

基本情報

国名	カザフスタン
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	
大学名	カザフ国立大学
その他の大学名（大学名で「その他」を選択した場合）	

所属

言語文化学部・国際社会学部・大学院を選択)	国際社会学部
各学生の専攻する地域言語一覧より選択	日本語
学年	4
留学時学年を選択	3

留学先

学部	準備学部
留専攻	ロシア語

留学期間

開始	2019/9/1
終了	2020/3/20

留学前

留学の目的	ロシア語の能力上昇及び、カザフスタンを含めた中央アジアの文化・経済・言語の研究を行うため。 また、卒業論文のテーマである「高麗人」について現地で得られる情報を習得するため。
-------	---

求められた語学力

英語TOEFL	なし
英語	なし
その他	なし
レベル	ロシア語やカザフ語の文字が読めるレベル

情報収集方法

	友人 先生
その他	
参考になるHP	

留学準備

ビザ申請を始めた時期	7月
ビザ申請方法	担当の先生が派遣留学に行く学生の推薦状(カザフ国立大学からの推薦状のようなものでビザを申し込む時に必要である)8月になって韓国に入国し、在韓カザフ大使館で申し込みました。
航空券を準備した時期	6月
航空券準備方法	アジアナ空港で韓国・仁川からカザフスタン・アルマトイの便を予約
履修登録を始めた時期	9月
履修登録方法	最初に学校に行くと先生と面談を通じてレベルテストが行われます。このレベルテストを通じてクラスが決まり、時間割がクラスごとに決まっています。
入寮申込みを始めた時期	9月
入寮申込み方法	最初は臨時部屋を頂いて、その後必要な書類が揃いましたら決められた部屋に入るようになります。
住居探しを始めた時期	
住居探し方法	
保険に加入した時期	7月
保険加入方法	留学説明会で行われる保険加入手続きに沿って加入
予防接種を受けた時期	8月
予防接種の種類	自ら何が必要か確認して接種
語学強化を始めた時期	6月
語学強化方法	ロシア語の文法を復習してカザフ語の基礎を予習する
その他の準備を始めた時期	
その他の準備内容	

留学中

学年暦

9月
学校や寮の手続きが多いので忙しくなる。

10月
10月は学校から日帰り旅行がある。

11月
寒くなる時期。12月の学際(小さな公演)に備えて合唱練習などをする。

12月
学際があり、短い冬休みがある。また、期末テストがある(口頭)

1月
雪が多く降る時期。年明けの公演などが多い。

2月
半年留学を計画していた友達が帰る時期。

3月
やや暖かくなる時期。この時期にコロナウィルスの影響で緊急帰国するようになった。

留学生科目

科目名	ロシア語
使用言語	ロシア語
科目名	カザフ語
使用言語	ロシア語、カザフ語
科目名	地理
使用言語	ロシア語
科目名	歴史
使用言語	ロシア語
科目名	
使用言語	

学部・大学院科目

受講	可
受講可→聴講のみ/単位取得を選択	聴講のみ

学部・大学院科目

科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	

居住環境

居住環境	学生寮
家賃	派遣留学生はなし
支払い方法	なし
部屋人数(人部屋)	2人~4人、3つの部屋(6人~10人)が一つの玄関とトイレを使用する。
家族・同居人(人)	1人
門限	あり
食事	なし
	★
	★
セキリティ-	★
	★
	☆
	★

売店・ブックストアについてのコメント	売店は食事を販売してる食堂のような場所で10時から営業する。ブックストアも同じく10時から営業する。ブックストアは授業以外にも使えるロシア語文法本を売っている
大学のサポートの評価	★ ☆ ☆ ☆ ☆
大学のサポートについてのコメント	大学がサポートしてくれることはほぼ少なく、自分で解決する必要がある。時々、寮の管理人で日本語や英語ができる人が手伝ったりする。
全体の印象) 評価	★ ★ ★ ★ ☆
全体の印象) についてのコメント	物価がとても安く、中央アジアの綺麗な風景が見られる。しかし、やや施設が汚かったりするため、衛生管理に気を配る必要がある、

スケジュール

Weekday(放課後の過ごし方)	<p>クラスによって時間割が変わるが、中間レベルのクラスは週5回授業が行われて8:00~12:00時まで授業が行われる。授業が終わったらルームメイトやクラスメイトと一緒にお昼を食べて宿題をする。また、寮の近くにジムがあるので運動をすることが出来る。ジムの方が浴室が綺麗であるため、シャワーを浴びに行く人っている。カザフスタンのアルマトイ市内であれば日帰り旅行も可能であるため、どこか出かけることもできる。</p> <p>また、私は1月の終わりからやや遠めのアイスリンク場でフィギュアスケートの授業を週3回受けた。ロシア語が上手であれば、周りにバレーボールや柔道などのスポーツ教室もあるのでお勧め。</p> <p>クラスによって休日は二日か一日だが、中級及び高級のクラスは土日は休日である。そのため、やや遠い場所に旅行を言ったり、キルギスタンのように近い国に旅行行くことが可能である。しかし、注意すべきことはカザフスタンを出る時は必ず学校側からの許可を得て出国する必要がある。</p>
Weekend(休日の過ごし方)	<p>寒くなる前にカザフスタンの有名観光地を回るのを勧めする。カザフスタンの冬は乾燥して寒く、雪がしょっちゅう降る国である。旅行に適切な時期は9月から10月。この時期を逃すと来年の春を狙うしかない。</p> <p>冬になると雪が降って寒くなる。カザフスタンのアルマトイは山に囲まれた都市であるため、温泉もいくつかある。雪が降り日はみんな温泉に行くのを勧めする。</p>

おすすめスポット・旅行先など

アルマトイ市内の観光地は「キョクトベ」と呼ばれる山の上の小さな遊園地である。しかし、ここは夜になると人が少なくなって治安が悪くなるので3人以上、男を含めて行く事を勧める。次はサーカスが見られるサーカス場がおすすめである。約4000テンゲだがカザフスタン特有の馬を乗りこなすサーカスが見られるので一回は言ってみようが良い。オペラハウスやアイスショーも日本と比べて低価であるため、行ってみることを勧める。市内には3つの大きなデパートがある。「Megaセンター」「Megaパーク」「Forum」どちらも大きくて映画館やレストランが多いデパートである。時間つぶしや娯楽を楽しめる場所で色々必要なものが買える場所でもある。最後に「グリーンバザール」という市場がおすすめスポットである。この市場はカザフスタンで最も大きい市場である。肉や米、小麦粉などを安く手に入れることが出来る。また、カザフスタン留学を始めた時に必要なものは全部揃っているの初期に訪問して必要なものを買ってくることを勧める。朝から15時まで開いているため、早めに行くことをおすすめする。

アルマトイ市外の観光地は「チャルンケニオン」という有名な峡谷がある。石と砂しかない場所だが、大自然を感じられる場所で日本とは違う美しい景色が見られる場所でもある。次に「コールサイ湖」「イシク湖」「カプチャカイ湖」がある。学校が始まって10月になると日帰り旅行に行くが、2019年は湖を行ってきた。やや遠いため、学校や観光会社で行くしかない場所である。アルマトイの周りには山いっぱいあるため、どっちに行っても良い観光地と思う。しかし、電波が届かない場所があるのであまり遠いところまで行ったり、一人で行くことはお勧めできない。冬は「チムブラック」という場所でスキーを楽しむこともできる。噂によるとロシア大統領のプーチンの別荘があるらしい。また、「メデオ」というスケート場は山の上の室外スケートリンクである。スケートの貸し出しもしているので手袋と帽子だけ持っていけば大丈夫。ここも雪が降ると美しい場所である。雪が降ると楽しめるもう一つの場所は「タウスパ」である。アルマトイの山「アラタウ」に位置しているこのスパはロシア式バーニャがある。雪が降る夜に温泉に入っているととてもきれいな景色が見られるので是非行って欲しいスポットである。

最後に国外お勧め旅行先はトルコとキルギスタンである。トルコは親戚訪問で9月の中旬に行ってきた場所であるが、黒海がとても綺麗で食べ物がおいしい場所である。また、観光地では英語が通じるのでトルコ語ができなくても大丈夫である。次にキルギスタンはカザフスタンと似たような国だがちょっと違う国である。一泊二日で行ける場所なので学校の冬休みに行くことをお勧めする。

目標

1	ロシア語を話せるようになる
その成果 1	★ ★ ★ ★ ★
2	高麗人に関する情報を収集する
その成果 2	★ ★ ☆ ☆ ☆
3	カザフスタンの文化や生活・経済を研究すること
その成果 3	★ ★ ★ ★ ☆

今後の課題

今後は身につけたロシア語を磨いて就活などで生かし、カザフに海外営業行けるようになるのが目標である。
カザフ語は少しかじっただけのレベルで学んだため、今後はより真剣にカザフ語に取り込む必要があると実感した。

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

加湿器と電子マットをお勧めする。何よりとても乾燥するので保湿クリームや化粧水などを持っていく必要がある。また、9月から11月までは寮の暖房は使えないので室内がとても寒い。電子マットのようなものがあればこの時期に暖かく過ごすことが出来る。ちなみに寮の暖房が使えるようになると室内はとても暑くなる。

最初に直面した問題は部屋割りである。9月に割り当てられた部屋を10月に入って急に変更されることもあるのであまりものを多く置かない方がいい。また、冬に時々水道管が壊れて水漏れになる時もあるので書籍や電子家電は床にあまり置かない方がいい。

また、寮の管理人の人に「東京外国語大学ボックス」を頼むと2019年度の人々が使ったものを譲ってもらうことができるので話をかけて欲しい。2階と3階の物置にあると思うので頼んでみよう。

帰国後

進路予定

就職

就職の場合：内定している あるいは 目指す業界 海外営業の業界を目指している。

後輩へのアドバイス

日本と比べてとても劣悪な環境だと思うが、人生の中で一回は経験しても良いでしょう。寮は二人または三人暮らしでしかも3つの部屋が一つのトイレを使うことになるので大変かも知れないがそれもまた人と仲良くなれるチャンスでもある。私は今回のカザフスタン留学を通じてとてもいい友達・経験を得たと思う。みんなも是非カザフスタンに留学行って新しい出会いと経験が出来たらいいなと思う。

今後学生から質問が出た場合、メールアドレスを伝えて可
も良いですか？

基本情報

国名	カザフスタン
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	
大学名	カザフ国立大学
その他の大学名（大学名で「その他」を選択した場合）	

所属

言語文化学部・国際社会学部・大学院を選択)	国際社会学部
各学生の専攻する地域言語一覧より選択	ロシア語（中央アジア）
学年	3
留学時学年を選択	3

留学先

学部	準部学部
留専攻	

留学期間

開始	2019/9/6
終了	2020/3/20

留学前

留学の目的	ロシア語、中央アジア地域研究
-------	----------------

求められた語学力

英語TOEFL	なし
英語	
その他	
レベル	

情報収集方法

	友人
	先輩
	先生
その他	
参考になるHP	

留学準備

ビザ申請を始めた時期	8月
ビザ申請方法	
航空券を準備した時期	7月
航空券準備方法	
履修登録を始めた時期	
履修登録方法	
入寮申込みを始めた時期	
入寮申込み方法	
住居探しを始めた時期	
住居探し方法	
保険に加入した時期	
保険加入方法	
予防接種を受けた時期	3月
予防接種の種類	
語学強化を始めた時期	
語学強化方法	
その他の準備を始めた時期	
その他の準備内容	

留学中

--

学年暦

9月
学期スタート

12月
 学期末試験、冬休み
 1月
 休み明け新学期
 3月
 ナウルーズ連休
 1月

留学生科目

科目名	ロシア語文法
使用言語	ロシア語
科目名	カザフの歴史と文化
使用言語	ロシア語
科目名	マスコミのロシア語
使用言語	ロシア語
科目名	カザフ語文法
使用言語	ロシア語
科目名	異文化理解
使用言語	ロシア語

学部・大学院科目

受講	不可
受講可→聴講のみ/単位取得を選択	聴講のみ

学部・大学院科目

科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	

居住環境

居住環境	学生寮
家賃	なし
支払い方法	
部屋人数（人部屋）	2～4人
家族・同居人（人）	3人
門限	あり
食事	外食、自炊
	★
	★
セキリティ-	★
	★
	☆
	★
	★
全体の印象	☆
	☆
	☆
大学までの距離	準備学部まで徒歩5分
大学までの所要時間	5分
応募方法	
近隣施設	銀行
	郵便局
	薬局
その他の近隣施設)	食堂、ジム、マガジン、レストラン
住居にあった設備	机・椅子（部屋）

全体の印象) についてのコメント

スケジュール

Weekday(放課後の過ごし方)

Weekend(休日の過ごし方)

おすすめスポット・旅行先など

目標

1



その成果 1



2



その成果 2



3



その成果 3



今後の課題

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

COVID-19の影響で緊急帰国せざるを得ませんでした、カザフスタン政府やニュースの発表を見ながら情報収集するのが大変でした、日ごろから緊急連絡先や信頼できるニュースサイトは確認しておくべきでした

帰国後

進路予定

未定

就職の場合：内定している あるいは 目指す業界

後輩へのアドバイス

全ての物事が急展開する世界です
寛容に、辛抱強く生きてください

今後学生から質問が出た場合、メールアドレスを伝えても良いですか？ 可

基本情報

国名	その他
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	カザフスタン
大学名	カザフ国立大学
その他の大学名（大学名で「その他」を選択した場合）	

所属

言語文化学部・国際社会学部・大学院を選択）	国際社会学部
各学生の専攻する地域言語一覧より選択	ロシア語（中央アジア）
学年	4
留学時学年を選択	3

留学先

学部	準備学部
留専攻	

留学期間

開始	2018/9/1
終了	2019/6/30

留学前

留学の目的	カザフスタンおよび中央アジア地域に関する知識を深め、ならびにロシア語およびカザフ語の運用能力を高める
-------	--

求められた語学力

英語TOEFL	
英語	
その他	
レベル	

情報収集方法

	先輩
その他	
参考になるHP	

留学準備

ビザ申請を始めた時期	7月
ビザ申請方法	大学から申請番号をもとに大使館で受理
航空券を準備した時期	7月
航空券準備方法	インターネットサイトにて手配
履修登録を始めた時期	9月
履修登録方法	口頭にて申請
入寮申込みを始めた時期	7月
入寮申込み方法	大学国際科、日本語学科教員に申請
住居探しを始めた時期	
住居探し方法	
保険に加入した時期	6月
保険加入方法	学研災付帯留学保険
予防接種を受けた時期	
予防接種の種類	
語学強化を始めた時期	
語学強化方法	
その他の準備を始めた時期	
その他の準備内容	

留学中

--

学年暦

9月
授業開始
12月

年末年始休暇
3月
ナウルーズ休暇
6月
授業終了

留学生科目

科目名	ロシア語文法
使用言語	ロシア語
科目名	カザフスタンの歴史
使用言語	ロシア語
科目名	多文化コミュニケーション
使用言語	ロシア語
科目名	カザフ語初級
使用言語	カザフ語
科目名	メディアロシア語
使用言語	ロシア語

学部・大学院科目

受講	可
受講可→聴講のみ/単位取得を選択	単位習得

学部・大学院科目

科目名
使用言語
科目名
使用言語
科目名
使用言語
科目名
使用言語
科目名
使用言語

居住環境

居住環境	学生寮
家賃	無料
支払い方法	
部屋人数（人部屋）	4
家族・同居人（人）	
門限	あり
食事	自炊
	★
	★
セキリティ-	★
	☆
	☆
	★
	☆
全体の印象	☆
	☆
	☆
大学までの距離	250m
大学までの所要時間	3分
応募方法	
その他の近隣施設)	ミニマーケット
住居にあった設備	机・椅子（部屋）
	キッチン（共有）
	ベッド（部屋）
	本棚（共有）
	シャワー（共有）
	クローゼット（共有）


洗面台（共有）
ランドリー（共有）
冷暖房（共有）
トイレ（共有）

その他住居にあった設備

治安状況

住居周辺の評価	
大学周辺の評価	
気をつけるべき点	特になし

学内環境

食堂の評価	
食堂についてのコメント	
図書館の評価	
図書館についてのコメント	
インターネットの評価	
インターネットについてのコメント	
売店・ブックストアの評価	
売店・ブックストアについてのコメント	
大学のサポートの評価	
大学のサポートについてのコメント	
全体の印象) 評価	
全体の印象) についてのコメント	

スケジュール

Weekday(放課後の過ごし方)	授業課題、家事
Weekend(休日の過ごし方)	家事

おすすめスポット・旅行先など

目標

1	ロシア語運用能力向上
その成果 1	★ ★ ★ ★ ☆
2	カザフスタンに関する知識を増やす
その成果 2	★ ★ ★ ★ ☆
3	カザフ語の知識を増やす
その成果 3	★ ★ ★ ☆ ☆

今後の課題

ロシア語能力を維持しさらに向上させる

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

寮の環境は良くないので住居を借りるべきであった

帰国後

進路予定

就職
就職の場合：内定している あるいは 目指す業界

後輩へのアドバイス

今後学生から質問が出た場合、メールアドレスを伝えても良いですか？ 可

基本情報

国名	その他
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	カザフスタン
大学名	カザフ国立大学
その他の大学名（大学名で「その他」を選択した場合）	

所属

言語文化学部・国際社会学部・大学院を選択)	言語文化学部
各学生の専攻する地域言語一覧より選択	ペルシア語
学年	4
留学時学年を選択	3

留学先

学部	学部前準備学部
留専攻	

留学期間

開始	2018/9/1
終了	2019/6/30

留学前

留学の目的	卒業論文に関わるにも関わらず、日本で集中的に学ぶことができないカザフ語を集中して学ぶため。また、カザフ語についての研究書が多く書かれているロシア語もある程度学ぶため。論文に関わる課題を発見するため。
-------	---

求められた語学力

英語TOEFL	
英語	ほとんど通じないとおいた方がいい。
その他	カザフ語、ロシア語
レベル	最初は手続き、最低限買い物には困らない程度に。

情報収集方法

	先輩
	先生
	HP
その他	
参考になるHP	

留学準備

ビザ申請を始めた時期	8月
ビザ申請方法	こちらから必要書類をカザフスタンに送り、送り返された招待状を大使館に持っていき申請。
航空券を準備した時期	8月
航空券準備方法	航空会社ホームページ
履修登録を始めた時期	9月
履修登録方法	準備学部所属の場合、カザフ語もしくはロシア語の簡単な能力測定が行われ、それに基づき授業が指定される。こちらが選ぶことはできない。
入寮申込みを始めた時期	7月
入寮申込み方法	7月に始まる受け入れ大学への申請と同時にされる。
住居探しを始めた時期	
住居探し方法	
保険に加入した時期	7月
保険加入方法	東京外国語大学から指定される保険に加入。派遣留学説明会時に説明あり。
予防接種を受けた時期	7月
予防接種の種類	a型肝炎のみ。しかし比較的日本よりもウイルスがカザフスタンに多いため打ったというだけで、それほど衛生面に神経質になる必要はない。
語学強化を始めた時期	2月
語学強化方法	市販の文法書を用い学習。長期休暇期間を利用。
その他の準備を始めた時期	
その他の準備内容	

留学中

--

学年暦

9月
授業開始
10月
中間確認テスト
12月
期末確認テスト
12月
期末確認テストとは別の、口述試験
1月
授業再開
2月
中間確認テスト
4月
留学生論文コンテスト
4月
期末確認テスト
5月
実践授業期間、授業時間数が非常に少なくなる。
6月
口述試験期間
6月
留学終了

留学生科目

科目名	カザフ語文法
使用言語	カザフ語のみ
科目名	カザフ語会話
使用言語	カザフ語のみ
科目名	カザフ語リスニング
使用言語	カザフ語のみ
科目名	カザフスタンの地理、政治経済
使用言語	カザフ語のみ
科目名	ロシア語入門
使用言語	ロシア語が基本

学部・大学院科目

受講	可
受講可→聴講のみ/単位取得を選択	聴講のみ

学部・大学院科目

科目名	ペルシア語文法
使用言語	カザフ語、ロシア語、ペルシア語
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	

居住環境

居住環境	学生寮
家賃	交換留学生はなし
支払い方法	
部屋人数（人部屋）	2～4人（ただし、トイレと洗面台は最大7～8人で共有）
家族・同居人（人）	3人
門限	あり
食事	寮に食事支給なし。自炊
	★
	★
	.

セキリティー	★ ☆ ☆ ★ ★
全体の印象	☆ ☆ ☆
大学までの距離	徒歩1分
大学までの所要時間	留学書類提出時に同時に行われる
応募方法	コンビニ
近隣施設	銀行 薬局
その他の近隣施設)	食堂、ジム
住居にあった設備	机・椅子 (部屋) 机・椅子 (共有) キッチン (共有) ベッド (部屋) 冷蔵庫 (共有) 本棚 (部屋) シャワー (共有) クローゼット (部屋) 洗面台 (共有) ランドリー (共有) トイレ (共有)
その他住居にあった設備	温水暖房あり。冷房と網戸なし。

治安状況

住居周辺の評価	★ ★ ★ ★ ☆ ★ ★ ★ ★ ☆
大学周辺の評価	★ ★ ★ ★ ★ ☆
気をつけるべき点	交通、信号ない場所あり。治安は比較的良好、近所に警察署あり

学内環境

食堂の評価	★ ★ ★ ☆ ☆
食堂についてのコメント	品揃えはそこまでないが、良好
図書館の評価	★ ★ ☆ ☆ ☆
図書館についてのコメント	準備学部図書館は基本教科書のみしかない。自由に蔵書を閲覧できない。
インターネットの評価	★ ☆ ☆ ☆ ☆
インターネットについてのコメント	wifiはあるが、留学生にパスワードは与えられない。

売店・ブックストアの評価	☆ ☆ ☆
売店・ブックストアについてのコメント	★ ★
大学のサポートの評価	☆ ☆ ☆
大学のサポートについてのコメント	基本、一つの手続きに多くの時間がかかる。また、英語のできる職員は基本いなく、カザフ語、ロシア語のみで行うしかなかった。それぞれの職員ごとに把握している内容に違いがあり、たらい回しにされてしまうことがほとんど。職員同士の連携はほとんど見られない。洗濯機が故障した時はしばらく放置されたままにされたり、部屋に電気が一切来なくなった時も迅速に対処されなかった。
全体の印象) 評価	★ ★ ☆ ☆ ☆
全体の印象) についてのコメント	

スケジュール

Weekday(放課後の過ごし方)	放課後は、買い物に行き、その後洗濯、料理、自炊等の家事を行い、宿題、読書等をした。
Weekend(休日の過ごし方)	宿題をしたり、休日は時間がある時なので一気に洗濯等をしていた。

おすすめスポット・旅行先など

アルマトゥイ市の南部。市内で最も自然があり、清潔感もあり、喧騒からも離れられる。

目標

1	カザフ語修得
その成果 1	★ ★ ★ ★ ★
2	ロシア語修得
その成果 2	★ ★ ★ ☆ ☆
3	論文に関する課題の発見
その成果 3	★ ★ ☆ ☆ ☆

今後の課題

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

日本製の薬はある程度持っていくといいと思った。カザフスタンの医療制度はわかりにくくある程度セルフメディケーションが必要。

寮には非常に多くの留学生が暮らす。そのため、ある程度の文化的な違いは耐えられたが、清潔面には苦労した。また、騒音にも少々悩んだ。他、設備が古いため、月に一回以上は何かしら問題が発生した。

出発前、日本に電子メールで送られてきた招待状の個人情報に誤りがあったため、ビザ申請が出発直前にずれた。このようなことはよくある。

帰国後

進路予定

未定

就職の場合：内定している あるいは 目指す業界

後輩へのアドバイス

この留学は、なかなか大変なものでしたが、カザフ語を集中的に学ぶことができました。また、現地生活はとても良いとは言えませんが、留学生を担当する先生方、日本語学科の先生方、生徒の皆さんは親切で感謝してもしきれません。そのような方々と積極的に交流し、勉強、生活ばかりに偏らず世界を広げて行ってください。

今後学生から質問が出た場合、メールアドレスを伝えてもいいですか？ 可