

トビタテ留学！Japan高校生
の制度を利用した短期留学体験談

国→ドイツ

都市→ハイデルベルク

学校→ F+U Academy of Languages

3年 佐藤妃夏（留学時2年）



山の上から撮ったハイデルベルクの街並み
（奥にあるレンガ色の大きな建物がハイデルベルク城）

Q: 留学の期間と目的は？

オーケストラやトロンボーンの本場の地で楽器の技術や文化などを肌で感じながら学びたいと思ったからです。また、高校生のうちに留学することで、進路選択という大きな人生の決定をより豊かな価値観で行えると考えたからです。

2023/12/4～2024/1/19

の 7週間です！

カール・テオドル橋 →



Q:ハイデルベルクの魅力は？

その① 人が暖かい

ハイデルベルク周辺は有名な大学もあり留学生がとても多い町なので、外国人に理解がある方が多く、地元の人たちもとても優しく接してくれました。特にそれを感じたのは、私が乗る電車を間違えて道に迷ってしまった時です。初めての楽器のレッスンの帰り、路面電車で40分程のところにあるマンハイムという隣町からハイデルベルクへ戻る際、逆方向の電車に乗ったことに途中で気づきました。幸い気づいたのが早かったのでマンハイムまでは徒歩1時間半ほどで戻れるはずだったのですが、寒さからか途中でスマホがフリーズしてしまい、地図アプリも電車の時間を調べるアプリも使えなくなっていました。すでにもう夕方だったので、あたりは暗くなりはじめ、私は焦るばかり…。しかも、田舎の住宅街だったため、看板等も全くありませんでした。しかたなく途中までは乗ってきた路面電車の線路に沿って歩いていたのですが、路面電車がトンネルに入るところで徒歩では行き止まりに。私はまず近くを車で通りかかったおじさんに車を止めてもらい、マンハイムに行くにはどの路面電車に乗ればいいのか聞きました。その時はまだドイツ語で質問が出来なかったため英語で話しかけたのですが、優しく英語で説明してくれました。言われた通りの電車に乗り、無事にマンハイムまで到着。その後、ハイデルベルクに行く電車はどれかを駅にいた高校生くらいの女の子に聞きました。その女の子は、近くにいた英語が得意な友達を呼んできてくれて、どの電車に乗ればいいのか教えてくれました。無事に家に着いた時、助けてくれたたくさんの人たちのことを思ってとても暖かい気持ちになったことを鮮明に思い出します。(おじさんと女の子たち以外にも、実はもっとたくさんの人に道をきいて無事に着くことができました)



Q:ハイデルベルクの魅力は？

その② 治安が良い

治安もとても良かったです。犬を飼っている人や、赤ちゃんや小さい子供がいる家族が多く住んでおり、犯罪もドイツの中ではとても少ない町だそうです。周りでもスリなどにあつたという話は聞いたことがなく、安心して過ごすことが出来ました。（レジを通していないと思われて万引きGメンに声をかけられたこともあつたので、そのような軽犯罪対策もしっかりされていたのだと思います。

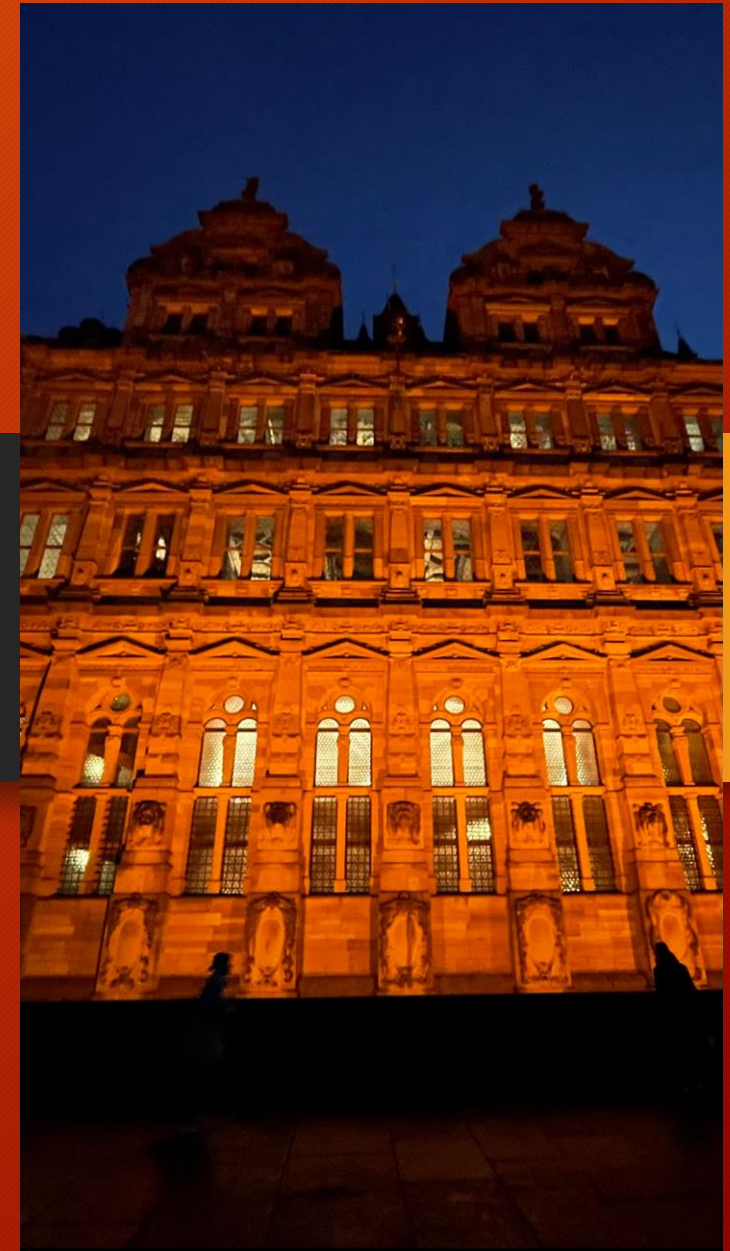


ハイデルベルクの街並み
この通りの名前をAltstadt
日本語で古い街と言います

Q:ハイデルベルクの魅力は？

その③ 歴史的で美しい町並み

ハイデルベルクは古城とその城下町が観光のメインスポットとなっていて、昔ながらのドイツの様子を楽しむことができました。美しいレンガ色で彩られた町はとても風情があり、歩きながら町の雰囲気を感じたり、山の上やハイデルベルク城から見下ろす町全体を見下ろしたり、日本では見られない光景に感動そのものでした。



ドイツ(本場)のクリスマスマーケットは感動します



Q:特に美味しい食べ物は？

①オーガニックの野菜や果物

ドイツは素材を生かした調理方法で食事を取ることが多いためか、素材そのものがとても美味しかったです。日本よりも全体的に物価が高いヨーロッパですが、野菜や果物は日本よりも安く買うことができました。(1ユーロ≒160円と円安だったのでそこまで安くは感じませんでした。1ユーロ≒100円くらいであればだいぶ安く買えると思います)



日本よりも大きなマツシュルーム。沢山入って日本円で約300円！(日本のコストコで買うより半額以下！)

Q:特に美味しい食べ物は？

②ソーセージ、パン

ドイツといえば、ソーセージ！ビール！というイメージをみなさん持っていると思いますが、本当にその通りでした。街にはソーセージとビールが溢れています。それに加えてパン屋さんもとても多く、3分歩けばパン屋、また3分歩けばパン屋、といった感じでした。パン好きの私にとってあまりにも幸せな光景でした。味は、ソーセージもパンももちろん美味しかったです。日本では安いソーセージや安いスーパーのパンなどは美味しくないこともありますが、ドイツでは、普通のスーパーの中で売っている安いパンやソーセージが、日本でいう専門店で買ったような美味しさでした。



クリスマスマーケットで食べたソーセージパン

Q:特に美味しい食べ物は？

③プレッツェル

プレッツェルというと小さくて硬いお菓子ののようなものを思い浮かべる人も多いと思いますが、ドイツのプレッツェルは大きくて塩気のあるパンのようなものです。

(硬くて小さいものはアメリカ式プレッツェルだそうです) 今まで日本ではそのようなドイツ式プレッツェルは食べたことがなく、現地で初めて口にしましたが、あまりのおいしさに驚愕しました。少し硬いパンなので噛めば噛むほど小麦の味が広がるのが最高です。特に、間にバターが挟んであるバタープレッツェルは毎日食べても飽きない美味しさでした。



④シュトレン

シュトレンはドイツの伝統的な菓子パンです。ドイツでは普通クリスマスシーズンに食べられます。ドライフルーツやナッツがたっぷり入っていて、それとマッチしたバターやラム酒の香りはとても幸せな気持ちになりました。日本でもクリスマスシーズンになるとお菓子屋さんやパン屋さん、海外輸入食品のお店などで取り扱っているのでぜひ食べてみてください！

Q:特に美味しい食べ物は何？

シュトレン





ドイツのパンは大きい！ショコラパイも手のひらサイズ

ハイデルベルク大学の 学食

ドイツの伝統料理を安く
食べられて、しかも美味
しい！





↑ ↑ ↑ ↑ ↑

スーパーには、ドイツ発祥で日本でも大人気のハリボーグミがズラーーっ
と並んでいます。

Q:カルチャーショックは？

カルチャーショック①

オーガニック、ビーガン食品の普及

ドイツはオーガニックやビーガン食品の普及がとても進んでいて、スーパーにもごく普通にそのような商品が置いてありました。これは日本ではまだ進んでいないことだと思います。実際に、オーガニックの野菜はとてもおいしかったですし、同じクラスのビーガンのアメリカ人は、ドイツにはビーガン食品が多くあって過ごしやすいと言っていました。また、オーガニック食品でないものでも、パッケージに添加物などの含有量を加味した食品の栄養スコアレベルが表示され、誰でも手軽に健康に良い食事を摂ることができます。

図 栄養(ニュートリ)スコア



(出所)ドイツ食料・農業省

パッケージに表示される栄養スコアレベル

Q:カルチャーショックは？

カルチャーショック②

エコ大国！

ドイツはエコ大国と言われるほど環境にも配慮されています。ペットボトルや缶には大体0.25ユーロのデジポットが付いており、飲み終わった容器をスーパーにある機械に入れるとそのデジポットが返金され、リサイクルされます。私も実践していましたが、デジポットがつくことで面倒さを感じず、リサイクルすることが当たり前になっていました。日本でも実践すれば、ペットボトル等のリサイクル量が大幅に増えるのではないかと思います。また、多くの人がエコバックを持ち歩いています。お店で買い物をしててもビニール袋はもらえないためです。デパート等では袋を購入できますが、それもビニール袋ではなく紙袋です。日本でもビニール袋が有料化になりエコバックを持つ人は増えましたが、依然ビニール袋が多く使われています。エコバックや紙袋を意識的に使うことで日本でもよりエコな生活を送れるようになると思います。

Q:カルチャーショックは？

カルチャーショック③

時間感覚の違い

これはドイツやヨーロッパに限らず日本以外の多くの国でそうだと思うのですが、電車やバスが遅延したり、学校の授業はほとんどの生徒が普通に遅刻してきたりなど、日本の感覚では驚くことが少なからずありました。ですが、電車やバスが遅延する時はきちんとスマホのアプリや掲示板などで確認でき、特に生活で困ることはなかったのが良かったです。学校の遅刻に関しては、授業開始の9時に椅子に座って準備が終わっていたのは、ほぼ毎日日本人数名のみだったのが面白かったです。これは日本人が誇れる能力だなと思いました。

Q:カルチャーショックは？

カルチャーショック④

鳩が大量にいる

とにかくとにかく鳩が多かったです。町の中にはもちろん、駅のホームの中や線路沿いなど、外と繋がっているところにはだいたい鳩がいました。しかも、人馴れしているのに近くに寄っても逃げていきませんし、日本の鳩よりも大きくて太っているのでとても不快でした。留学前は仙台駅のペDESTリアンデッキに数匹いる鳩にも拒絶を示していましたが、もう慣れてしまっただけの数匹の鳩には怯えなくなりました。

Q: 留学前にやった方がよいことは？

現地のルールの勉強

私がドイツのルールで気をつけていたことは、手の挙げ方です。ドイツでは日本のように手をパーにして手を挙げるのがルール違反とされており、無意識にしてしまわないようにとても注意して生活していました。日本のような手の挙げ方は、ナチス時代のナチス式敬礼と似ているためドイツではタブーとされているそうです。そのため、ドイツでは人差し指を1本立てて手を挙げるのが一般的だそうで、私もそれを実践していました。

Q: 留学費用は？

補助金額 41万円

(私は奨学金の申請時2週間の留学を予定していたため、2週間分の奨学金しかいただけていません。実際は私のように2ヶ月留学すると、57万円補助していただけます。)

かかった金額 総額 約110万円

学費・寮費 約65万円

飛行機往復 約25万円

生活費約2ヶ月 (トロンボーンレッスン代、教科書代含む) 約20万円

(留学時1ユーロ≒160円と円安がひどく、とても大きな金額がかかってしまいました)

Q:将来の夢は？

留学前は日本で音楽の先生になることを志していましたが、留学を通してやりたいことが増えすぎてしまい、明確な将来の夢というものを決めきれなくなっていました。今は、「またドイツに行って、次は働いてみたい！」「途上国のボランティアに行ってみたい！」など、その他にもたくさん小さな夢で溢れています。

Q: 留学を通して自分自身が変化したと思うことは？

挑戦と失敗に対しての恐怖心が小さくなり、より自信が持てるようになりました。留学前は、挑戦やそれによってなにか失敗してしまうことが怖く、今も将来も安定した平凡な生活が1番望ましいと考えていました。ですが、この留学を通してその考えが変わりました。初めての海外生活は毎日が小さな挑戦と失敗の連続で、そのうちに挑戦することへの恐怖心が薄れ、逆にそれによって得られるワクワクがととても楽しく感じるようになっていきました。これからはたくさんのワクワクすることに挑戦し、更に新しい自分を見つけていきたいと思っています。

御覧いただきありがとうございました！

語学力の成長

留学前＝ほとんど話せない



留学後＝挨拶・買い物など
基本的な会話ができるレベル

(GOETHE-ZERTIFIKAT A1)

現在は独検3級に向けて学習
中です！

