

BESIGN The Sustainable Design School への協定留学（交換留学）月例報告書（10月分）
留学先大学：BESIGN The Sustainable Design School

目次

- 0.はじめに
- 1.食べ物について
- 2.学校生活のこと
- 3.ホリデーについて
- 4.終わりに

0.はじめに

季節が少しづつ移り変わり、肌寒い日も増えてきました。学校が始まって早くも一か月が過ぎ、毎日さまざまな仲間に出会いながら、文化や習慣の違いに刺激を受けています。

今回は、私が留学生活の中で驚いたことや感じたことについて紹介したいと思います。

1. 食べ物について

食べ物については、今のところ問題なく過ごせています。外食を控え、自炊をメインで過ごせば一ヶ月の食費は2万円ほどで済みます。スーパーの野菜やパン、乳製品は日本と同じくらいか、少し高めに感じます。一方で、生肉や魚は日本に比べると高く、鶏のささみ二切れで日本円にして約800円することもあります。

パンやパスタばかりの食事に飽きたときは、スーパーでお米を買うこともできます。お米の種類にもありますが安いもので1キロ2ユーロ（約340円）ほどで、日本米として売っているものの半額くらいです。タイ米や長米など、さまざまな種類の米も店頭に並んでいます。日本の調味料はアジアンスーパーでないと手に入りにくいですが、有名な醤油などはローカルのスーパーでも購入可能です。

—フランスのスーパーの特徴—

フランスのスーパーでは、野菜や果物が一つずつ梱包されていないことが多く、量り売りや一個ずつ購入できるのが便利です。日本のような過剰包装がなく、必要な分だけ買える点が気に入っています。

—フランスの衛生感—

日本の衛生感に慣れていると、フランスでは驚くこともあります。道端にはタバコの吸い殻や犬の糞がよく落ちていたり、スーパーの野菜にハエが飛んでいることもあります。

ます。トイレの清潔さも、日本と比べるとかなり違います。最初は驚きましたが、日を追うごとに慣れてきました。

2.学校生活のこと

－授業について－

授業はすべて対面で、英語で行われます。学期初週は各科目のシラバス説明から始まります。特にユニークだったのは演技の授業です。これは学士1~3年生が受ける年に一度の特別授業で、全員参加型の演技レッスンが行われます。とても特別で面白い体験でした。その他の授業は、学年全員が受ける必修科目と、自分の興味に合わせて選べる選択科目があります。私は専門分野以外の科目を選び、幅を広げることにしました。また、学期が始まって二週間ほどでパートナーシッププロジェクトの授業も始まります。これは企業と学生が共同で行うプロジェクトで、企業がプレゼンを行い、学生は参加したいプロジェクトに投票します。どのプロジェクトも魅力的で、選びがたかったのです。BESIGNの授業は、サステナブルデザインを基本としており、毎日の授業が実践的で深く、考えさせるようなトピックが多く、とても楽しいです。

3.ホリデーについて

学期によって異なりますが、私のいる2025-2026年度の学期では学期開始から一か月ほどで1週間のホリデーがありました。その後、約一か月の授業を経て、二週間ほどの冬休みがあります。ヨーロッパは近隣諸国と陸続きなので、短い休みでも旅行に出かけやすいです。実際に私は、同じ学年の交換留学生3人と一週間でイタリア、バチカン市国、スイスを巡る旅に行ってきました。学校生活と休暇のバランスがよく、毎日が充実しています。

4.終わりに

次回は何について書くか決まっていませんが、次の報告書も楽しみにしていてください。

