



コロンビア・ロスアンデス大学

Universidad de Los Andes

2020



## 目次

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| ロスアンデス大学基本情報.....                | 2  |
| コロンビアについて.....                   | 2  |
| ロスアンデス大学の概要.....                 | 3  |
| 授業.....                          | 3  |
| 学内施設 .....                       | 4  |
| 滞在先.....                         | 4  |
| 留学手続き .....                      | 5  |
| 空港での出迎え.....                     | 5  |
| オリエンテーション .....                  | 5  |
| チューター制度.....                     | 6  |
| Uniandes account の取得と学生証の発行..... | 6  |
| ビザ.....                          | 6  |
| 保険.....                          | 7  |
| 治安.....                          | 7  |
| その他気を付けたいこと.....                 | 8  |
| 予防接種 .....                       | 8  |
| その他気を付けたい疾病.....                 | 10 |
| 健康上心がけたいこと.....                  | 10 |
| 通貨・両替.....                       | 12 |
| 専攻リスト.....                       | 13 |
| <学部> .....                       | 13 |
| <修士> .....                       | 14 |
| <博士> .....                       | 16 |
| 留学体験記①.....                      | 17 |
| 留学体験記②.....                      | 25 |
| おわりに.....                        | 34 |

## コロンビア・ロスアンデス大学 University of Los Andes

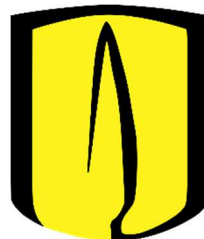
<公式ウェブサイト URL : <https://uniandes.edu.co/>>

<公式交換留学サイト URL>

(<https://uniandes.edu.co/internacionalizacion/movilidad-academica/estudiante-internacional/4-pasos>)

### ●ロスアンデス大学基本情報

- ・大学名（スペイン語）：Universidad de los Andes
- ・大学名（英語）：University of Los Andes
- ・愛称：Uniandes
- ・分類：私立大学・総合大学
- ・本部所在地：Bogotá, Colombia
- ・創立：1948 年 11 月 16 日
- ・大学ランキング：世界では 234 位、ラテンアメリカでは 8 位、コロンビアでは 1 位  
(2020 年、QS 世界大学ランキングより)<sup>1</sup>
- ・学生数：24653 人（学部生：12497 人、修士課程：2515 人、博士課程：276 人）
- ・留学期間：1 学期：1 月から 5 月/2 学期：8 月から 12 月



### ●コロンビアについて

- ・コロンビア共和国 (Republic of Colombia)
- ・人口：約 4965 万人
- ・面積：約 113 万平方キロメートル
- ・首都：ボゴタ
- ・民族：混血 75%、ヨーロッパ系 20%、アフリカ系 4%  
先住民 1%
- ・言語：スペイン語
- ・宗教：カトリック
- ・政治体制：立憲共和制
- ・地理：Caribe(カリブ地域)、Andes (アンデス地域)、Pacífico(太平洋沿岸地域)、Orinoquia(オリノキア地域)、Amazonía(アマゾン地域)の 5 つに大別される<sup>2</sup>。このほか、カリブ海岸及び太平洋岸に浮かぶ諸島を領有する。



(外務省 HP より)

<sup>1</sup> 参照：QS 世界大学ランキング

(<https://www.topuniversities.com/university-rankings/world-university-rankings/2020>)

<sup>2</sup> 参照：農林水産省\_平成 26 年度海外農業・貿易事情調査分析事業（米州）3 コロンビア：

([https://www.maff.go.jp/j/kokusai/kokusei/kaigai\\_nogyo/k\\_syokuryo/pdf/h26\\_colombia\\_1.pdf](https://www.maff.go.jp/j/kokusai/kokusei/kaigai_nogyo/k_syokuryo/pdf/h26_colombia_1.pdf))

## ●ロスアンデス大学の概要

Uniandes という愛称で親しまれるロスアンデス大学はコロンビアの首都ボゴタに位置する私立大学である。1948 年に Mario Laserna Pinzón によってコロンビア初の教会及び政党から独立した大学として設立された。アメリカやドイツなどでも学んだ Pinzón は、ロスアンデス大学にアメリカ式の大学教育を導入し、リベラル教育にも力を入れた。現在、ロスアンデス大学はラテンアメリカでもトップレベルの大学であり、非常に設備も整った大学である。マスコットキャラクターは、ヤギの Séneca。ローマ帝国のストア派哲学者であったセネカにちなんで名づけられた。大学 HP によると、Séneca 誕生の起源には 2 つの説がある。第一に、もともとボゴタの東部丘陵に生息していたヤギが、1949 年にロスアンデス大学が設立により、キャンパス内に住み着いてしまった説である。第二に、ある学生グループが、1940 年代後半から 1950 年代初頭の間、大学への贈り物としてヤギをキャンパス内に持ち込んだ説である。どちらが事実かは不明であるが、Séneca は教授陣、学生、そして職員らをはじめとする大学の人々に受け入れられ、本やノートなど様々な紙を味わったようである。Séneca には家族がおり、彼の子供は Séneca 2・Séneca 3 とよばれた。



(出典：ロスアンデス大学 HP より)

< 参照 >

・ Los orígenes de Séneca

(<https://uniandes.edu.co/es/noticias/en-el-campus/los-origenes-de-seneca>)

・ Séneca y su nueva imagen

(<https://uniandes.edu.co/es/noticias/en-el-campus/seneca-y-su-nueva-imagen>)

## ●授業

基本的にスペイン語で授業が行われる。授業を理解するために最低 B1 レベル以上のスペイン語能力の習得を推奨される。英語で行われる授業に参加する場合は、A2 レベル以上のスペイン語能力と、B2 以上の英語能力が必要である。学期中、スペイン語の授業を受講す



るためには、スペイン語能力の高低に関わらず、ロスアンデス大学でプレイスメントテストを受験する必要がある。この授業は3単位付与される。このほか、7月にスペイン語集中講座が行われる。このほか、英語、フランス語、ドイツ語、ポルトガル語も学習できる。

また、ロスアンデス大学では留学生も体育の授業を履修できる。単位は1科目につき1単位。Aprobado(合格)または Reprobado (不合格)で評価される。科目はダンス(サルサ、ルンバ)、スカッシュ、ヨガ、空手、球技など多岐にわたる。

授業の履修登録は、学期開始日の2週間前からおこなわれる。履修登録方法については、受け入れ許可学生に対し e-mail で送られるが、以下のリンクも参照すること。

#### < 参照 >

- ・ Programa de Intercambios Estudiantes visitantes 2019  
(<https://uniandes.edu.co/internacionalizacion/sites/default/files/asset/document/Fact-sheet-est-visitantes-2019.pdf>)
- ・ Deportes  
(<https://decanaturadeestudiantes.uniandes.edu.co/index.php/es/cursos>)
- ・ 履修登録について  
(<https://registro.uniandes.edu.co/index.php/nuevos/instrucciones-para-admitidos>)

### ●学内施設

6つの図書館、24のレストラン・カフェテリアや医療サービス施設、旅行代理店、ATM、シアター、ジム、屋内プールがある。シアターではクラシックコンサートなどが行われ、基本的に学生は無料で鑑賞できる(畑さんの留学体験記参照)。ジム、屋内プールに関しては、正置さんの留学体験記を参照。

#### < 参照 >

- ・ MAPA DEL CAMPUS  
([https://campusinfo.uniandes.edu.co/images/stories/campus/Recursos\\_fisicos/mapa\\_final\\_2015-1.jpg](https://campusinfo.uniandes.edu.co/images/stories/campus/Recursos_fisicos/mapa_final_2015-1.jpg))

### ●滞在先

City U と呼ばれる学生寮がある。2016年に試験運用開始、2017年に正式に運用開始された新しい寮で、24時間体制の警備などセキュリティ対策も万全である。共有スペースにはジムや洗濯室、建物の1階と2階にはレストランも整備されている。その他、CityU内での交流イベントも行われている。部屋には、デスクライト、寝具、ハンガー、冷蔵庫、食器等が設置されている。寮費は\$6.500.000 COP (コロンビア・ペソ、約18万円) 詳細は以下のURLまたは留学体験記を参照。

<参照>

- ・ City U (<https://vivienda.uniandes.edu.co/>)
- ・ Manual de Vida en Comunidad  
([https://vivienda.uniandes.edu.co/images/docs/Manual\\_VidaenComunidad\\_2019\\_web.pdf](https://vivienda.uniandes.edu.co/images/docs/Manual_VidaenComunidad_2019_web.pdf))

## ●留学手続き

留学手続きとして、ノミネーションとアプリケーションの二つを行う必要がある。ノミネーションは筑波大学の担当事務局によって行われ、その後、自身でアプリケーションを行う。アプリケーションは所定のウェブサイトにて、必要な書類をアップロードする過程である。必要となる書類は主に留学の目的に関する書類（スペイン語）、パスポートサイズの写真、筑波大学での成績証明書、スペイン語 B2 の言語能力証明書、パスポートのコピー、筑波大学で現在履修している授業のリストなどである。その他、課程や専攻によって追加で必要となる書類がある。詳細は以下のウェブページ「2.Apply」を確認すること。筑波大学からのノミネーションがないと、アプリケーションは無効となってしまうので注意。

二つの手続きを終えた後、ロスアンデス大学から受け入れ許可が下りれば、受け入れ許可証が発送される。許可証を受け取り次第、ビザの申請手続きに移る。

筑波大学に対しては、留学届の提出・海外渡航届の提出などを行う。また、外務省に対して、オンライン在留届を提出する。在留届は海外に 3 か月以上滞在する人が提出の対象である。提出することにより、現地の最新情報がメールで配信されるだけでなく、事件・事故に巻き込まれた場合にも迅速に大使館・総領事館より支援を受けられる。

<参照>

- ・ Uniandes 留学手続き情報ウェブサイト  
(<https://uniandes.edu.co/internacionalizacion/movilidad-academica/estudiante-internacional/4-pasos/informate>)

## ●空港での出迎え

オリエンテーション等が始まる 1 週間前～数日ほど前の到着が推奨される。大学では、信頼できるタクシー会社のピックアップサービスあっせんを行っている。到着日の 5 日前に以下のリンクのフォームを記入すると到着時にタクシーを用意してもらえる。ただし費用は自己負担となる。

<参照>

- ・ Airport Pick Up Service ([https://www.e-encuesta.com/r/TI\\_DokkiOarxnDGi6ll0HA/](https://www.e-encuesta.com/r/TI_DokkiOarxnDGi6ll0HA/))

## ●オリエンテーション

通常、学期開始日の一週間前から行われる。詳細はロスアンデス大学からの案内を参照すること。



## ●チューター制度

“Hermanos Sin Fronteras”というロスアンデス大学の留学生サポートグループがある。留学に関する手続きや市内の情報などを共有してもらえる。Uniandes アカウントを取得後参加できる。

<参照>

・ Hermanos Sin Fronteras

(<https://uniandes.edu.co/internacionalizacion/movilidad-academica/hermanos-sin-fronteras>)

・ FB ページ

(<https://www.facebook.com/groups/HermanosSinFronteras/>)

## ●Uniandes account の取得と学生証の発行

留学許可後、Uniandes アカウントがメールにて付与される。今後 Uniandes メールにて、ロスアンデス大学とのやり取りが行われるため、Uniandes メールをアクティベートする必要がある。また、学生証は自動発行されず、大学側に書類（ビザのコピーと登録フォーム）を別途メールにて送る必要がある。学生証の発行に 2 週間はかかるため、交換留学生は、最初の 3 週間のみ、留学許可証とパスポートのコピーで大学内に入ることができる。大学側はスムーズに学生証を発行するため、オリエンテーション週間の前に学生証申請書類の提出を推奨している。

## ●ビザ

**学生ビザが必要。**郵送で対応してもらえるとのことだが、必要書類等を事前に在日コロンビア共和国大使館に確認すること。

<在日コロンビア共和国大使館・領事館>

〒141-0021

東京都品川区上大崎 3-10-53 2F

電話：03-3440-6491

FAX：03-5791-4838

3 か月以上の滞在を許可されたビザを所持する外国人は入国後 15 日以内に外務省特別入管局に**外国人登録**をすることが必要。入国後、住所変更や職業などに変更があった場合は変更後 15 日以内に速やかに届け出る（届け出ないと罰金刑がかせられる）。外国人登録後、外国人登録証が発行される。登録証発給申請時に帰国費用を負担できることを証明する証明書の提示が必要となる。

<参照>

- ・外務省海外安全ホームページ\_安全対策基礎データ\_コロンビア\_滞在時の留意事項  
([https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure\\_248.html](https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure_248.html))

また、日本からコロンビアへの直行便はないため、アメリカを経由して渡航する場合は **ESTA が必要**となる。ESTA が承認されていない場合、アメリカに滞在するしないに関わらず、航空機への搭乗を拒否される可能性があるので注意する。ESTA はオンラインで申請をする。2 年間有効だが、パスポートが 2 年以内に切れる場合パスポートの有効期限が失効日となる。費用は\$14。ESTA が承認されるまで数日かかるため、少なくとも渡航の 72 時間以上前に申請すること。

ESTA 公式申請サイトに類似した申請代理ウェブサイトが複数存在する。手続き方法は公式サイトと変わらない割に、\$70 近く取られるため推奨しない。在日米国大使館・領事館ウェブサイトから、ESTA 公式サイトのリンクが掲載されているのでそこから飛ぶとわかりやすい。

<参照>

- ・在日米国大使館・領事館\_ESTA (エスタ) 申請  
(<https://jp.usembassy.gov/ja/visas-jp/visa-waiver-program-jp/esta-information-jp/>)

## ●保険

渡航前にならず、コロンビアおよび旅行先での滞在期間を保障する長期滞在向け海外旅行保険に加入すること。スリ、置き引きなどのリスクも高いため、携行品保障の内容を確認すること。

## ●治安

コロンビアでは、強盗被害や置き引き、スリ等の被害が発生している。ほとんどの場合、犯人は武器を所持し、かつ複数である場合が多いので、**万が一被害にあった場合は抵抗することなく、相手の指示に従うこと**。ロスアンデス大学のあるボゴタ市内では、旧市街における被害が多く報告されている。こうした犯罪被害にあわないために、以下のことに注意する。

- 単独での行動を避ける。
- 移動する場合には、高価な装飾品及びスマートフォン等を表に出さず、交通量の多い所を選ぶ。
- 貧困地域には不用意に立ち入らない。
- 不必要な夜間の外出を避け、また、やむを得ず夜間外出する場合は車を利用し、徒歩での外出は避ける。
- 路上で強盗に遭遇した場合には、大声で騒ぐことなく、冷静に相手の指示に従う。

- 空港など不特定多数の人が集まる場所では、常に狙われていることを認識する。
  - 手荷物からは目を離さず、貴重品は肌身離さず所持する。
  - 宿泊場所は、料金が高くても安全な場所を選ぶ。
  - 住宅を選ぶ際は、戸建てより常時警備員付きのアパートタイプがより安全である。
- (外務省海外安全ホームページより)

現地では、自分自身が「目立ちやすいこと」を常に意識すること。取られて困るものは持ち歩かない、もっていかないことが大切。どうしても必要な場合は、セキュリティポーチやバッグの底にいれるなど、取られにくい工夫をすることが大切である。

<参照>

- ・外務省海外安全ホームページ\_安全対策基礎データ\_コロンビア  
[\(https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure\\_248.html\)](https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure_248.html)

## ●その他気を付けたいこと

- ・**写真撮影**：軍事関係施設を無断で撮影すると、特段の理由がなくても拘禁の上、写真撮影の目的が明確になるまで徹底的に調査される。美術館などでも撮影が禁止されている場所もあるので、事前にチェックすること。一般人を撮影すると撮影料を請求され、トラブルにつながることもあるので注意。政府の閣僚や要人の私邸などにカメラを向けることも、誘拐関与を疑われたり、武装兵士の威嚇を受けたりする可能性もあるので注意する。
- ・**外出禁止令・禁酒令**：都市ごとに夜間外出禁止条例があったり、大きなイベントが予定されているときには禁酒令が発令されたりするので注意すること。

<参照>

- ・外務省海外安全ホームページ\_安全対策基礎データ\_コロンビア  
[\(https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure\\_248.html\)](https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure_248.html)

## ●予防接種

コロンビア渡航時に義務となる予防接種は無いが、推奨される予防接種は**黄熱・破傷風・A型肝炎・B型肝炎・狂犬病**である。

- ・**黄熱**：蚊によって伝搬されるウイルス感染症。日本でのワクチン接種は検疫所やトラベルクリニックなど、限られた場所で行われている。**黄熱ワクチン接種後 28 日間**は他の**予防接種を受けることができない**。2017 年 4 月以降、ブラジル、アンゴラ、コンゴ民主共和国及びウガンダよりコロンビアに入国する場合、有効な黄熱予防接種証の提示を求められることとなり、所持していない場合は入国を拒否



される場合があるので、旅行の予定がある場合は注意すること。

(外務省海外安全ホームページ\_安全対策基礎データ\_コロンビア\_出入国審査：

[https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure\\_248.html](https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure_248.html))

- ・ **破傷風**：土壌内の破傷風菌がうつることによってかかり、口や手足のしびれが起こる病気。前回の破傷風ワクチン接種から **10 年を過ぎた場合、再度接種を推奨する**。  
なお、動物にかまれた場合、狂犬病ワクチンと破傷風ワクチンの接種が必要である。
- ・ **A 型肝炎**：A 型肝炎ウイルスによる一過性の感染症。糞便から排泄されたウイルスが水・氷・青果物・魚介類を媒介し口に入ることによって感染する。日本でのワクチン接種は、2～4 週間の間隔で 2 回接種する。約半年後に 3 回目の接種をすると免疫が強化され、5 年間有効と言われる。衛生状態の悪い地域では、十分に加熱処理された飲食物を摂取する。
- ・ **B 型肝炎**：B 型肝炎ウイルスに感染することにより発症する。このウイルスは人から人へうつり、主に、患者との性行為やウイルスに汚染された医療器具の使用により感染する。母子感染や水平感染（父子感染・保育園感染）等のリスクも高い。B 型肝炎ワクチンは 4～6 か月の間に 3 回の接種を行う。ワクチン接種により、B 型肝炎のみならず、肝臓がんをも予防できる。
- ・ **狂犬病**：哺乳動物から感染する人畜共通感染症。発症するとほぼ 100%の死亡率となる。ウイルスは、感染動物の唾液に含まれ、咬まれたり、傷口・粘膜をなめられたり、爪でひっかかれたりすることで神経系の細胞に感染する。コロンビアでは 2000～2012 年までに 35 人が感染し死亡している。うち 22 例がコウモリから猫を通じて人に感染しているため、**野良犬・野良猫やその他野生動物への接触は控える**。狂犬病ワクチンには暴露（咬傷）前接種及び暴露後接種の 2 つの接種方法がある。日本での暴露前接種は、0 日、28 日、180 日の 3 回接種である。一方、日本での暴露後接種は、0 日、3 日、7 日、14 日、28 日、90 日の 6 回である。ワクチンの生産地や国によって接種方法が異なるので確認が必要である。
- ・ **ワクチン接種できる病院**：黄熱ワクチン以外はつくば市内の病院でも接種可能。都内にはトラベルクリニックや黄熱ワクチンを含め摂取できる病院もある。  
接種に関しては事前に予約が必要などが多く、接種可能な日にちやワクチンの在庫に限りがあるため、計画的かつ早めに病院に連絡を取るようにする。

<参照>

- ・外務省\_世界の医療事情\_コロンビア

([https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/cs\\_ame/colombia.html](https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/cs_ame/colombia.html))

- ・FORTH\_コロンビア・ベネズエラ・スリナム

(<https://www.forth.go.jp/destinations/country/colombia.html>)

## ●その他気を付けたい疾病

### ・高地障害・高山病

ロスアンデス大学のある首都ボゴタは、標高 2600 メートルと高地にあるため、高地障害を発症しやすい。地上で血液の酸素飽和度約 100%の人がボゴタでは 94%前後のことが多い。酸素飽和度が 90%に近付くとかなり苦しくなってくるため、その場合は酸素吸入が必要。高地は乾燥し、脱水になりやすいのでこまめに水分を摂取する。3000 メートルを超えると高山病を発症しやすくなるので注意する。脳内の低酸素状態を改善するダイアモックスの摂取も有効な手段だが、根本的な治療は酸素吸引または低地に降りること。

下記のウェブページに、医療機関等の情報および高山病に関する情報が載っているので確認すること。

<参照>

- ・外務省\_世界の医療事情\_コロンビア

([https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/cs\\_ame/colombia.html](https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/cs_ame/colombia.html))

- ・FORTH\_高地で気分が悪くなったら-高山病

(<https://www.forth.go.jp/useful/attention/23.html>)

## ●健康上心がけたいこと

### (ア) 大気汚染

大気汚染は人口の多い大都市で問題になっています。ボゴタ、メデジン、カルダス(Caldas)、サバネタ(Sabaneta)、イタグイ(Itagui)などです。特にボゴタは人口が 800 万人を越え車両が年々増えており排気ガスによる汚染が問題となっています。大気汚染の指標となる PM2.5 (<10 マイクロ立方メートル) PM10 (20 マイクロ立方メートル) の値に注目してください。大気汚染による人体への症状は目が痒い、咳、喘鳴(ゼイゼイ)、咽頭違和感、浅い呼吸などです。長期滞在の場合には肺、心臓循環器系に影響が出る場合があります。上記症状が続く場合には大気汚染疑ってください。

参考:IAMAT Country health Advise Colombia General Health Risks: Air Pollution2016

### (イ) 紫外線

コロンビアは赤道に近く全土で強い紫外線にさらされます。特にボゴタは紫外線指数が 10 から 11 で最高値です。メデジンでは紫外線指数が 9 で皮膚と目を保護する必要があります。長時間屋外で活動する場合は長袖、長ズボン、帽子、紫外線カットのサングラスを着用ください。参考:UV Index Scale 弱い (1) から強い (11) まで。

(<https://www.epa.gov/sunsafety/uv-index-scale-1>)

### (ウ) 熱帯雨林地域

南部の Amazonas 県近隣地域はマラリアなど感染症の宝庫です。僻地のため正確な感染の状況が得られていません。自己対応が必要です。熱帯雨林では昆虫媒介感染症が多いので、長袖・長ズボンの着用や虫除、宿泊は密封性の高い部屋に泊まるか蚊帳の利用をお勧めします。

### (エ) 自然災害

災害は洪水、地滑り、地震、火山噴火、台風です。死亡者は、地滑り 39%、地震 29.2%、洪水 12%、鉄砲水 10.5%、その他、火事 3.7%の順です (EMDAT 1990 - 2014)。洪水、地滑りは 4 月と 11 月の雨季に多くバウド山脈、アンデス山脈の間を走る Magdalena 川、Cauca 川流域、南部の熱帯サバンナ、カリブ海側で発生しています。昨年 (2017 年 4 月) ペルー、エクアドル国境に接する Putumayo 県 Mocoa で大雨が降り 254 人が犠牲になっています。雨季の時期にご注意ください。都市部では自然災害に巻き込まれることは少ないようです。大使館のホームページなどに注目してください。

### (オ) 薬物中毒など

世界で消費されるコカインの半分以上がコロンビアで作られていると言われています。コカ葉 (コカインの原料) の違法栽培面積は、2017 年には 18 万ヘクタールを超え生産され過去最高に達しています。違法の薬物生産は麻薬組織やゲリラが関与しており 8 万 2,000 人の農家がコカ葉の栽培に従事していると目されています。薬物の密売が簡単に行われていますが、それだけに見つかりと刑罰が厳しく 10 年以上の収監刑務所を余儀なくされます。日本で市販されている風邪薬の中には咳止め成分などには、国によって薬物取り締まりの規制対象になっているものもありますので、パッケージのまま持参する、常用しているお薬、風邪薬などを持ち込む場合はバラで所持せず医師の処方箋などを英語で書いて持参してください。

### < 参照 >

・外務省\_世界の医療事情\_コロンビア

([https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/cs\\_ame/colombia.html](https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/cs_ame/colombia.html))

## ●通貨・両替

- ・通貨：コロンビア・ペソを使用する。1 ペソ=約 0.03 円。
- ・両替：日本円から直接ペソに両替することはほとんど不可能。日本で円を米ドルに両替し、コロンビアで、米ドルからコロンビア・ペソに両替する。空港やホテル、両替所で両替できるが、パスポートの提示が必要となる。両替時にはできる限り、細かい紙幣をもらうこと。また、偽札が紛れ込んでいる場合もあるので注意すること。デビットカードがあれば、市内の ATM で現金をおろせるが、警備員のいる銀行内の ATM を選ぶこと。利用する場合は、日中かつ人通りの多いところを選ぶこと。



## ●専攻リスト

<学部>

| ▼ 学部              | ▼ Pregrado                                         | ▼ |
|-------------------|----------------------------------------------------|---|
| 1 行政              | Administración                                     |   |
| 2 人類学             | Antropología                                       |   |
| 3 建築              | Arquitectura                                       |   |
| 4 芸術              | Arte                                               |   |
| 5 生物              | Biología                                           |   |
| 6 政治科学            | Ciencia Política                                   |   |
| 7 国際会計            | Contaduría Internacional                           |   |
| 8 法学              | Derecho                                            |   |
| 9 デザイン            | Diseño                                             |   |
| 10 経済学            | Economía                                           |   |
| 11 哲学             | Filosofía                                          |   |
| 12 物理学            | Física                                             |   |
| 13 気球化学           | Geociencias                                        |   |
| 14 政府・パブリックアフェアーズ | Gobierno y Asuntos Públicos                        |   |
| 15 歴史             | Historia                                           |   |
| 16 美術史            | Historia del Arte                                  |   |
| 17 環境工学           | Ingeniería Ambiental                               |   |
| 18 生物医学工学         | Ingeniería Biomédica                               |   |
| 19 土木工学           | Ingeniería Civil                                   |   |
| 20 食品工学           | Ingeniería de Alimentos                            |   |
| 21 システム・コンピュータ工学  | Ingeniería de Sistemas y Computación               |   |
| 22 電子工学           | Ingeniería Eléctrica                               |   |
| 23 エレクトロニクス工学     | Ingeniería Electrónica                             |   |
| 24 産業工学           | Ingeniería Industrial                              |   |
| 25 機械工学           | Ingeniería Mecánica                                |   |
| 26 化学工学           | Ingeniería Química                                 |   |
| 27 言語・文化          | Lenguas y Cultura                                  |   |
| 28 芸術             | Licenciatura en Artes                              |   |
| 29 自然科学           | Licenciatura en Ciencias Naturales                 |   |
| 30 社会科学           | Licenciatura en Ciencias Sociales                  |   |
| 31 幼児教育           | Licenciatura en Educación para la Primera Infancia |   |
| 32 人文学            | Licenciatura en Humanidades                        |   |
| 33 数学             | Licenciatura en Matemáticas                        |   |
| 34 文学             | Literatura                                         |   |
| 35 数学             | Matemáticas                                        |   |
| 36 医学             | Medicina                                           |   |
| 37 ミクロ生物          | Microbiología                                      |   |
| 38 音楽             | Música                                             |   |
| 39 デジタルナラティブ      | Narrativas Digitales                               |   |
| 40 心理学            | Psicología                                         |   |
| 41 化学             | Química                                            |   |

<修士>

| ▼ 修士               | ▼ Maestrías                                         |
|--------------------|-----------------------------------------------------|
| 1 行政               | Administración                                      |
| 2 人類学              | Antropología                                        |
| 3 建築               | Arquitectura                                        |
| 4 情報技術アーキテクチャ      | Arquitecturas de Tecnologías de Información         |
| 5 造形美術・電子アート・現代アート | Artes Plásticas, Electrónicas y del Tiempo          |
| 6 コンピュータ生物学        | Biología Computacional                              |
| 7 政治科学             | Ciencia Política                                    |
| 8 物理科学             | Ciencias Física                                     |
| 9 生物科学、生物とミクロ生物学   | Ciencias Biológicas, áreas:Biología y Microbiología |
| 10 平和構築            | Construcción de Paz                                 |
| 11 法学              | Derecho                                             |
| 12 国際法             | Derecho Internacional                               |
| 13 私法              | Derecho Privado                                     |
| 14 行政管理のための公法      | Derecho Público para la Gestión Administrativa      |
| 15 司法管理、政府、法律      | Derecho, Gobierno y Gestión de la Justicia          |
| 16 デザイン            | Diseño                                              |
| 17 生産プロセス設計        | Diseño de Procesos y Productos                      |
| 18 経済              | Economía                                            |
| 19 応用経済            | Economía Aplicada                                   |
| 20 教育              | Educación                                           |
| 21 教育（イバゲキャンパス）    | Educación Ibaguè                                    |
| 22 数学教育            | Educación Matemática                                |
| 23 疫学              | Epidemiología                                       |
| 24 古典研究            | Estudios Clásicos                                   |
| 25 文化研究            | Estudios Culturales                                 |
| 26 開発に関する学際的研究     | Estudios Interdisciplinarios sobre Desarrollo       |
| 27 国際研究            | Estudios Internacionales                            |
| 28 哲学              | Filosofía                                           |
| 29 ファイナンス          | Finanzas                                            |
| 30 ジェンダー           | Género                                              |
| 31 地理              | Geografía                                           |
| 32 環境管理            | Gerencia Ambiental                                  |
| 33 開発実践と管理         | Gerencia y Práctica del Desarrollo                  |
| 34 サプライチェーン管理      | Gestión de la Cadena de Suministro                  |
| 35 技術イノベーション管理     | Gestión de la Innovación Tecnológica                |
| 36 建築プロジェクトの戦略的管理  | Gestión Estratégica de Proyectos de Arquitectura    |
| 37 公共管理            | Gestión Pública                                     |
| 38 歴史              | Historia                                            |
| 39 美術史             | Historia del Arte                                   |
| 40 デジタル人文学         | Humanidades Digitales                               |

| ▼ 修士                 | ▼ Maestrías                                       |
|----------------------|---------------------------------------------------|
| 41 環境工学              | Ingeniería Ambiental                              |
| 42 生物医学工学            | Ingeniería Biomédica                              |
| 43 土木工学              | Ingeniería Civil                                  |
| 44 情報工学              | Ingeniería de Información                         |
| 45 石油工学              | Ingeniería de Petróleos                           |
| 46 システム・コンピュータ工学     | Ingeniería de Sistemas y Computación              |
| 47 ソフトウェア工学          | Ingeniería de Software                            |
| 48 電子工学              | Ingeniería Eléctrica                              |
| 49 エレクトロニクス・コンピュータ工学 | Ingeniería Electrónica y de Computadores          |
| 50 産業工学              | Ingeniería Industrial                             |
| 51 機械工学              | Ingeniería Mecánica                               |
| 52 化学工学              | Ingeniería Química                                |
| 53 意思決定に関する分析工学      | Inteligencia Analítica para la Toma de Decisiones |
| 54 文学                | Literatura                                        |
| 55 数学教育              | Matemáticas                                       |
| 56 市場                | Mercadeo                                          |
| 57 音楽                | Música                                            |
| 58 移動可能な文化遺産         | Patrimonio Cultural Mueble                        |
| 59 報道                | Periodismo                                        |
| 60 都市・地方計画           | Planificación Urbana y Regional                   |
| 61 公共政治              | Políticas Públicas                                |
| 62 知的財産              | Propiedad Intelectual                             |
| 63 心理学               | Psicología                                        |
| 64 化学                | Química                                           |
| 65 法規制               | Regulación                                        |
| 66 公衆衛生              | Salud Pública                                     |
| 67 情報セキュリティ          | Seguridad de la Información                       |
| 68 社会学               | Sociología                                        |
| 69 ビジネスのための情報テクノロジー  | Tecnologías de Información para el Negocio        |
| 70 税収                | Tributación                                       |
| 71 国際金融              | Internacional en Finanzas                         |

<博士>

| ▼ 博士               | ▼ Doctorados                                  | ▼ |
|--------------------|-----------------------------------------------|---|
| 1 行政               | Administración                                |   |
| 2 人類学              | Antropología                                  |   |
| 3 政治科学             | Ciencia Política                              |   |
| 4 生物               | Ciencias-Biología                             |   |
| 5 物理               | Ciencias-Física                               |   |
| 6 化学               | Ciencias-Química                              |   |
| 7 法学               | Derecho                                       |   |
| 8 経済学              | Economía                                      |   |
| 9 教育学              | Educación                                     |   |
| 10 開発に関する学際的研究     | Estudios Interdisciplinarios sobre Desarrollo |   |
| 11 哲学              | Filosofía                                     |   |
| 12 テクノロジーイノベーション管理 | Gestión de la Innovación Tecnológica          |   |
| 13 歴史学             | Historia                                      |   |
| 14 工学              | Ingeniería                                    |   |
| 15 文学              | Literatura                                    |   |
| 16 心理学             | Psicología                                    |   |



## 留学体験記①

「アウェー度」の高い環境と短期研修での経験からコロンビア留学を決めた畑さんと、高校生の時から中南米に関心を持ち続け2度のコロンビア留学を経験した正置さんのおふたりから、ご自身の留学経験を共有していただきました。

- ◆ 氏名: 畑直行
- ◆ 所属: 社会・国際学群/国際総合学類/文化人類学専攻(2020年3月卒業)
- ◆ 留学先国名: コロンビア共和国
- ◆ 留学先大学名: ロスアンデス大学
- ◆ 留学期間: 2018年1月～2019年1月(留学開始時:国際総合学類3年次)
- ◆ プログラム名: 持続的な社会の安全・安心に貢献するトランスパシフィック協働人材育成プログラム
- ◆ 利用した奨学金: JASSO(プログラム付帯)

### -留学のきっかけは？

海外に長期滞在することには関心があったものの、「外国でどうしても勉強したいこと」があるわけではなかったこと、外国語で学ぶとインプットもアウトプットも質が落ちることから、大学2年の秋頃までは留学に行くつもりはなかった。しかし留学生や留学帰りの先輩らと話すうちに、「海外の特定地域に長期滞在し、かつ大きなコミュニティに属することでこそ得られる様々な機会を享受するための一つの手段」として留学は有用であると考えようになり、検討することにした。

次に、なるべく日本と異なる、かつアウェー度の高い環境を選びたいと考える中で、中南米という選択を意識した。中南米における交換留学先候補は他にもあったが、主観的幸福度に関心があり、貧富の格差や高い犯罪発生率など様々な問題を抱えているにもかかわらずいくつかの統計において例年トップレベルの主観的幸福度や生活満足度をマークしているコロンビアに特に興味を惹かれた。

そして偶然にも大学のコロンビア短期研修に参加する機会をいただいたことで実際に現地に3週間ほど滞在した結果、そこで生活してみたいとワクワクする自分がいた。日本と大きく環境が異なりアウェー度が高い(アジア人自体がほとんどいない)という要素に加えて、様々な学生がいる大規模な総合大学、レベルの高い名門大学(=学生の質が高い)、様々な機会が得られる都会、気候の快適さ、生活しやすい物価、自由度の高い履修制度などといった予め考えていた条件にも適合していたため、迷いなく留学先として決定した。

## -留学中の 1 日のスケジュール

### ●平日(1学期目)

- ・7 時過ぎ起床
- ・8 時頃に教室へ行き留学生向けのスペイン語学習の授業、キャンパス内でスペイン語学習(文法や単語)
- ・昼には 1 人もしくは友人らと昼食、体育の授業、スペイン語学習やパソコン作業
- ・夕食、交流・趣味
- ・1 時頃就寝

※スペイン語を学ぶ基礎的な授業は確か 80 分×週 4 だった。また、1学期目は体育を週に 6 科目履修していた。

### ●休日

- ・8 時頃起床
- ・キャンパス内やカフェでスペイン語学習やパソコン作業
- ・街を散策、交流・趣味
- ・1 時頃就寝

## -留学に行くまでの準備

### ●各種書類提出(グローバルコモンズの職員の皆様のご協力のもと)

### ●スペイン語自主学习

単語アプリで基本的な単語、文法書で基礎の基礎をぼんやり頭に入れる

### ●在日本コロンビア大使館にてビザ申請(電話・郵送)

### ●給付奨学金申請手続き

### ●履修登録(短期研修で知り合った学生らにサポートしてもらった)

### ●海外保険等の加入(渡航にあたっての義務。日本で代理店に何度か赴いた)

### ●予防接種:黄熱、A 型肝炎、B 型肝炎、狂犬病、破傷風/渡航にあたっての義務。間隔を空けて摂取する必要があるので渡航の半年前には開始すべき。計 10 万円ほど。他の国ならもっと安く済ませることができたりする。基本的につくばメディカルセンターで摂取可能だが黄熱は不可なので東京駅周辺もしくは空港にて。

### ●留学出発前に日本のアパート引き払い

家具家電はウェブサービスも活用しつつ廃棄・譲渡・売却・貸与)

など

### -留学準備・留学中のかかった費用

#### ●留学準備:18 万円程度

(うち予防接種が約 10 万円、海外保険関係が約 6 万円。往復航空券はプログラム支給につき含まず)

#### ●留学中:合計で 120 万円以上(多い順に旅費、食費(自炊なし)、宿泊費、日用品、雑貨類、交通費。旅行せずに自炊すれば遥かに安く済ませられる)

### -留学先大学内の様子

キャンパスは広くて開放感があり、学食は豊富で、体育施設や自習スペースは非常に充実しており、整備が行き届いている。現代的な建物と石造りの古風な建物が共存している。丘に沿った立地であるため学内でもかなり標高差があり、建物外の階段を上り下りする機会が多い。音楽や芸術を含む様々な学部があり、エリア毎に特色が感じられる。クライミング施設やビデオゲームルーム、クラシックコンサートなどのイベントが毎日のように開催されるシアターも(学生は基本無料で鑑賞可能)。帰国する頃には日本センターなるものが完成した。

学生証で改札の認証をクリアしなければキャンパスには入構できず、内外に警備員が巡回している。学生はコロンビアトップレベルの富裕層がほとんどであり、治安は良好。

### -食事について

富裕層向けの私立大学なので学食や大学近辺のレストラン等は比較的料金が高いが、基本的に日本よりは安い。一般的なローカルレストランなら 300 円足らずで腹を満たせる。また、路上で売られているピザや揚げ物などは安くて旨いため日常的に食した。あとはスーパーで既製品を買うか路上や店で外食。物価が安いので自炊はほとんど全くなかったが、学生寮 CityU には各部屋にキッチンスペースがあるので利用できる。オススメの食事はチーズ入り arepa(コロンビア伝統の薄焼きパン)、bandeja paisa(お米、牛肉のそぼろ、豆、チヨリソー、目玉焼きなどのプレート)、大学の横にある saudade というお店の empanada(具入りパン)。

### -滞在先の寮・アパートなどの様子



1学期目に住んでいた**学生寮 CityU** は大学から徒歩数分のところにある三棟の高層ビルで、それぞれ約 30 階建て。寮生は認証済みの学生証を改札でかざして入る。24 時間対応のフロントが設置されており、門限はない。周辺の治安が良くないこともあって建物内外で警備員が巡回するなど**セキュリティは強い**。

2 人 1 部屋だが鍵付きの個室があり(写真)、共有スペースにはシャワーとトイレ、キッチンとテーブル・チェアと冷蔵庫が、大きめの窓付きの個室には学習机と椅子とベッドと本棚 2 つとクローゼットがあり、狭くも広くもないと感じた。週に一度スタッフが清掃に入る。

施設内はスポーツジムや卓球等のスペース、自習室やグループワーク室、映画鑑賞ルームなど充実している。各部屋には洗濯機はないが、有料のランドリールームがある。寮生の多くはいくつかの大学の留学生で、寮生向けのパーティイベントやヨガ教室などがよく開催される。

CityU は 2017 年頃に完成したこともあり、全体的に清潔である。CityU の 1-2 階には誰もがアクセスできるレストランやスーパー、ドラッグストアや電子端末ショップなどもある。観光客が多く訪れる旧市街のすぐそばに位置し、徒歩数分圏内には主要なバスターミナルがあった。立地は最高クラスだろう。家賃は当時コミコミで 22000 円/月。(その後値上がりしたと聞く)

## -現地での印象深い出来事



留学開始から 1 ヶ月が経った頃、市街を勢いよく走っていたらひったくりなどと勘違いされ警備員 4 人とそれぞれが引き連れた大型犬に囲まれて取調べを受けた。解放されたとき、集まった人だかりの中から声を掛けてきた他大学の学生やその友人らとその後仲良くなって一緒に出かける仲になり、長期休暇の際には辺境の地にある彼らの故郷を二度訪問・ホームステイした。

他にも、街の ATM で並んでいるとき、路上パフォーマンスをしているときなど、ちょっとした出逢いから様々な人々に自宅に招かれたり一緒に旅行したりと、小さな縁がその後意味を持つことが滞在中は多く、総じて印象に残っている。体調を崩したときはそのように出逢って懇意にしていたとある家族が知らぬ間に滞在先に遙々やってきてフルーツなどの差入れをしてくれるなど、人々のホスピタリティを感じる機会が多く、それらも印象的だった。これもアウェイ環境であることの長所だろう。



### -留学先でオススメの場所



↑モンセラテの丘(写真は上の方から見下ろした景色)

ロスアンデス大学の背後にあり、歴史的に意義深く、ボゴタのシンボリック存在となっている。頂上には教会や商業施設が並び、ロープウェイまたは徒歩で登ることができる。ボゴタの街の標高は 2600m だが頂上は約 3200m であるため、高山病に注意。

### -留学中に起きたハプニングや失敗談

- 交通渋滞による遅刻
- 体調不良
- 食あたり
- 旅行先のホステルで、ロッカーの南京錠が破壊されて現金を奪われる
- 現地の人に執拗に絡まれてトラブルになり、やってきた警察官 2 名に罰金という名目で何故か 7 万円ほど払わされそうになる(払わずに済んだそうです)

### -現地での出金方法

渡航にあたって家族から貰ったお金と毎月振り込まれる給付奨学金を ATM からデビットカードで下ろすかカード決済。(クレジットカードのキャッシング機能は学生なら少額もしくはついていない場合もあるので、事前にデビットカードを作っておくことを勧める)

### -治安について

- 人混みではポケットやリュックから所持品を奪われないように常に意識する  
(ひとつのポケットに全てまとめるなど)
- 華美な服装や装飾品を身に付けない
- 切り裂かれにくい素材のリュックを使用する
- 後ろをちょくちょく振り返りながら歩く
- つけられていると感じたら道の脇に立ち止まってやり過ごす
- いざという時には走って逃げられるようになるべく軽装で過ごす

### -日本から持って行って良かったもの・あればよかったなと思ったもの

- 持って行ってよかったもの  
スペイン語の様々な教材、コロコロ(衣類からゴミを取るアレ)
- あればよかったなと思ったもの  
より様々なスペイン語教材、爽快度の強い目薬、日本の様々なお土産
- 持っていなくてよかったなと思うもの  
日本の書籍(結局ほとんど読まなかった)

### -留学を通しての感想・留学を考えている人へのアドバイス

難しいが、あえて一言で言うなら差し詰め「ヒヤホウウァッ!!!」といったところだろうか。もちろん楽なことばかりではなかったが、出逢い・ドラマ・感動の繰り返しの中で、時には感情を掻き乱されつつ、様々なことを感じ、思い、考え、気づき、学び、己の価値観に磨きをかけることができた。もっとこうしていればという反省は振り返れば多々あるが、当時の自分なりに、オープンマインドで様々なことにトライし、偶然に身を委ねることを楽しみ、視野や可能性を拡げることができたと感じている。

変わりうるものと認識しながらも、自分の中で留学はどのような意義を持ちうるか、現地で具体的に何をしたいのかを、今の自分なりにしっかりと言語化した上で臨むことを勧める。多くの人は「周りが行っているから」「今しか行けないから」「なんとなく」留学するが、後付けでもいいから目的意識がしっかりしていた方が現地で得られる気づきや学びの期待値は当然高くなる。現地でどう過ごしたいかにもよるが、やるべきことをやりつつオープンマインドでいれ

ば、自ずと道が拓けて学びや刺激が増す。フレンドリーでオープンマインドな人が多いので、外向性が低い人は疲弊して早く帰りたくなるかもしれないので注意が必要。(実際精神を病んでいる人もいた)また、語学学習は可能性を拡げるためにも早めに取り掛かることを勧める。言うまでもなく可能性の拡がり方が違う。

## 留学体験記②

- ◆ 氏名:正置彩花
- ◆ 所属: 比較文化学類
- ◆ 留学先国名: コロンビア共和国
- ◆ 留学先大学名: ロスアンデス大学
- ◆ 留学期間: …①2017年8月～2018年1月  
②2018年8月～2019年6月  
(留学開始時:比較文化学類2, 3, 4年次)
- ◆ プログラム名:持続的な社会の安全・安心に貢献するトランスパシフィック協働人材育成プログラム
- ◆ 利用した奨学金:1回目→JASSO(プログラム付帯)  
2回目→はばたけ! 筑大生(学内公募)

### -留学のきっかけは？

短期研修で行って楽しかったからです。

高校生の時に1年間メキシコに留学しました。そのため、大学生になっても中南米と関わりを持ちたいと思っていました。一年生の春休みで世界展開力事業の短期プログラムがあり、その時はたまたまコロンビアでした。正直なところ、コロンビアについての知識はあまりありませんでした。麻薬や内戦など危険なイメージが一般的に強いですが、私はなぜか「(中南米では)発展していてカッコよさそうな国」というイメージを持っていました。

実際に短期プログラムで行くと、大学はかなり先進的で、BRTというバスと電車の間みたいな乗り物もある一方で、旧市街はコロニアル建築が残り、思っていた通り「カッコいい国」でした。また、受け入れ大学の学生が、私たち日本人学生が来たことを本当に喜んでくれて、色々なところに連れて行ってくれたり、パーティーをしてくれたりしました。

そのため、長期で行く時も、既に友達もいて大学の様子も分かっていて安心だったので、コロンビアにしました。

最初は、半年のプログラムで行きました。しかし、実はスペイン語に自信がなくて芸術の実技系の授業ばかり履修していました。そのため、1か月くらい経った頃から、コロンビアで自分の専門のことを学びたいと思うようになりました。また、友達もできて、ホストファミリーとも仲が良かったので、毎日が楽しかったです。そのため、もう一回コロンビアに来たいと思い、さらに1年留学しました。

### -留学中の1日のスケジュール

コロンビアは、意外にも(驚くほど)朝が早いです！1時間目は、6:30 から始まります。もちろん、その時間に授業を入れないことも出来ます。私は、どうしても取りたい授業があったので、週3で 6:30 から大学に行っていました。その代わりに、早いときは 12:00 に帰る日もありました。逆に、遅い授業もあります。学部だと 18:20、マスターだと 20:00 まで授業があることもあります。

休み時間は、課題をしたり、友達とあったり、ジムに行ったりしていました。コロンビアはジム文化が広がっていて、ジムに通う人が多いです。ロスアンデス大学のジムは 7:00~20:00 まで空いていて、学生なら自由に入ることができ、設備はかなり充実しています。また、サルサやヨガなどのクラスもあったので、たまに行っていました。

お昼ご飯は友達と食べるか、早く授業が終わる日には家に帰って食べることもありました。大学の周りは学生向けのレストランが多くあるので、ご飯に困ることはないと思います。カフェも多く、ランチしてデザートなど、リッチな生活をしていました。

休日は、一日は課題、一日は友達と出かける、というパターンが多かったです。課題は多い大学なので、単位を取りたければ真面目に勉強しないといけません。遊ぶときは、自転車に乗ったり、モールにブラブラしたり、家で映画みたりという感じでした。金曜日の夜は、パーティーに行く日もありました。パーティーは夜 10 時頃に始まり、朝 3 時頃に終わるので、土曜日の午前中は寝るだけで潰れます(笑)。

### -留学に行くまでの準備

#### ▶留学に関連する筑波大学で受講した授業

上級スペイン語の授業を取っていました。レポートの書き方や長い文章に慣れるので良いと思います。

#### ▶ビザ・留学手続き関連

スペイン語の情報、日本語の情報、英語の情報で言っていることが違って困りました。直接コロンビア大使館に電話して、必要書類のリストを送ってもらいました。すべて郵送でやり取りしたので、コロンビア大使館に行くことはなかったです。

#### ▶予防接種

外務省の HP にリストがあります(上記の「予防接種」の項目を参照)。私は、狂犬病はつくば・竹園で、黄熱病は東京で受けました。

#### ▶奨学金

一回目は、プログラムについて JASSO だったので、特に準備はありませんでした。二回目は、公募の「はばたけ！筑大生」だったので、志望理由書や留学計画書などを準備しました。落ちるのが不安だったので、先生や先輩に何回も添削してもらいました。

### -留学準備・留学中のかかった費用

- 留学準備：予防接種(¥20,000)、ビザ申請料(¥1,000)、飛行機(¥250,000)
- 留学中：ホームステイ(3食付)(¥35,000／月)、交通費(¥5000／月)、その他(¥20,000～30,000)旅行は¥20,000～50,000あれば十分できます。

### -ロスアンデス大学内の様子

大学はとても綺麗で居心地が良い空間です。広場やベンチ、ハンモックなどが置かれてるスペースが多く、くつろぐことができます。大都市の真ん中ですが、芝生や木も多く自然が多いです。晴れの日、昼寝をしている学生が沢山います。



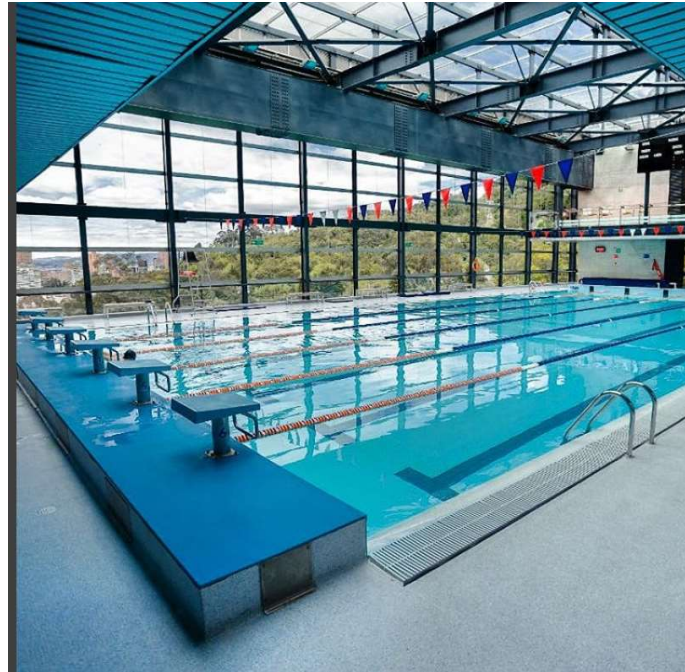
旧市街に位置するので、歴史的建造物が大学内に多くあります。外観はそのまま、中は改装され教室として使われています。新しい棟も沢山ありますが、全体的に調和がとれるように工夫されています。



ジムは設備が整っています。プールも予約すれば毎日使えます。

朝 7 時から沢山の学生がいます。





### -食事について

大学の周辺は、相場は¥400 前後です。安い定食屋で¥200、少し高いと¥700 くらいです。コーヒーは¥40 くらいで売ってます。

ボゴタ市内のレストランだと、¥1000 あれば普通に良い雰囲気のレストランでランチができるイメージです。¥2000 あると超リッチというイメージです(日本だと代官山でランチというイメージ)。定食屋のランチは、¥200 でお腹いっぱいです。

おすすめのレストランは **Creps & Waffles** というレストランです。コロンビア中のモールにある国民的チェーン店です。高級感があり、味も美味しいにも関わらず安くて、コスパ最強です。アイスはダブルで 150 円です。ランチも全部¥1000 以下です。



ベリー・クリームチーズクレープ(¥300)

### -滞在先の様子

大学の目の前に **CityU** という大学の寮があります。2016 年に完成したので新しいです。それぞれ個室があり、キッチンとシャワー・トイレは 2～4 人で共有です。セキュリティーはとても厳重なので、治安面は安心です。パーティールームや映画ルームもありレクリエーションも充実しています。難点は、家賃が高いことで¥170,000／学期です。しかし、手続きも大学が斡旋していて、セキュリティーも万全なので、特にスペイン語が苦手な人や土地勘が無い人には安心です。



大学が沢山ある地区なので、**大学生向けのシェアハウス**もあります。安いと¥20,000／月から、高いと¥50,000／月くらいです。**Facebook** ページで見つけたり、友達伝いに情報を得たりします。ルームメイトと仲良くなったり、大家さんが一緒に住んでる場合もあり、楽しいという話もあります。しかし、少し治安が悪い地区などもあるため、現地を知らないとな居が高いかもしれません。

私は**友達の家**にホームステイをしていました。大学でホームステイ先を紹介するというサービスはありません。そのため、ホームステイをする場合は個人的な紹介になります。コロンビアはオープンな文化なので、家に一部屋空いていたら友達や知り合いに貸すということも珍しくありません。仲良くなった友達がいたら聞いてみても良いかもしれません。一学期目は大学の寮に入り、二学期目から慣れたらシェアハウスやホームステイに変えるという日本人学生が多いです。



ホストマザーとクリスマスの飾りつけをした時

### -サークル活動

インディアンダンスのサークルに入っていて、インド大使の前で発表したことです。週3くらいで練習があったので、メンバーともとても仲良くなったのも良い思い出です。練習後も一緒にカフェに行って何時間もお喋りしたり、週末に一緒にパーティーに行ったり楽しかったです。

### -コロンビアでオススメの場所

モンセラッテの丘。日本語では「丘」と可愛い響きですが、実際は山です。ボゴタ市を見下ろす山の頂上に教会があります。2 km以上の階段が続いていて、歩いて登ることができます。(ケーブルカーもあります。)最初は、息切れで登れないと思いましたが、何回も登る内にスイスイと登れるようになり、成長を感じました(笑)。週末の朝 7 時からモンセラッテに登るのがボゴタ市民の定番です。頂上からはボゴタが一望できます。クリスマスシーズンはイルミネーションがあり、おススメのデートスポットです。



日本人留学生でモンセラッテに登った時

### -留学中に起きたハプニングや失敗談

友達が近くの村にいたので、休みに旅行しようと思いました。バスで2時間半程度の場所でしたが、4 時間経っても一考に着かないと思っていたら、間違ったバスに乗っていました。「その村には行かないよ」と言われた瞬間は頭が真っ白になりました。コロンビアでは、そういう時に誰も責任を取ろうとしないので、どこでバスから放り出されるかハラハラしました。泣きそうでしたが、他のお客さんも味方してくれたのもあり、ボゴタ行きのバスに乗せてもらうことができました。最終的に、友達のお父さんが近くまで迎えに来てくれて、何とか行けることができました。結局、ボゴタを出てから 12 時間かかりました。それから、何事も確認は 3 回以上はしようと誓いました。

### -現地での出金方法

(Visa)デビットカードでおろしていました。Visa マークが付いてる ATM では引き出せたので便利でした。現金はほとんど持って行きませんでした。渡航前に念のため、銀行に確認しておくといいです。

盗難の恐れもあるので、別の口座のデビットカードも持って行っていました。

### -治安について

●貴重品はジャケットの内ポケット又は、かばんの底に入れていました。特にバスの中では気を付けていました。パスポート、デビットカード、パソコンは必要な時以外は家から持ち出しませんでした。携帯はできるだけ外では出しませんでした。

●危険な地区を把握していました。市内全体、盗難の危険性がありますが、特に危険なスポットはあるので、出来るだけ近寄らないようにしていました。旧市街は、日本人は安全と思っていますが、最も危険な地区の一つです。行く際は、財布も携帯も置いて、現金だけ持っていました。

●夜間に歩く際は、人通りや街灯が多い道を歩くようにしていました。もちろん、夜間は歩かない方が良いですが、、

●バスでは一番後ろの席や窓側の席には座らず、運転手さんに近い席や通路側に座っていました。死角は避けていました。

### -日本から持って行って良かったもの・持って行かないほうがいいもの

#### ●ユニクロのウルトラライトダウンジャケット

ボゴタは、四季はありませんが、一日の寒暖差が大きいです。そのため、脱ぎ着できる格好が良いです。ライトダウンジャケットは、脱いでもコンパクトなので、持ち運びに便利でした。しかも、実は内ポケットが付いているので、貴重品を入れるのにピッタリです。ライトダウンジャケットで寒いという日は滅多にありません。まさに、ボゴタのためのジャケットだと一人で感動していました。

#### ●折り畳み傘

ボゴタは雨が多い、降ってもすぐ止む、いつ降るか分からない、という特徴があります。そのため、毎日傘を持っていた方が念のためです。しかし、コロンビアで売っている傘は重い、高い、壊れやすいからです。日本のコンパクトで丈夫な折り畳みがあるととても便利です。

#### ●化粧水、化粧落とし等

コロンビアには「化粧落とし＋洗顔＋化粧水＋乳液」と書いた全部混ざったものしか売ってなかったです。途中で切れた時は困りました。唯一入手したのは、L'occitane で、¥3000 くらいしました。

#### ●ノート

とても分厚いノートが主流です。持ち運びが大変なので、大学ノートみたいなのを数冊持つ



ていると便利かもしれません。

### ●持って行かない方が良いもの

ブランド物のバッグ、時計、アクセサリ、財布→盗まれたらショック

### -留学を考えている人へのアドバイス

コロンビアはあまり人気の留学先ではありません。日本では馴染がなく、あまり目を向けないのかもしれませんが。一緒に留学していた他大学の日本人の友達も、最初からコロンビアに来たかったという人は少数派でした。しかし、1 回来たら良さが分かる、好きになるという人が多いです。私もその張本人で、気づけば 2 年間もコロンビアにいました。コロンビアの良さが沢山の人と共有できたら嬉しいです！

### <コロンビアおすすめポイント>

#### ① 人！

「コロンビアの良さは人」と沢山の人が言います。オープンでフレンドリーな人が多いです。すぐに友達になれるし、こちらから心を開いたらドンドン深い友達になれます。私も、親友と言える友達が何人もいます。大学で一緒にランチを食べたり、愚痴を言い合ったり、週末に出かけたり、休暇には旅行に行ったり、良い思い出がいっぱいあります。生きていたら辛いこともありますが、絶対にハグしてくれる人が近くにいます。



友達とカルタヘナに旅行した時

皆で Airbnb のアパートに泊まって喧嘩もしたけど楽しかったです。

## ② 物価が安い

物価は日本の半分くらいの感覚です。日本や欧米に比べて安いので、お金を気にせずに色々なことができます。

## ③ 教育水準が高い

ロスアンデス大学は私立大学です。中南米では私立か国公立かで教育水準や設備に大きな差があります。世界大学ランキングでは、ロスアンデス大学は筑波大学よりも上位にランキングしています。設備が整った環境でしっかり勉強したいという人には、おススメです。

コロンビアに興味を持ってくれる人が増えると嬉しいです。私自身、元々コロンビアに行く気はあまりありませんでしたが、1 回行くと大好きになりました。あまり馴染みのない国で、特に留学に行くには敷居が高いかもしれませんが、是非勇気を出して行って欲しいです。留学先のロスアンデス大学はコロンビアで 1 番の大学で、とても設備が整っていて、授業の質も高いです。また、治安も気を付けていたら大体の場合は大丈夫です。特に、友達はできやすい国だと思うので、楽しい学生生活が送れます。



## ●おわりに

コロンビア・ロスアンデス大学に関する資料をご覧いただきありがとうございます。本資料に掲載しております情報は、作成時点または留学当時の情報となります。今後、変更や情勢の変化が発生する可能性もありますので、手続きを行う際は必ずご自身で留学担当事務局または担当機関にお問い合わせください。

本資料がみなさまにとって「留学」を決めるきっかけのひとつとなりますことを願っております。

\* 留学体験記の執筆にご協力くださいました正置さんがロスアンデス大学留学中に作成したコロンビアおよびロスアンデス大学のパンフレットもご覧ください。コロンビアでの日本人留学生会や、安全対策に関する情報も載っているそうです。

・ Universidad de los Andes 日本センター

(<https://uniandes.edu.co/centrodeljapon/node/636>)



2020 年 4 月