいしかいないそう
- つくば以上に閉ざされた空間で勉強に励むことが可能

大学の近くに科学研究施設が多数あって、どこか筑波と似た雰囲気もありました。あまりアカデムガラドクの写真がなくて申し訳ないんですが、ノヴォシビルスク大学については文理問わずさまざまな学部が設置されていて、例えば医学部や、経済学部、東洋学部といろいろありまして、広がったので、構内では教室を探すのが結構大変でした。

日本からの留学生は、私ともう1人、富山大学からの学生さんの2人のみでしたが、週2~3回、日本人学生向けのロシア語の授業が開講されていました。毎年日本から2人くらいしか来ないらしいんですが、毎年授業をしてくれているそうです。私はこの授業のほかに中国人学生グループと同じ授業に参加しました。

暮らしてみて思ったのは、娯楽はあまりないという印象です。町に出ると劇場やモールもありましたが、アカデムガラドクの中には何もなくて、しっかり勉学に打ち込める環境という印象を受けました。

食べ物の写真が多かったのでまとめてみました。食べ物が合わないとしんどいだろうなと思っていたんですが、どれも安価でおいしかったです。左上は大学付近のスタローバヤという、食堂形式のお店で食べたボルシチやチキンです。右上は日本食のお店で食べた鮭ランチです。全部サーモンのお寿司で、結構おいしかったです。右下が町に出たときに食べたピザで、町中にはイタリアンとか中華のお店もよく見掛けました。左下が、私の大好きであるプロフ、日本でいうピラフですね。お店の写真もお見せしたんですけども、安い上に炊き込みご飯のような日本人好みの味で、2日に1度は食べていました。

こうして、ほぼほぼおいしい食事と勉強を体験しただけで帰国となってしまったわけなんですけれども、個人的には、行けただけでもかなり収穫があったなというふうに感じています。というのも、まず、実際にロシアがどういうところか、生活を通して体感できたということ。次に、留学に行けたということで私自身語学勉強のモチベーションが上がり、さらにロシア語しか通じないとい

ロシア(食)生活

異国の地で生活するにあたり、食べ物のことが心配でしたが、ロシアの食事はどれも安く美味しかったです。

留学を通しての感想・気づき

- 生のロシアを体感できた
- 語学力の成長（環境×意欲）
- 自分の適応力の把握
- 新しい文化との出会いと興味・関心の広がり



う環境に置かれたことで、自分のロシア語の成長を実感できたこと。それから、異文化の中で新しい人・もの・事と出会って、興味の幅が広がったこと。それから、自分がどれだけ新しい環境に適応できるのかということとか、いろいろ現地に行けたからこそその気付きがあって、短い期間であっても非常に有意義な留学にできたかなというふうに感じました。

ということで、最後は、いつかまたロシアに行ったときに自分で買いたいと思っている、ロシアの伝統工芸品、ホフロマ塗りの画像でしめたいと思います。聞いてくださってありがとうございました。

梶山 はい。安井さん、ありがとうございます。安井さんの大好きなプロフは中央アジアが本場の料理なので、この後の研修参加者の発表にも出てきますね。

では、次はポーランドのワルシャワ大学に留学していた西川くんになります。本来、毎年 NipCA プロジェクトで主催している留学報告会にはロシア・中央アジアの留学だけなんですけど、今回、特別に協定校であるワルシャワ大学に留学していた西川君に報告してもらうことになりました。西川君、お願いします。

西川 ご紹介にあずかりました西川将太郎です。私はポーランドのワルシャワ大学に留学していました。皆さん、ポーランドのことはそんなに詳しくない方もいらっしゃると思いますので、軽くポーランドの紹介と私の留学の報告を混ぜながら発表させていただきます。

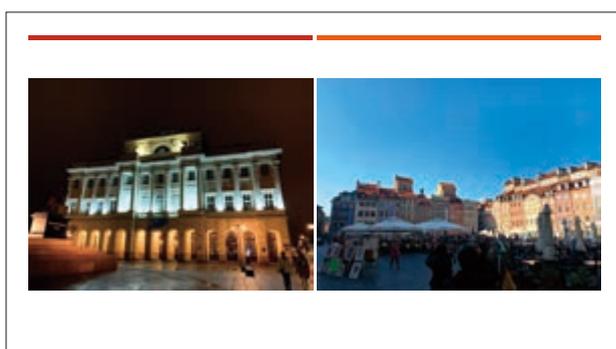
私は、昨年の9月にポーランドに渡航しました。コ

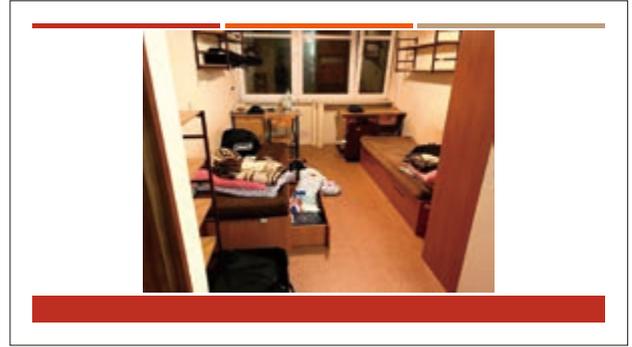
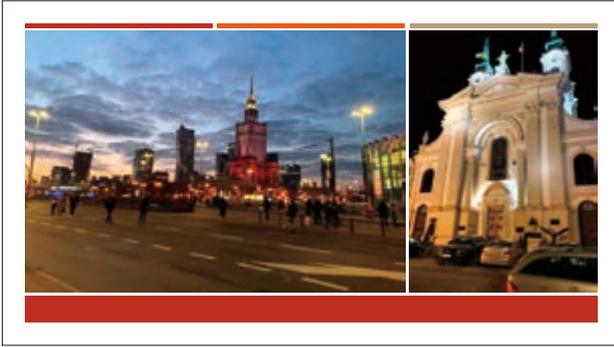
ロナの流行もあったんですけども、私は今年の8月1日まで現地にいました。左の写真は文化科学宮殿ですね。右側がワルシャワ大学です。私が冬学期は実際に通っていたところになります。

しかし、ポーランドと聞いて、皆さん何を思い浮かべるでしょうか。私は、外せないのはショパンだと思います。ピアニストのショパンです。こちらは、無料で公園で行われているショパンコンサートの様子なのですが、開始時間になるともっと人で埋め尽くされて、中央矢印の下のところにピアノが用意されているんですけども、とてもきれいでした。

普通の町の風景もとてもきれいです。右側が有名な旧市街の風景ですね。第2次世界大戦で壊滅した町を市民の力で復興して、今の姿になったそうです。

このように旧市街に代表される歴史的な建造物もあれば、こういった近代的なショッピングモールもあります。こちらは町の中心にあるショッピングモールです。この





ように、ポーランドは歴史の美しさと近代の便利さを両方兼ね備えた町だなと思います。

交通も素晴らしいです。電車やバスも、遅延など全然したことがありませんでした。そして、この分かりやすさですね。右側の地図の青と赤の十字のこちらが地下鉄なんですけれども、こちらを使って遠くまで行き、あと、バスを使ったりして細かいところまで行けるので、グーグルマップを使えば、本当に、東京に比べたらとても簡単にワルシャワ内に行き来することができます。そして、学生は学生証を使えば1500円で1カ月間交通機関乗り放題なので、とても物価が安い国でもあります。

こちらが寮です。私はワルシャワ大学の一番古い寮に割り当てられました。窮屈な2人部屋で、台所も遠く、快適ではありませんでした。ですが、良いルームメイトに巡り合えれば楽しいと思います。私のルームメイトはたまたま日本人だったので、帰ってきたら日本語で話せるという少し安心できる環境でした。しかし、留学の後

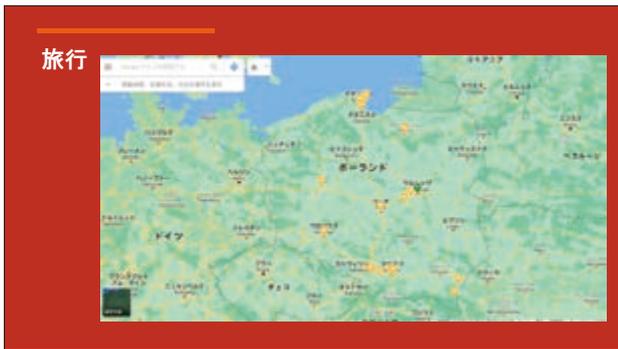
半は寮を抜けてポーランド人の友達の家に移ったので、また貴重な経験ができて楽しかったです。

そして、やっと大事なワルシャワ大学の授業のお話なんですけれども、冬学期はポーランド語、ポーランドの文化の授業や、私の専門の国際関係の授業などを取りました。ポーランド語は世界的に見ても難易度がとても高い言語なので、完璧になるには相当時間がかかりそうでした。しかし、ビギナーズクラスでしたので、日常レベルのポーランド語はある程度身に付けられました。夏学期は全てオンラインになってしまいましたが、ポーランド語や国際関係の授業を続けて取りました。

冬学期行った当初は、ほかのヨーロッパの留学生がとても多くて、授業後に一緒にご飯に行ったりして楽しく交流ができたんですが、夏学期、オンラインになって少し寂しくなっていました。ワルシャワ大学では、教授のお許しがあれば学部関係なく自由な授業が取れるので、私は冬学期に体育で柔道の授業を火曜日に取りました。とても体格のいいポーランド人と柔道をやったというのは、貴重な経験でした。

授業の一環でワルシャワのサッカーチームの観戦にも行きました。ワルシャワ大学の授業の仕組みは日本とはそんなに変わらなかったんですけれども、全て英語だったので、とても勉強になりました。

それから、留学の醍醐味はそれ以外のところにもあります。例えば、旅行、観光です。私は、この地図の中で星の付いているところ、ポーランド国内全て行ってきま



した。北はグダニスクというバルト海から、南はクラクフ、カトヴィツェ、アウシュビッツといったふうに行きました。周りの留学生は、特に日本人の留学生もなんですけども、皆さんほかの隣国、ドイツ、フランス、イギリス、チェコなどに行っていたんですが、私はポーランドだけを攻めることにしました。ポーランドは比較的治安がいいといわれていて、あと物価も安いので、旅行にも向いていると思います。

こちらはワルシャワとクラクフの風景です。時間があればもっとたくさん写真をお見せしたいんですが、自分はポーランド人の友達の実家に行くという、普通の旅行ではできないこともできました。

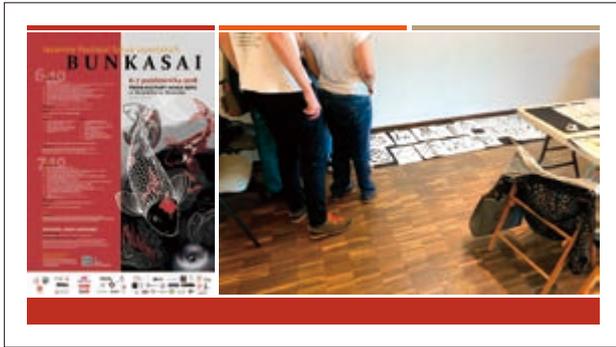
これは、僕のポーランド人の友達のおばあちゃんの別荘で、友達のいとこと一緒に遊んでいます。奥が自分です。ほかにもアウシュビッツ強制収容所にも行きましたし、ポーランドには見どころがたくさんありますので、旅行だけでもぜひいつか訪れてほしいなと思います。

そして、ポーランドで欠かせないのは、ワルシャワ大学日本学科の事です。たくさんのポーランド人が日本について勉強しています。ワルシャワ大学の日本学科は、ヨーロッパでも本当に屈指の規模で、日本好きな学生と必ず友達になれます。ポーランドはそもそも親日国といわれているほど、日本に親しみが深いです。

町中に、日本人が経営している和食料理店もたくさんあります。すし屋は値段の割に巻きずしだらけでそこまで良くないんですけども、うどん屋さんや定食屋さんはとても日本の味という感じのところがありました。

また、日本文化に関するイベントもたくさんあります。自分も、この「BUNKA SAI」というイベントでボランティアをしました。現地にも、実は住んでいる日本人の方がいっぱいいらっしゃって、特にポーランド人と結婚された日本人女性がたくさんいらっしゃるんですけども、そういう方と一緒にこういうボランティアで日本文化を紹介しました。お客さんは、和食の屋台で食べたり、





自然も美しいです



色々なところに行きました



独立記念日の様子

書道体験をしたり、チョーヤの梅酒の試飲をしたり、茶道体験など、いろいろ楽しんでいました。

ほかにも日本に興味がある人と交流を深めるイベントもあり、私も毎回参加していました。月2回くらいだったと思いますけれども、こちらは「日本語を話そう」というイベントで、集まって日本語を使うんですけども、親しくなった人とは友達になって、このイベントとは別に週に何回もお酒を飲みに行ったりしていまし

た。こうして仲良くなった日本学科の友達の家には、私はコロナが始まってから居候して、楽しい時間を過ごしました。皆さんも、もしポーランドに留学したら、日本学科のポーランド人とたくさん友達になれるのは保証されています。私も一生の友達がたくさんできました。

思い返せば、私は留学前に筑波大学近くのバーでポーランド人に出会ってポーランドに興味を湧いて1年間留学をすることができたという、本当にひよんなことがきっかけとなって素晴らしい経験ができました。ポーランドを選んで本当によかったです。もし皆さんもポーランドに興味を持ってくださいましたら、ぜひポーランドについて調べてみてください。

では、以上になります。ありがとうございました。

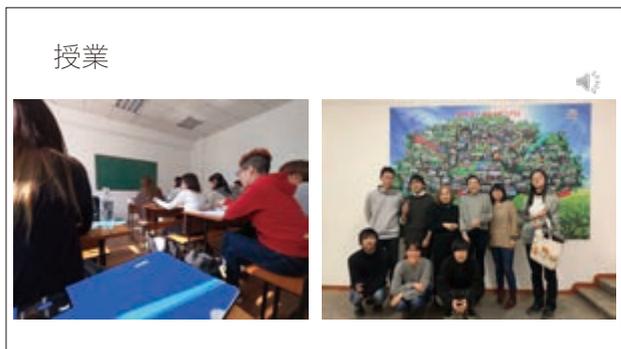
梶山 はい。西川君、貴重なポーランドの報告ありがとうございました。

それでは、ここまでは個人による発表でしたけれども、次からは、日本財団の助成で行っておりますカザフスタン語学研修の発表に移りたいと思います。参加者が多いので、二つのグループに分けて、代表の方に報告してもらおうというかたちになりました。

まず、最初のグループ発表になります。永井君、よろしいでしょうか。

永井 はい。発表します。

井戸 これから、昨年度、カザフスタンで行われたロシア語研修の報告を行います。はじめに研修の概要を説明します。



ロシア語研修

- 2020年2月18日～
2020年3月13日
- カザフ国立大学
(アルマティ市内)
- 筑波大学群生 14名
(東京外国語大学部生 11名)

SDGs発表会

目次

- 1 授業の様子・バザール
- 2 タムガリ峡谷・チャリンキャニオン
- 3 ホームステイ
- 4 メデウスケートリンク・シンブラクススキー場
- 5 現地の食事



研修は2020年2月18日から3月13日までの約1カ月間、筑波大の協定校であるカザフ国立大学にて行われました。滞在期間中は大学内のロシア語準備学部において、ロシア語を実践的に学ぶとともに、現地の学生と交流を重ねながら、アルマティ市内でカザフスタンの文化や生活を体験しました。

それでは、滞在期間の様子を五つ選んで報告したいと思います。今回の研修では、授業時間外にアルマティ市内各所に足を運びました。そちらの様子も加えて紹介します。

野澤 授業についてお話しします。カザフ国立大学準備学部の留学生向けロシア語クラスを受講しました。週2～3回、1回3～4時間程度の授業で、会話表現から初歩文法に及ぶまで幅広く習いました。右の写真の中央にいらっしゃる金髪の方が、講師の先生です。英語も話せる方でしたので、授業は基本的に英語とロシア語で行われました。とにかく会話シミュレーションを繰り返す形

式で、町に出たときのとっさの会話に非常に役に立ちました。

今回の研修の一環で、SDGsに関するワークショップも開かれました。現地学生とSDGsについて発表し合い、意見交換するというかたちです。トピックとしては、9番の「産業と技術革新の基盤をつくろう」というもので、育休問題や情報インフラの話などが挙がりました。

続いてバザールの話です。バザールとは、イスラム圏の市場のことで、スーパーマーケット同様にほぼ毎日開店されます。食べ物、家具、洋服、雑貨など、かなり幅広く取り扱っていましたが。私たちのような東洋人が入店するのは珍しいようで、行く先々で声を掛けられて、試食をさせていただいたりしました。

中澤 タムガリとチャリンキャニオンについて紹介します。タムガリは、都市アルマトイから約180キロ北西に位置する渓谷です。左の地図のように、動物や人物像、神格化された太陽像など、計5000点もの岩絵群が残さ

Tamgaly - タムガリ



- ✓ 都市アルマトイから約180km北西に位置
- ✓ 5000点の岩絵群
最古のものはB. C. 14後半頃
- ✓ 2004年世界文化遺産登録
「タムガリの考古的景観にある岩絵群」

Charyn Canyon - チャリンキャニオン



- ✓ 都市アルマトイから約200km東に位置
- ✓ チャリン川が削り上げた渓谷
- ✓ ミニ・グランドキャニオン



れており、最も古いものは紀元前 14 世紀後半ごろのものとしてされています。また、タムガリは、中央アジアの遊牧民生活に関して現存する、または消滅した文化的伝統または文明の、唯一の、または少なくともまれな証拠として、2004 年、「タムガリの考古的景観にある岩絵群」という名称で世界文化遺産に登録されました。

目の前に広がる広大な乾燥した土地は、ここが世界最大の内陸国カザフスタンであるということを感じさせました。そして、タムガリのたくさんの岩絵群は、自分たちのはるか昔のはるか遠くの土地で人が生き、文化を築いてきたということを実感させました。

チャリンキャニオンは、都市アルマトイから約 200 キロ東、中国との国境付近に位置する渓谷です。天山山脈からの雪解け水が流れるチャリン川が作った渓谷で、ミニ・グランキャニオンという愛称でも親しまれています。

渓谷を進んだ先では、遊牧民のテントの中で現地の学生と一緒に歌を歌ったり、食べ物を食べたりして、楽しい時間を過ごすことができました。テントの中は温かく、厳しい環境の中で培われた当時の人々の知恵には驚かされました。

永井 次にホームステイについてです。今回のホームステイで、僕はヌライムさんという学生のところに泊まることになりました。写真の一番左が僕で、その右にいるのがヌライムさんです。ヌライムさんは日本の歌が好きで、現地学生と日本人学生の対面式の日には、日本語の

ホームステイ



ヌライムさんとその兄弟



ヌライムさんのご家族



中央アジア料理 ペシュバルマク

歌を歌ってくれました。

家に入ったら出迎えてくれて、会話を交えながらカザフスタンの伝統料理などを振る舞ってくれました。その伝統料理の一つが、右下の写真のペシュバルマクという料理です。馬肉を使った麺料理であり、おいしかったです。また、ヌライムさんのお父さんは元軍人であるそうで、その当時のカザフスタンのことやカザフスタンの伝統について話してくれました。



カザフスタンの住宅街



家の周りを案内してくれたインカルちゃん

メデウスケートリンクと スキー場



集合写真



休日のスケート場

そして、ヌライムさんの妹のインカルちゃんが、家の周りを案内してくれました。周りの公園や売店などを紹介してくれました。海外を散策するときは、観光地だけに目がいきがちなので、住宅街を散策することができて新鮮でした。ほかのホームステイをした友達は、本物のライフルを使って実弾で瓶などを撃つなどしたと聞きました。

これでホームステイの発表を終わります。次にカザフスタンに行ったときには、ホストファミリーに日本のお土産などを持っていけたらいいと思っています。ご清聴ありがとうございました。

石澤 メデウスケートリンクとスキー場について紹介します。これがそのスケートリンクです。そして、もちろんスケート靴のレンタルも行っています。日本円で大体500円ぐらいかかりました。このスケートリンクに地元民がたくさんいます。土曜日に行きましたが、老若男女大勢の人がいて、リンク場を埋め尽くすほどでした。

そして、スケートリンクの近くにロープウエー乗り場があって、それを使ってスキー場に向かうことができます。15分くらいロープウエーに乗ると、スキー場に到着します。世界中からスキーを楽しむにたくさんの人が来ています。実際に、スケートリンクよりも観光客が多いように感じました。ここのメインのスキー場は結構急になっているので、経験者でないといけないかもしれません。しかし、初心者のための緩いやさしい坂になっている場所もあるので、初心者でも十分に楽しめる場所だと思います。



標高3200Mにあるスキー場

います。

そして、この写真にあるように、標高が3200メートルもあるので、帰国した後、いいお土産話になりました。皆さんもカザフスタンに来たら、このメデウスケートリンクとスキー場でウィンタースポーツをぜひ楽しんでください。

黒田 カザフスタンの食べ物として、中央アジア料理、ロシア料理、その他の大きく三つに分けて、今日は紹介します。

はじめに、中央アジア料理の代表とも呼べる、ラグマンについて紹介します。これは、手延ばしのとてもコシのある麺の上に、トマトベースで羊肉や牛肉、馬肉などが乗ったスープを掛けた料理となります。

こちらの料理はプロフといいまして、ラグマンに次ぐほどの有名な中央アジア料理の一つです。お祭りやお祝い事場でよく食べられる料理で、すごく油を使うことが特徴的な料理です。日本人だとあまり油が多すぎて胃

カザフスタンの食べ物

- 中央アジア料理
(e.g.: ラグマン、プロフ、ディムラマ)
- ロシア料理
(e.g.: ボルシチ、ペリメニ)
- その他

18



22



19



23



20



24



21

がもたれるとか、おなかを壊してしまうということが多い料理だと思います。

こちらの画像にあるのは、シャシュリク、シャシリクとも呼ばれる、ロシア版の焼肉ですね。金属の串にタレで漬けた牛肉とか羊肉を刺して焼いた食べ物で、日本の焼き鳥の5倍ぐらいの大きさのお肉を焼く料理です。

この画像は、アルマトイ市街にある、Ramen Lab と呼ばれる日本料理を中心に提供するお店で頂いたラーメ

ンの写真になります。日本のラーメンと比べると、やっぱり味やクオリティーというのは落ちてしまうのですが、カザフスタンに来て、本当に日本食が全然食べられなかったのが、このラーメンを食べたときは日本が少し恋しくなりました。

次に、カザフスタンのスーパーについて紹介します。この画像はカザフスタンのスーパーの写真で、左上に水がありまして、^{テング}121Tと書かれています。これは大体日本円で30円しないぐらいの値段で、水の1リットルのペットボトルが売られている写真です。また、右のほうにお肉が見えますが、すごく肉の加工食品が豊富で、生肉も売られているのですが、内陸なので魚がほとんど売られていないことがすごく特徴的でした。

こちらは乳製品の棚の画像ですね。大体、牛乳とかケフィールといった乳飲料が1リットル100円しないぐらいで販売されています。

こちらの画像は、スーパーの紅茶の茶葉のコーナーの



25

写真になります。ご覧のとおり、結構なスペースが紅茶の茶葉で占められていて、カザフスタンでは紅茶を飲む文化が発達しているんだなという印象を受けました。

発表は終わりとなります。ありがとうございました。

永井 これで発表を終わります。

梶山 はい。永井君、ありがとうございます。世界遺産といった見どころから、スキー場などのリゾート地、豊かな食文化まで丁寧にまとめてくださり、ありがとうございました。

それでは、カザフスタン語学研修者のもう一つのグループをまとめてくれた、金澤君、準備出来ていますか。

金澤 はい、よろしくお祈いします。

私は、工学システム学類2年の金澤樹希です。こちらは集合写真ですが、この真ん中でカザフスタンの伝統衣装のタキヤとシャパンをかぶっているのが私です。

私たちのグループはこちらの4点について話します。

まず、研修の流れについてです。参加したメンバーは



26



27

帰国後報告会: カザフスタン

2020年10月24日



28

話す人



- Kanazawa Itsuki
- 工学システム学類2年

ご清聴ありがとうございました

Спасибо !



29

話すこと

- 研修のスケジュール
- 講義の内容
- 生活について
- 食事について

研修の流れ



筑波大学は1年生から4年生まで様々な学類の学生と、東京外国語大学の学生で合わせて約30人でした。我々は2月18日にアジアナ航空で成田空港を出発し、韓国の仁川を経由してカザフスタンのアルマティ空港に到着しました。その翌日次の日から健康診断や入校証の手続き等がありました。新型コロナウイルスが流行り始めた時期ということもあり、健康診断に多くの時間がかかり、最初の一週間くらいはずっと健康診断に苦しめられていました。2月21日から講義が始まり、観光ができる時間も徐々に増えました。

そして、3月から新型コロナウイルスの状況がますます酷くなり、当初帰国するために搭乗するはずだった便がキャンセルされてしまいました。数日後に大学がチケットをなんとか用意してくださり、3月14日に何とか飛行機のチケットを取ってくださり、アルマティから首都のヌルスルタンを経由し、そこから成田空港への直行便で帰国というかたちになりました。

講義について

人数の関係上[上級][基礎]の2つのクラスに分かれた

クラスはこんな感じ

1. 上級クラスは会話やテキストがメイン
2. 基礎クラスはこれから会話を教わる。基本的には対話をメインとした基礎文法を学ぶ



これがカザフスタン到着直後の写真で、このときは珍しく雪が降っていました。滞在期間中は大体晴れていたのですが2回ほど雪が降りました。

続いて講義についてです。講義は上級と基礎の二つのクラスに分けられました。最初にプレイスメントテストが行われると話では聞いていたのですが、結局行われず、自分でどちらのクラスか選ぶことになりました。基礎クラスは英語で一から基礎を教わり、上級クラスは基本ロシア語のみで会話をメインに授業が進みました。

私は上級クラスを選びました。最初に教科書を購入しました。主な授業内容は食事やスポーツなどトピックが決められ、それについて会話をしたり、こちらの教科書のダイアログを宿題で覚えてきて、それをみんなの前で発表するなどしました。

これは寮のトイレとシャワーの写真です。私の部屋では困るようなことはありませんでしたが、トイレの水が流れなくなった部屋もありました。洗濯はコインランドリーを利用する人もいましたが、私は面倒だったので、近くのスーパーで購入した粉洗剤を使ってシャワールームで手洗いました。ただ、手がかぶれそうだったので洗濯石鹸を持ってくるべきだったと思いました。洗濯した衣類は持ってきた物干し用の紐に引っ掛けて乾かしました。カザフスタンは空気がかなり乾燥していたので、寝ている間に乾きますし、ちょうど加湿器のような役割にもなって一石二鳥でした。

ご飯についてですが、美味しかったので多めに紹介し

生活について



ごはんがおいしい

食事について

食事は、自炊をする人もいましたが、安いので主に外食で済ませていました。
メニューから選ぶ普通のレストランもありますが、好きな料理を選ぶビュッフェ形式のお店も多いです。

たいと思います。食事については、寮に電熱線のコンロがあったので、それで自炊している人もいましたが、基本的に安いので外食で済ませていました。メニューから選ぶ普通のレストランもありますが、好きな料理を選ぶビュッフェ形式のレストランが多かった印象があります。

料理はとにかく安くておいしいです。大体のお店で1000テンゲほど、日本円で300円から600円ほどで満腹になれました。行く前は、料理が油っこくておなか

食事について

料理は基本的に安くて美味しいです。
滞在中にお腹を壊すこともありませんでした。

ビュッフェ

画像はkaznyキャンパス内のビュッフェ

ラグマン、ピロシキ、パン、ケーキその他いろいろ



日本料理

カザフスタンにも日本料理のお店があります

こちらはショッピングモール内にあるお店のラーメンです



を壊すというふうに聞いていましたが、私はおなかを壊すことはなく、ほかにおなかを壊したという人も聞きませんでした。

カザフスタンで何度もお世話になったのがビュッフェです。この写真はKazNU内のスタローバヤ（食堂）です。ラグマンやピロシキなどから、好きな料理を選んで食べることができます。

日本料理も一応ありました。海外なので仕方ないことですが、そこまで味に期待はできないかもしれません。これはショッピングモールの中にある日本料理店のラーメンです。ハムと乾麺が使われています。

こちらは寿司ロールです。サーモンの巻きずしの中にマスカルポーネチーズが入っているのですが、意外とおいしかったです。ただ、この量を一人で食べると飽きてしまうので、みんなで分けて食べました。

そして、ケンタッキーです。カザフスタンでは、マクドナルドよりもケンタッキーのほうが数が多かったです。

日本料理

寿司ロール
中にマスカルポーネが入って
おりとても美味



おしゃれなお店

味だけでなく
日本ではあまり見かけないよ
うな独特の雰囲気のおしゃれ
なレストランが割と多い



ケンタッキー

カザフスタンではマックよりケ
ンタッキーが優勢のようです。

日本ではまだあまり普及して
ないタッチパネルで注文がで
きるので、ロシア語・カザフ語
がしゃべれなくても食事はで
きます。



おしゃれな店2



マクドナルド

存在はしていますが、KFCに
比べると数は結構少ないです
ビッグマックを頼んだらパティ
がはみ出るほど大きい



ラグマン

中央アジアで広く食べられている麺。

トマトベースのスープには唐辛子で適度
な辛味がついており、何度食べても飽き
が来ない。

牛肉、ビーマン、もやし、ニラ、ニンジンな
どが含まれていて栄養満点。



少なくとも、マクドナルドの数の3倍くらいはケンタッキーがあったように感じました。店の前にタッチパネルが置いてありまして、そこで商品を選んで注文できます。英語も選べるので、ロシア語、カザフ語が全くしゃべれない人でも食事はできます。

マクドナルドも存在していますが、ケンタッキーに比べると数は少なかったです。これは、ビッグマックを注文したときの写真ですが、カザフスタン仕様なのかパティがバンズからはみ出すほど大きくて驚きました。

カザフスタンのレストランは、味だけでなく、日本で見掛けられないような独特の雰囲気がおしゃれなところもあるのが魅力です。この写真のようにインテリアがすごく凝っており、色彩がきれいで、見た目だけでも楽しいレストランが多かったです。

こちらは先輩と行ったレストランですが、重厚感のある雰囲気でした。歴史が少し古くて、かのビートルズも訪れたらしく、その写真が飾ってありました。

シャシリク

ロシア版バーベキュー。肉の串焼き。

鳥、ラム、牛、などがある。

シンプルに美味しい。



料理の紹介に戻ります。先ほどの発表とかぶってしまうのですが、こちらがラグマンです。これは中央アジアで広く食べられている麺料理で、トウガラシの適度な辛さで何度食べても飽きません。先ほどの発表とかぶっているのだから飛ばします。

シャシリクは簡単に言えばロシアのバーベキューです。鳥、ラム、牛などをこのような専用の棒で刺して炭焼きにされたものを頂きます。こちらの棒は市場で売ってい



たので日本でも作りたいと思い、10本購入しました。

プロフは日本の炊き込みご飯やヨーロッパのピラフのような料理です。肉、ニンジン、ヒヨコマメ、レーズンなどが入っていて、お米が食べたいときにはこれを食べていました。

最後にヨーグルトです。カザフスタンのヨーグルトにはたくさんのバリエーションがある上に、日本よりも少し濃厚で美味しかったので、毎日食べていました。一番お勧めなのがこのケフィケフィールという、ヤギの乳を発酵させた飲み物なのですが、飲めば一生味を忘れることはないと思います。

これで発表を終わります。ご清聴ありがとうございました。

梶山 金澤君、ありがとうございました。食べ物の写真がすごく多かったですね。中央アジアの食事は日本とはまったく違いますので、学生のカルチャーショックというか、新鮮な驚きが伝わってきました。

では、学生の発表はこれで終了しましたので、質疑応答に移りたいと思います。質問される方、いらっしゃるでしょうか。挙手マークを押して話していただくか、もしくはチャットに書き込んでいただいても構わないですけれども。

この留学フェアは基本的に学生向けではありますが、学生から質問が出なければ、教職員の方や、本日、特別にご参加していただいている日本財団の方からも受付たいと思います。

白山 では、私のほうから質問したいと思います。石川さんと、西さんと、安井さんと、西川君かな。安井さんは1カ月ぐらいしか留学できませんでしたが、交換留学を実際に体験して、交換留学する前の自分と、交換留学で勉強して日本に帰ってきてからの自分と、何が一番大きく変わったと思いますか。そこを聞かせてください。自分自身の成長という観点からでもいいと思います。

西 では、私から失礼します。ざっくり言うと二つあって、一つ目が、今後突き詰めて考えていきたい学問領域が狭まったなというのがあります。私の場合は、旧ロシア、旧ソ連というか、漠然とした感じだったんですが、それが向こうの授業を通じて、中央アジアの、それもキルギスタンの政治について今後学んでいきたいという自分の指針が、立ったのと、二つ目が語学で、行ったときは本当に自己紹介がやっとだったんですけど、帰ってきた後もロシア人のすごく仲良くなった女の子とずっと電話したりしていると、多少は話せるようになっていたということがあります。以上です。

白山 ありがとう。石川さんは？

石川 はい、石川です。私は、考え方が一番変わったんじゃないかなと思うんですけども、普通に生活をしていると、これからこういうことが起こるんじゃないかなというふうに考えていくことがあると思うんですね。で、最高の理想的なケースと、考えられる最悪なことを考えると、ロシアに住んでいると、割と最悪寄りのことが起こる確率が高いので、最悪もしくはそれ以上になっても、まあ何とかするかみたいな、まあいいか、頑張ろうみたいな、そういうふうに受け止めてポジティブに頑張っていこうとする姿勢は身に付いたんじゃないかなと思っております。

白山 ありがとう。では、西川君は？

西川 僕は、人間関係というところだと思います。ポーランド人がほとんどなんですけど、ほかのヨーロッパの人ともものすごく……、特にコロナのときとかも僕はポーランド人とずっと交流をしていたんですけども、考え方の違いとかかがものすごく、何回かすごいけんかをしたんですよね。話が通じていないみたいな、日本人なら何となく察するようなところを、向こうの人はちょっと考え方が違って、普通はそう考えられないんだみたいなことがあって、結構けんかもして、仲直りはしていませんけれども、それで、外国人とお話とかするときには、ちょっと自分が変わらなきゃいけないところがあるなというふうに思って、性格が変わるわけじゃないんですけども、外国人に伝わりやすいような言い方とか、そう

というのが必要だというのを、強く、身をもって体感しました。それが自分の成長かなと思います。

白山 ありがとう。安井さん、もしよかったら、短い期間だったかもしれないけれども。

安井 私は、先ほどの発表でも少し触れさせていただいたのですが、興味・関心の幅だと思えます。ロシアのことを近くて遠い国とよく言いますが、やはり実際に行ってみて新しい生活様式や慣習、物事に会う瞬間が多かったです。例えばホフロマ塗りもその一つでした。授業でのトピックとして勉強したのですが、どこで作られていて、金色の出し方は宗教画（イコン）職人によってもたらされた技法であったという背景を学んで、なんとなくの伝統工芸として見ていたものに意味が加わったことが新鮮な体験だったと言いますか、むしろ日本の伝統工芸品に対して歴史的な背景を知ろうとしたことはなかったなと気づきました。新しく出会ったもの・事が知識として身につくと、そうした今までにない価値観や見方にも関心を払うようになったと思うので、そこが一番の変化だと思えます。

白山 ありがとうございます。では、他の方から質問が出なければ……。私から二つ目の質問をしたいと思えます。

梶山 はい、どうぞ。

白山 はい。では、また石川さん、西さん、西川君、安井さんに、長く留学した学生に対して、留学中に一番困ったこと。特に日本の生活とか、あるいは日本人としてずっと生きてきた自分の生活習慣というか、そういうものが通用しないことがあったと思うんですけども、留学中に一番困ったこと、そして、それをどう乗り越えたのか。それをちょっと教えてください。では、西さんからかな。

西 はい。一番困ったこと。なかなか難しいんですけど、逆に、留学に行ったら結構……。私の友人は、やっぱり国際総合学類ということで、留学に行く人が周りで多いので、留学に行った人の話をよく聞いていると、すごく悩んだとか、外に出たなくなってきた、自分についてすごく見つめ直したという話を聞いていたんですけど、私もある程度は見つめ直せたのかなと思うんですが、気付いたら結構過ぎてしまっていて、「あ、やばいな」みたいなことはありました。

「やばい」というのは、語学とか数字で測れるところは自分で取り組めていても、数字で測れない部分、自分が将来どういうことをやっていきたいのかとか、考える時間が多分たくさんあるので、そこで、現地で遊ばずに

もうちょっと考えておけばよかったなというのが困りました。

それが一番困ったのが、コロナになって帰らなきゃいけないかもしれないということになったときに、じゃあ、帰って何をするのか、ちょっと、ぼううつとしたままいて、ぼううつとしたまま帰ってこなかったかなというのが、今でもちょっと心配でした。こういった回答でよろしいでしょうか。

白山 ありがとうございます。石川さんは？

石川 はい、石川です。いろいろ忘れてしまったんですけども、困ったことといえば、やっぱり帰ってくるときの飛行機のチケットを買う段階だったかなと思います。最後のほう、コロナでいろいろあって帰ろうとなったんですけど、最初に帰るとなったときは、アエロフロートの直航便はヨーロッパから来る人が乗っているからやめようとなって、やめて、JALのやつで帰ろうと思ったけど、高いからやめようと思って、ウラジオストク経由で帰ろうと思ったんですね。それだったら危ない人もあまりなさそうだから。と思って帰ろうとしてチケットを取ったら、その2日後ぐらいにロシアがモスクワと各国の首都との飛行機しか飛ばさないというふうになって、じゃあウラジオから日本の便は駄目じゃないかとなって、取り直したんですよ。そのときはJALのチケットを取ったんですけど、そのときに、これまたおかしいことが起こりそうだよと思ったんですよ。本当に起こって、そうしたら、その発表された3日後ぐらいに国際線を全部取りやめるよと言われて、それはびっくりしたわみたいな感じで、チケットを変えたりしたんですけども、そういうふうに、ロシアってやると決めたことはすぐにやってくるので、結構それに振り回された帰国の段階でしたね。以上です。

白山 ありがとう。西川君。

西川 はい。一番大変だったのが、先ほども言った人間関係という話なので、その具体的な話です。仲のいいポーランド人の友達がいて、よく会ってお酒を飲んだりとかしていたんですけども、向こうからしたらものすごく僕を親友みたいに思っていてくれたみたいで、僕もすごく仲が良かったんですけど、せっかくの留学なので僕もいろんな人と接したいので、ほかの友達にも会っていたら、お互い、その友達の別々のグループが「向こうの人と会うな」だとか、「向こうの人はこんな変なやつで悪いやつだ」みたいな、そういう取り合いのような、嫉妬のようなことがあって、友達となったときに、すごく仲良くつながりたい、そういう感じの考えの人がいて、

間で僕は引き裂かれそうな感じで、どっちに行ったらいいんでしょうみたいな感じだったのが複数回あったんですね。それが大変でした。

乗り越える方法は、難しいですけど、何となく腹を割って話して何とかなったという感じでしたね。本当に難しく、僕は留学で来ているから、いろんな友達と接したいから、お前たちとだけ会うわけにはいかないとか、そういうふうにちゃんとしっかりと言うと、何とか向こうも許してくれるという感じで乗り越えられました。

白山 ありがとう。安井さん。

安井 私は一ヶ月半の滞在ということで、あまり具体的なエピソードがないのですが、強いていうならば、ロシアに行く直前のビザ発行の段階ですね。2月3日に授業が始まる予定だったので、1月の末には向こうにいたかったのですが、ビザの申請に必要な招聘状が送られてきたのが1月末で、少し焦った記憶があります。ロシアに留学経験のある先輩方に聞くとあるあるらしく、向こうがその調子なら私もキリキリしなくていいかと考えまして、結果的にのんびり2月9日に渡航しました。それから向こうに着いても受ける授業について何も知らされなかったとか、いろいろと情報が手に入らなくて困惑しましたが、最初がそういう風だったので、むしろ行く前に心構えができて良かったのではないかなと感じています。

白山 はい、どうもありがとうございます。分かりました。では、また私はこれで黙ります。

ハフマン・ジェイムズ (日本財団国際事業部課長) すみません、私から1点だけいいでしょうか。皆さん、とても面白い報告でした。

皆さんは、これをきっかけに、将来、カザフスタンとかロシアとかで両国の友好関係に貢献したいとか、向こうに行って働きたいとか、もっともっと深く知りたいというような気持ちが生じたりしたのでしょうか。そういったことがあれば、聞きたいと思います。教えてください。

西 では、私から失礼します。私としては、将来について考えたときに、必ずしも現地に行かなくてもいいのかな、と考えているところがあって、やはり交流は続けたいんですけども、情報に触れて、現地に身を置いてというところはまだ考え切れていないです。

ただ、せっかく人の縁に恵まれて、たくさんの機会をいただいているので、それをしっかり生かして、何らかのかたちでこの交流を生かしていきたいというふうには考えています。以上です。

石川 石川です。失礼いたします。私も西さんと一緒に、

あちらに渡航して働こうとか、そういった考えはまだ浮かんでいないんですけども、自分の身の回りから、例えばロシアとか中央アジアに対してのイメージを良くしていきたいとか、まだよく知らないけど知りたいたいんだという人に紹介したり、「怖いんじゃないの？」みたいに思われている人も少しいると思うんですけど、そういう人に「そんなことはないよ。いい国だよ」と教えてあげられるように、草の根的に活動していきたいです。

西川 西川です。僕も、これは元からなんですけれども、海外に住みたいという考えはない人なので、向こうで働きたいということもないんですけども、国際交流の輪が広がったなと思っていて、本当にポーランド人の友達がたくさんできたので、特に日本語を勉強している友達に対して、彼らが日本に来たときに僕が助けてあげたり、そういう交流が一生続けられる人がたくさんいるんじゃないかなと思いました。

それから、ポーランドという国にもちょっと魅せられて、なぜか親日国で、優しい人ばかりで助けられたので、日本とポーランドのいい関係を保つというか、ほかの日本人にもぜひ知ってもらいたいと思ったので、交流は続けたいなと思いました。

安井 私は、実際に現地に行くかどうかというのはわからないのですが、将来なんらかの職種を通じてロシアには関わっていきたくて思いました。というのも、私は筑波大学に留学していたロシア人の友人がいて、その子の出身大学であるということもノヴォシビルスク大学を選んだ理由の一つなのですが、その子がまた日本に行きたい、と常々言っていたことが大きいです。ご存知の通りロシア人もまた日本に来るときにはビザが必要ですが、私たち以上に煩雑な手続きが必要なわけですし、留学終了後、日本に個人的に旅行に来ていた彼女もそれは負担に感じているところだったんですね。もちろん日本に限らない話ですけど、「ロシアと日本がもっと仲良くなって、ビザが要らなくなったら良いのに」ということを聞いて、流石に外交問題も絡んでくると現実的には難しいんですけども、経済的なつながりの強化ですとか、民間の交流から最低限できることをしてみるのも価値のあることではないかと感じて、そういった試みとして将来ロシア関係の事業に携わりたいとは考えています。

ハフマン 私はもともとアメリカで生まれ育ちましたけれども、日本に来て、ここが母国になってここで死ぬことになるだろうと思っています。海外に行って海外で生活することで、すごく自分についての発見があったり、もちろん大変なところもあるんですけど、得られる知識

とかチャンスとかが、自分の国で慣れている文化にずっと溶け込んでいる人よりも、海外に行っている新しい経験をすることによって、全然違う人間になってきたという気持ちがあります、ですから誰か、ちょっとだけでもそういうような気になったら、1年間だけでも挑戦してみるのがいいと思います。これを機会に、ぜひぜひこれを元に何か挑戦してってもらいたいと思います。

梶山 ハフマン課長ありがとうございます。ハフマン課長のご質問は、せっかくですので、カザフ研修に参加した学生たちにも、少し答えてもらいましょうか。短い期間でしたが、研修に参加して、自分自身、何が変わったか。あるいはまた、今、ハフマン課長がおっしゃってくれたように、もう1年、今度は長期で留学したいとか、そういうような気持ちになったとか、何かあるでしょうか。

金澤 はい。この研修でカザフ国立大の学生さんや研修のメンバーと仲良くなり、今でも Instagram や Twitter でつながり、連絡を取り合っています。メンバー同士で帰国後にまたカザフスタンと一緒にいきたいという話をしていたので、またカザフスタンを始めとしたロシア語圏の国に行く機会もあると思いますし、ロシア語圏の学生さんがこちらに留学してきたときにはその手助けもできると思います。この研修を通してロシア語圏の国へ行くハードルが下がったのは間違いありません。

白山 ありがとうございます。では、次、永井君かな。

永井 内容が少し重複してしまうかもしれませんが、ソーシャルネットワークサービスなどで、結構向こうの現地の人たちの生活が流れてくるので、そういうところでも文化の違いを感じますね。すごく仲良くしてもらって、まだ交流はあるので、今度向こうに行ったときにたくさんしゃべるようになっていきます。友達が増えたということが一番大きなことだと思いました。

白山 どうもありがとうございます。

梶山 はい、ありがとうございます。それでは、予定の時間も過ぎてしまいましたので、そろそろ締めさせていただきます。本日は2週間にわたって連日開催してきました、グローバル・コモنز機構主催「筑波大学秋季留学フェア〈IMAGINE THE FUTURE〉」の

最終日にもなっています。留学フェアの総括として、グローバル・コモنز機構の安達課長に、最後のご挨拶をお願いしたいと思います。安達課長、お待たせしてすみませんでした。

安達理佳（筑波大学グローバル・コモنز機構課長）
グローバル・コモنز機構の安達です。皆さん、こんばんは。最後に、学生さん向けのメッセージということで聞いてください。

15日から本日まで12日間にわたってお届けしましたオンライン留学フェア、いかがでしたでしょうか。留学に関する基礎知識、奨学金制度、各種留学プログラムや、プログラムに参加した学生の体験談、留学相談会など、皆さんが将来的に留学を考える上で役に立つと思われる情報を提供してきました。

この提供してきた情報ですが、11月末までは、いくつかのイベントについては Teams 内で録画を見ることができますので、もう一度見たい、もしくは参加できなかったけれども聞きたかったというイベントがある場合には、Teams のほうを確認してみてください。

例年とは異なりオンラインでのイベント開催となりましたが、たくさんの学生の皆さんにご参加いただきました。今は新型コロナウイルスの影響により海外に渡航することができませんが、留学が可能になったときに、すぐに現地の大学に行けるように、前もっての準備は必要です。今回のイベントが留学準備のきっかけになってくれれば、このイベントを企画した私たち教職員は、とてもうれしく思います。私たちは、皆さんの留学を手助けしたい、後押ししたいと思っています。グローバル・コモنز機構や支援室の担当者、先生に、留学についていつでも相談してください。

なお、グローバル・コモنز機構では、現在、オンラインでの留学相談を受け付けています。また、国際交流イベントとして、チャットイベントも来月11月から始まります。参加してみたいと思う方は、グローバル・コモنز機構のホームページをご覧ください。

皆さん、たくさんご参加していただきありがとうございました。以上をもちまして、秋季留学フェアを終了いたします。ありがとうございました。

筑波大学秋季留学フェア〈IMAGINE THE FUTURE 留学!〉
2019年度派遣学生による留学報告会 (ロシア・NIS 諸国)
報告書

2021年3月1日初版発行

監 修 臼山 利信
編集・校正 梶山 祐治 (主担当)、山本 祐規子、谷越 祥子
発 行 者 臼山 利信
発 行 所 筑波大学 グローバル・commons機構
茨城県つくば市天王台 1-1-1
Tel: 029-853-4251
E-mail: info@genis.jinsha.tsukuba.ac.jp
Web: <https://centralasia.jinsha.tsukuba.ac.jp/>
印刷・製本 株式会社アイネクスト



筑波大学 グローバル・コモンズ機構

筑波大学「日本財団 中央アジア・日本人材育成プロジェクト (NipCA)」

〒305-8571 茨城県つくば市天王台 1-1-1 筑波大学

Tel. 029-853-4251

E-mail: info@genis.jinsha.tsukuba.ac.jp

Web: <https://centralasia.jinsha.tsukuba.ac.jp/>

ISBN 978-4-910114-10-1