

# 名古屋外国語大学海外派遣プログラム成果報告書

2026年3月24日

学部・学科名 外国語学部・フランス語学科

担当教員氏名 木内 堯

1. 区分	中期留学 ・ <b>語学研修</b> ・ 海外実習
2. プログラム名称	春期フランス研修
3. 渡航先国名	フランス共和国
4. 派遣期間	2026年 2月 5日(木) ~ 2026年 3月 10日(火) 34日間
5. 派遣先教育機関名	アンジェ西部カトリック大学
6. 参加学生数	23名
7. 派遣目的	フランス語の語学力の向上とフランス語圏文化へのより深い理解を目的とする。研修先においては、語学・文化に関する学習および実地研修を行う。また、市内及びロワール地方へのエクスカージョンによりフランスの歴史・文化への理解を深める。
8. 派遣内容	フランス語学科の1、2、3、4年生を対象にフランスの大学で4週間のフランス語プログラムを実施した。4週間の授業と文化研修からなるすべてネイティブ講師によるフランス語研修プログラムであり、海外研修として4単位に相当する。
9. 成果	最終週に試験が実施され、参加者全員が合格となった。また、授業及びホームステイを通じて、4週間に渡ってフランス語の環境に身を置いたことで、特に会話や聞き取りを中心に、フランス語力を飛躍的に向上させることができた。帰国後に実施したアンケートでは、長期留学への意欲が増したといった感想も数多く見られた。
10. 備考	

以上

## 2025年度 春期フランス研修レポート

提出者：栗田紗希

所 属：現代英語学科 2年次

### 1. 思ったこと・考えたこと

結論から言うと、フランス研修に参加してとてもよかったと思う。私は正直この研修に参加するかどうか期限ぎりぎりまでとても迷っていた。なぜなら、この研修に参加する生徒たちは皆、フランス語学科に所属していて、私一人だけ現代英語学科だったからである。週二時間の複言語の授業だけしかフランス語に触れていない私が持っているフランスの知識やスキルは、きっとフランス語学科の生徒たちとかけ離れていて、今の私のレベルではとてもついていけないかもしれない、そう思っていたからである。

しかし、やってみないと分からないこの先の未来を、自分で永遠に考え続けているよりも、先に行動して、フランスに行って、自分が二年間複言語として学んできたフランス語をどうにか活かしたい、磨きたいという思いが強くなり、この研修に参加することを決めた。ありがたいことに、私の家族や友人、先輩、バイト先の仲間たちに相談したところ、私がフランス研修に参加することを快く認めてくれ、親身になって応援してくれた。周りのサポートがあったからこそ、今の私があるのだと改めて実感し、感謝を忘れてはいけないと思うようになった。

### 2. 授業での学びや発見

学校で学んだすべてのことは、これからの私の人生にいろいろな形で必ず繋がると思う。学校の先生方は、とても気さくで、ユーモアで溢れており、毎日フランス語を楽しく学ばせてくれた。授業の内容は、主に文法・リスニング・会話で、すべての授業が All フランス語だった。All フランス語の授業は初めてで、Bonjour や Merci などの簡単な挨拶や自己紹介くらいしか話せなかった私は、初めての授業で挫折した。先生の言っていることがまるで呪文のように聞こえ、何を話しているのか簡単な単語すら聞き取れなかった。初めの一週間は、学校からの帰り道に歩きながら、自分がこの先どやって約一か月間のフランス生活を乗り越えて、成長していくのか、真剣に考えた。どうしたら自分が変わるのか。それは、毎日の小さな努力が大切だと気が付いた。何もできない自分が嫌で、それからは、ほぼ毎日復習・予習をした。授業が始まってから一週間が経過したころから、だんだん授業の内容についていけるようになり、聞き取りや、会話も少しずつできるようになった。それから自信へとつながり学校へ行くのも楽しくなった。自分から発言も恐れずにもすることも増えていった。諦めないことが大事なのだと気づかされた。皆さんが人生で一度は耳にしたことのある「努力は必ず報われる」という言葉があるように、ある目標に対

して、一生懸命努力した先には、それなりの結果がついてくるということを実感した。

### 3. ホームステイ先での思い出

久々のホームステイ、そして長期間一緒に生活すると考えると、当日まで緊張と不安でいっぱいだった。私のホストファミリーは、私を暖かく受け入れてくれて、沢山の愛情と学びと経験をさせてくれた。初めの頃は、Oui や Merci などの返答しかできず、会話をする時はいつも携帯片手に翻訳機能を使って話すしかなかった。このままではフランスに来た意味がない、どうにかして自分のことば、表現で話せるようになりたいと思い、毎日話したい内容を伝える前に、自分で文章を考えてみたり、翻訳機能を使って、発音練習をしたりしてから、ホストファミリーに話すことを心がけた。それから徐々にフランス語で会話できるようになり、お互いに打ち解けることができた気がする。ホストファミリーはとても親切で、休みの日は映画館へ連れて行ってくれたり、Angers の中心街を案内してくれたり、おすすめの食べ物紹介や、手作りフランスの郷土料理、ケーキやスイーツなどを買ってきてくれるなど沢山のおもてなしをしてくれた。私もお返しと日々の感謝の気持ちを込めて、ケーキを買って帰ったり、お菓子をあげたりなどをして良い関係が築けるよう心がけた。ありがたいことに恵まれた環境で生活することができたため、フランスでの毎日がとても楽しかった。

### 4. まとめ

フランス研修を通して私は、様々な面で成長することができ、新たな自分を見つけることができたと感じた。それと同時に、まだまだ自分に足りない部分もあると分かった。フランスに行く前は、自分の気持ちを抑え込んだり、ちっぽけなことで悩んだり落ち込んだりしていたけれど、フランスで生活していたら、自分の考えや気持ちを表に出すことが自然とできるようになり、心なしかストレスに感じることも減った気がする。また、自分自身と真剣に向き合うことができた。初めは私なんかにはできないわけない、などと弱気な自分だったが、このフランス研修を経て、案外自分は何でもできるんだと、自己肯定感があがった。新しいことに挑戦することは元々好きだったが、さらに好きになった。私のこれからの課題は、すぐに行動にうつせるようになることだ。気持ちに行動が追い付かないことが多々あることが分かったからである。これからは、なんでもやってみよう精神でいろいろなことに挑戦していきたい。また、自己理解を深めるために、日ごろから自分自身と向き合ってこれからの人生を豊かにしていきたいと強く思った。

## 2025年度 春期フランス研修レポート

提出者：小林瑞貴

所 属：フランス語学科 1年次

### アンジェの印象

アンジェでの研修を通してアンジェは本当に暮らしやすい街だと感じました。街は都会でもなく田舎でもなくちょうどいい街並みが広がり、学校帰りには友達と中心街で買い物を楽しむこともでき、ときには自然を感じながら休憩やピクニックをすることができる素敵な公園や川沿いがありました。私も放課後に友達と中心街で買い物を楽しんだ後、公園でゆったりすることがありました。公園の中には芝生に集まってピクニックをする学生、アヒルを追いかける小さい子供、それを見守るおじいちゃん、ベンチに座っておしゃべりをする恋人、遊具で遊ぶ子供たちなど平和でゆったりした時間が流れていました。公園の中はお花のいい匂いが漂っていて素敵でした。それぞれがこの時間を満喫しているのだと感ずることができました。

アンジェで生活を送っていくうちにアンジェの人々のやさしさを感じることができました。ある日友達が授業中に体調を崩してしまい、一緒に保健室に行くということがありました。私は保健室の場所をはっきり覚えていなかったので大学生に尋ねることにしました。最初はとても勇気がいりましたが、二人とも親切に話を聞いてくれました。しかし保健室の場所を知らなかったため、次は先生らしき人に尋ねてみました。その人から保健室の場所を教えてください、無事に友達を送ることができました。また学校外では市場に行くとき話しかけてくれる人やアパートですれ違う時に元気に挨拶をしてくれる住人、おしゃべり好きの店員さんなど、アンジェの人のやさしさを感じることができました。

### 大学での授業を通して

日本で受けてきた授業と違い、すべてがフランス語で行われる授業の中で知らない単語が出てくると急に意味が分からなくなってしまうことがあり、焦りました。しかし、授業の中で単語の意味を確認しながら授業を行っていたので全く分からないという状況がなかったことが幸いでした。どの授業も発言する場面が多く、少人数での授業だったことと発言がしやすい雰囲気が作られていたことで発言することに対して緊張することはなく、自分の答えや考えを発言できました。発言をすることによってそれに対する先生からの質問やアドバイスを授業内容をさらに理解することにつながることで発言をすることの大切さを改めて感じられました。ある授業では一回の授業でたくさんの新しい単語が出てきて覚えることがたくさんありましたが、次の授業までにしっかり覚えた分は自信をもって発言することもでき、先生もほめてくれました。これがモチベーションにつながり、家に帰った後はノー

トに新しく学んだ文法や表現を、単語はアプリを活用し単語帳を作成して覚えることに努めました。この習慣のおかげで覚えた単語の量は研修前より格段に増えたと感じます。

### ホームステイを通して

私がお世話になったホームステイ先は中心街からも駅からも学校からも近いという最高の立地にあるアパートで、お菓子作りが得意な素敵なお母さんと二人暮らしをしました。私がホームステイをして驚いたことは二つあります。一つ目はこのマンションが1960年代のもので今も普通に使われていることです。昔の人たちもこのアパートに住んでいたと考えると不思議な感じでした。内装はとてもきれいですが、廊下にかかっているシャンデリアやギシギシ大きな音を立ててきしむ床、エレベーターではなく階段を使う生活などを見ると歴史が感じられました。ステイしていたマンションは3階（フランスの数え方で）にあったので、毎日階段の上りがきつかったです。しかし、このようなマンションのおかげで毎日上下りをしていれば健康につながるので良いと思いました。二つ目は毎食デザート付きということです。日本ではデザートを食べる習慣がなかったので新鮮でした。私のステイ先ではデザートにヨーグルトやチョコムースと一緒にクッキーとクレモンティを食べることが習慣でした。ある日、ヨーグルトとクレモンティだけ食べてクッキーを食べ忘れた日がありました。その日の夕食後、私の部屋の扉をノックする音が聞こえてドアを開けるとクッキー缶を抱えたお母さんが立っていて、「夕食後のクッキーは大切だから☆」と言って私にクッキーをわざわざ渡しに来ました。これが思い出の中でも印象的でフランス人にとってのデザートの大切さを知ることができた経験でした。このようにホームステイを通してフランスの生活スタイルを学ぶことができました。また、お母さんとの会話を通してスピーキング能力を向上させることができました。夕飯にはいつも今日の出来事やそれについてどう感じたかを話し、それに対しての質問に答えたり自分から疑問に感じたことを質問したりしました。毎日夕飯の前に今日何を話したいかを大まかに考え、それを伝えるために必要な単語で知らないものは調べてインプットをし、夕食時にそれらをアウトプットすることで新しく覚えた単語を定着させることができました。

### エクスカージョン

私が特に印象的だったものは二つあり、その一つ目はモンサンミッシェルです。モンサンミッシェルの第一印象は「思ったより小さい」でした。ですが、その小ささのおかげで時間内にすべての場所を見回ることができたのはありがたかったです。頂上からの景色も素晴らしかったですが、修道院の中のほうが印象的でした。特に中庭のような場所はジブリにも出てきそうな雰囲気があって特に気に入りました。二つ目はシャンボール城です。美女と野獣のお城のもととなっていることから、美女と野獣の物語を思い出しながらどのシーンはこの部分で起こったのか想像しながら見学するのは楽しかったです。また、各部屋の雰囲気が異なり、同じような寝室でもベッドの柄や作りが違ったり、壁紙の色が違ったりして面白か

ったです。全体的に充実した見学をすることができたのですが、あらかじめその場所についての歴史や見どころを前日までにもっと把握しておけばよかったと感じました。

### **研修を通して**

研修を通して研修参加前と比べ、フランス語を学ぶ（フランスについて学ぶ）ことに対してのモチベーションが高くなりました。たった一か月という期間の中で多くのことを吸収し経験することができたのでこれが一年だったらより成長することができるのだろうと考え、留学という目標に向かってより一層頑張ろうと思います。今回の研修での学びを忘れずに今後の学びにつなげていきたいと思っています。

## 2025 年度 春期フランス研修レポート

提出者：遠山 菜緒

所 属：フランス語学科 1 年次

「ただフランスに行ってみよう」「一ヶ月も友達と海外にいられるなんて最高」。そんな軽い気持ちで参加したこの研修でしたが、この一ヶ月は私の中で想像とは大きく異なる貴重な経験となりました。

研修前の私は、フランスで友達と遊ぶことばかり考えていて、語学力の向上はおまけ程度にしか捉えていませんでした。ホームステイも友達のお泊りのような感覚で、勉強のことはあまり意識しておらず、ただ楽しみという感覚だけがありました。研修がスタートして、パリの観光名所を巡り、感動が尽きない一方で、「案外フランス語話せなくてもやっていける」と楽観的に考えていました。

しかし、その考えが変わったのはホストファミリーとの出会いの日です。手違いによりホストファミリーとの出会いがスムーズにいかず、NUFS の先生方がついてくれながらも、旅行気分だった私は不安な気持ちでいっぱいになりました。聞きなれないスピードのフランス語が飛び交い、いつホストファミリーがくるのかもわからない状況の中で、「フランス語が話せない私が一ヶ月やっていけるのか」と、これまでの浮かれていた気持ちが一気に引き締められました。

ホストファミリーとの生活や CIDF での授業が始まると、自分の語学力・言語化能力の低さにいらいらを感じました。ホストファミリーや現地の先生方は、ゆっくり話してくれるだけでなく、わからない単語や表現を簡単なフランス語で丁寧に説明してくれたため、日が経つにつれてフランス語への抵抗感は少なくなっていました。この研修で伸びたのは圧倒的にリスニング力だと思います。

一方で、自分の伝えたいことをフランス語でうまく表現できず、翻訳機に頼ってしまうことも多くありました。そのたびに自分の力不足を実感し、「自分の言葉でホストファミリーや先生方と会話したい」「もっとフランス語を話せるようになりたい」と強く思うようになりました。普段は勉強があまり好きではない私でも、CIDF での授業はとても楽しく、有意義なものでした。身近な話題の会話を中心とする授業や、フランス語で文法を学ぶ授業、様々な話題に触れるリスニングの授業があり、とても充実していました。

ホストファミリーは本当に優しく、親身に私たちに寄り添ってくれました。最初はぎこちない途切れ途切れの会話だったけれど、研修の後半には本当の家族のような温かい空間と笑顔が絶えないコミュニケーションがありました。私が知っているフランス語は本当に少なく、基本的な挨拶と簡単な文章しか話せなかったけれど、温かいファミリーのおかげで臆することなく話すことができました。言いたいことは全部伝えることはできないけれど、少しでも伝わったという感覚がとてもうれしくて、自信につながったしモチベーションにもなりました。この感覚は忘れないでいたいと強く思います。

また、この研修では、語学だけではなくフランスの食文化や差別に対する認識も大きく変わりました。私は海外のご飯は口に合わないと思いついていましたが、フランスでの食事はどれもおいしく、特にホストファミリーが出してくれる料理は格別で、毎日高級レストランで食事をしているような気分でした。パンとチーズが中心の料理が多く、レストランで料理を注文すると必ずバゲットがついてくるのには驚きました。日本と大きく違うのは主食が米かパンかくらいで、特に食文化の違いは気にせず食事ができました。日本やアジア料理のレストランも多く、驚きました。さらに、フランスは差別が多い国というイメージを持っていましたが、パリでもアンジェでも差別を感じる場面は一度もなく、どこへ行っても温かく迎え入れてくれる人ばかりでした。おかげで街中でもフランス語を使ってみようと勇気を出すことができました。

フランスではどこに行っても街並みや建造物に感動しましたが、特に印象に残っているのはモンサンミッシェルです。現実か疑うほど壮大で美しく、広大な干潟に浮かぶように佇む景色が忘れられません。修道院内の建築もヨーロッパならではの建築で圧倒され、周辺の街並みもまるで映画の中のように心を惹かれました。フランスには有名な観光名所が多く、そのどれもがテレビやインターネット上で見たことがあるものばかりだったので、こんな短期間にこれほど体験してしまってよいものかと不安になるくらいすべてが心に残る素晴らしい場所でした。

この研修中、友達の存在は私にとって大きな心の支えとなりました。やさしいホストファミリーや先生方に恵まれましたが、初めての海外であることや自分の未熟な語学力のせいもあり、「一ヶ月乗り越えられるのか」という思いが常にありました。しかし友達がいってくれたおかげで、つたないフランス語でも挑戦して話してみようと思えたり、一ヶ月を有意義なものにするために積極的に行動しようと思えました。個人でいく留学とは異なり、日本の同じ学校の人たちと同じ環境で学べる研修ならではの良さだなと感じます。

高いお金を払って貴重な体験をさせてくれた家族や、研修中そばで支えてくれたり大切な思い出をつくってくれた友達、教科書だけでは到底学べない大きな学びをあたえてくれた CIDF と NUFS の先生方に、一ヶ月本当にあたたかく接してくれたホストファミリーには感謝の気持ちでいっぱいです。この研修で得た学びや思い出、モチベーションを糧により勉学に励み、再びフランスへ行った時には自分の成長を実感できるように頑張りたいと思います。