



メキシコ

グアダラハラ大学

UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

2020 年

目次

グアダラハラ大学基本情報.....	3
メキシコについて	3
グアダラハラ大学の概要.....	4
授業	4
アコモデーション（滞在先）	4
留学手続き	4
ビザ	5
保険	6
治安	6
その他気をつけたいこと.....	8
予防接種	8
その他気をつけたい疾病.....	9
健康上心がけたいこと	10
通貨・両替	10
留学体験記.....	11
終わりに	18

メキシコ・グアダラハラ大学 University of Guadalajara

<公式ウェブサイト URL : <http://www.udg.mx/>>

<留学関連サイト : <http://www.udg.mx/internacional/externos-udg>>

<英語 : <http://www.cgci.udg.mx/en/estudiantes/externos>>

●グアダラハラ大学基本情報

- ・大学名（スペイン語）：Universidad de Guadalajara
- ・大学名（英語）：University of Guadalajara
- ・分類：公立大学・総合大学
- ・本部所在地：Guadalajara（グアダラハラ）ミゲル・イダルゴ空港
- ・創立：1925 年 10 月 12 日
（前身の Real Universidad de Guadalajara は 1792 年 11 月 3 日創立）
- ・大学ランキング：
世界では 701-750 位、ラテンアメリカ諸国では 43 位、メキシコでは 4 位
（2019 年、QS 世界大学ランキングより）
- ・学生数：280,297 人(2018 年 2 月現在)
- ・留学期間：1 学期:8 月～1 月、2 学期：2 月～7 月

●メキシコについて

- ・メキシコ合衆国(United Mexican States)
- ・人口：約 1 億 2619 万人
- ・面積：196 万平方キロメートル
- ・首都：メキシコシティ
- ・民族：メスティーソ 60%、先住民 30%、
欧州系 9%、その他 1%
- ・言語：スペイン語
- ・宗教：カトリック
- ・政治体制：立憲民主制による連邦共和国



（外務省 HP より）

・地理：全土の 3 分の 1 はメキシコ高原。横断火山帯が走っているため、地震も多い地域である。北部は、砂漠気候、東西の海岸は熱帯サバナ気候、中央高原はステップ気候、ユカタン半島には熱帯雨林気候も見られる¹。

¹ 参照：メキシコ(<http://atlas.cdx.jp/nations/north-am/mexico.htm>)

●グアダラハラ大学の概要

現在のグアダラハラ大学は、1925年にメキシコの弁護士かつ政治家であるホセ・グアダルベ・スノにより設立された。グアダラハラ大学はメキシコで2番目に古い大学であり、その歴史は1791年までさかのぼる。グアダラハラ大学の前身である、王立グアダラハラ大学（Real Universidad de Guadalajara）は、1791年にスペイン王カルロス4世により設立された。王立グアダラハラ大学は、スペイン本国のサラマンカ大学（Universidad de Salamanca）をモデルとし、医学・法学・神学・哲学の4学部から始まった。これ以降、グアダラハラ大学はメキシコ情勢に付随して、その名称と体制を変化させてきた。現在では、芸術・建築・設計、生物学・農学、医学、経済学、工学、人文社会科学などを学ぶことができる総合大学であり、卒業生も多方面で活躍している。

●授業

文系学部から理系学部まで、様々な学部が設置されている。以下のサイトから学部ごとの開講授業や学部の紹介を見ることができる。

<ガイド> Guía de Carreas (<http://guiadecarreras.udg.mx/>)

グアダラハラ大学に設置されている領域は以下の通りである。

	Área de Conocimiento	領域
1	Arte, Arquitectura y Diseño	芸術・建築・設計
2	Ciencias Biológicas y Agropecuarias	生物科学・農業科学
3	Ciencias Económico Administrativas	行政経済学
4	Ciencias de la Salud	保健科学
5	Ciencias Exactas e Ingenierías	工学・精密科学
6	Ciencias Sociales y Humanidades	人文社会科学

この他、留学生向けのスペイン語（語学）の授業も実施されている。

●アコモデーション（滞在先）

グアダラハラ大学が提供する宿舎はないため、自分自身で探す必要がある。滞在の形式は様々であり、シェアハウス、下宿、ホームステイなどが代表的である。

●留学手続き

筑波大学よりグアダラハラ大学に対してノミネートをしてもらう必要がある。その後アプリケーションを行う。必要な書類は以下の通り。

- ・成績証明書
- ・履歴書（スペイン語・最大2ページ）
- ・パスポートなど身分証明書のコピー
- ・スペイン語能力証明書

この他、留学許可後に、「海外旅行保険証」の写しを提出する。

●ビザ

180日以上メキシコに滞在する場合、メキシコ入国前に学生ビザの取得が必要。
在日メキシコ合衆国大使館で申請を行う。事前に申請予約をオンラインで行い、予約日に必要書類を持参する。主な必要書類は以下の通り。（別途書類が必要となる場合があるので必ずウェブページを確認すること）

- ・パスポート（原本並びに写真のページコピー一部）
- ・申請書類
- ・写真一枚
- ・入学許可証
- ・経済証明

（残高証明または奨学金受領証明書、申請者が25歳未満の場合保護者の経済証明を提出することが可能）

* 書類が日本語の場合には必ずスペイン語訳または英語訳を添付。

<参照>

- ・在日メキシコ合衆国大使館_査証

(<https://embamex.sre.gob.mx/japon/index.php/ja/2018-09-19-07-11-07/2018-09-19-07-11-33>)

- ・在日メキシコ合衆国大使館_学生一時居住者用査証

(<https://embamex.sre.gob.mx/japon/images/StudentJPN.pdf>)

●外国人登録

一次居住者用ビザの有効期限は180日のため、入国後30日以内に入国管理局にて外国人登録・在留カードへの切り替えを行う必要がある。登録後、変更が生じた場合はその都度変更後90日以内に外国人登録所に申請する必要があるので注意する。

<参照>

・外務省海外安全ホームページ_メキシコ

(https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure_264.html)

・出入国管理庁ウェブサイト (<https://www.gob.mx/inm>)

●保険

必ず渡航前に長期滞在用の海外旅行保険に加入すること。スリや置き引き被害も多いため、携行品の盗難補償を確認し必要に応じてオプションに加入する。

また、保険の契約書のコピー2部を大学側に提出する必要がある。英語で記載されている場合はそのまま提出可能だが、日本語で書かれている場合は基本的な事項を翻訳する必要がある。

●治安

観光客・外国人を狙った犯罪が横行しているため、外務省が提起する以下のことに注意する。

ア 全般

- 夜間の外出は極力避ける。
- 単独行動は可能であれば避ける。
- 財布、カメラ、スマートフォン等の貴重品をむやみに露出させない。
- 貴重品をバッグ等に入れず、衣服の内側に入れる等して肌身に付けて携行する。

イ 車両運転中

- 乗車後は必ずドアをロックし、カバン、携帯電話、時計等は車外から見えない場所に置く。
- 信号待ち等で車を停める際には周囲に十分注意するとともに、いつでも逃げるこ
とができるよう車間距離をとるなどし、また速度を調整してなるべく停車しないよう
に運転する。

ウ 空港において

- 空港内の両替所は利用を控える。
- 貴重品は預け入れ荷物ではなく手荷物として機内に持ち込む。
- 空港からの移動は、徒歩や公共交通機関を避け、空港タクシー等を利用する。目
的地まで寄り道はしない。
- 警察官や空港職員に別室に連れて行かれ、金銭を要求される事案があるため、
自らに非がなく、先方の言動が不審な場合は、「在メキシコ日本国大使館（又は在

レオン日本国総領事館)に連絡する」など伝え、毅然とした態度で拒否する。

エ タクシーにおいて

- 流しのタクシー、無許可タクシー（白タク）を利用しない。
- 予約制のタクシー（Sitio、Radio Taxi）、高級ホテル等で手配するタクシー（Turismo）、チケット制の空港タクシーの他、タクシー配車アプリを利用する。ただし、乗車する場所や時間帯に注意し、単独かつ深夜の利用は避ける。
- 運転手の氏名と車両番号（ナンバープレートとは別に、車体に表示）を予め聞いておき、乗車時に確認する。
- 運転者証が後部座席に掲げられていること、さらに、その写真等のデータが運転者と一致していることを確認し、不審な点があればすぐに車から降りる。
- 乗車前に、タクシーのナンバープレートを記録しておく。
- 乗車した後は、必ずドアをロックする等を心がける。

オ 市バス、地下鉄等において

- スリ及び置き引き等の被害が多いため、バッグ等は体の前で持つ。
- 車体が脆弱なバス（メキシコ市のペセロ等）は、利用を避ける。

カ 長距離バスにおいて

- 単独での移動はできるだけ避ける。信用できる仲間・団体等での移動が望ましい。
- 出発地から目的地までの途中で他の乗客が乗り込まない一等バスを利用する。
- 仮眠する際は貴重品を衣服の内側に入れる等して肌身に着け、決して座席・荷物棚等に放置しない。

安在メキシコ日本国大使館・在レオン日本国総領事館在留邦人向けから安全の手引きが発行されているので目を通すこと。必要に応じてセキュリティポーチなどを使用し、安全対策を図ること。

< 参照 >

- ・ 外務省海外安全ホームページ_メキシコ
(https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure_264.html)
- ・ 在メキシコ日本国大使館<安全の手引き>
(<https://www.mx.emb-japan.go.jp/tebiki.pdf>)
- ・ 在レオン日本国総領事館<安全の手引き>

(<https://www.leon.mx.emb-japan.go.jp/files/000224870.pdf>)

●その他気をつけたいこと

- ・写真撮影：博物館や美術館の中においては通常写真撮影が禁止されている。一般的に遺跡での写真やビデオの撮影は可能だが、使用料を要求される場合がある。先住民の集落地域においては写真・映像の撮影が禁止されることがある。
- ・飲酒：メキシコの多くの州では、路上での飲酒が禁止。
- ・身分証明書の携帯：移民局及び警察官から身分証明書の提示を求められた場合に備え、常時有効な身分証明書（原本）を携帯する必要がある。過去に日本人旅行者がパスポートのコピーを提示したにもかかわらず入管当局に拘束されたケースが発生している。

<参照>

- ・外務省海外安全ホームページ_メキシコ

(https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure_264.html)

●予防接種

メキシコ入国に際し要求される予防接種はないが、破傷風、A 型肝炎、B 型肝炎、超チフス、狂犬病のワクチンの接種を推奨する。

- ・**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。

- ・ **腸チフス**：ヒトの糞便や尿などで汚染された飲食物を食べることによって感染するウイルス感染症。1～3週間の潜伏期間の後、38℃以上の高熱が続くほか、頭痛、関節痛、全身の倦怠感、食欲不振などの症状を伴う。回復期においても、腸のリンパ節に潰瘍ができるため、腸出血や腸穿孔の危険性がある。現在日本で認可されているワクチンは、不活性化ワクチンと、経口生菌ワクチンの2種類がある。注射ワクチンの場合は1回接種すると3年間有効。このほか、調理・食事時に手指をきれいに洗ったり、加熱調理をすることが予防に有効。

- ・ **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。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：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もある。接種に関しては事前に予約が必要なところが多く、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>

- ・ 外務省海外安全ホームページ_世界の医療事情_メキシコ
(https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/cs_ame/mexico.html)

●その他気をつけたい疾病

- ・ 高山病：首都メキシコシティに滞在する場合、標高2240メートルあるため、高山病を発症しやすいので注意する。（グアダハラは標高1556m）個人差があるものの、頭痛、吐き気、腹部膨満、動悸、息切れ、倦怠感、不眠等の症状が見られる。対策は、ダイアモックスの服用、アルコールや睡眠薬等を控えること、ゆっくり行動し、十分な休息を取ること、水分を多く取ることなどが挙げられる。症状が改善しない場合は、低地への移動をすること。

・腸管感染症：細菌性腸管感染症はサルモネラ症（チフス，パラチフスを含む），赤痢などが報告されている。現地での外食は腸管感染症のリスクが高いと考えられているため、衛生的な店舗を選択するように心がける。原因が原虫や寄生虫による消化器症状が多いため、メキシコ人は市販されている駆虫薬を定期的に飲む人が多い。

・サソリ：メキシコ全土で見られる日常的な生き物。その行動は日本のムカデに似ており、夜行性で屋内にも侵入する。

<参照>

・外務省_世界の医療事情_メキシコ

(https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/cs_ame/mexico.html)

●健康上心がけたいこと

- (1) 加熱調理されたものは熱いうちに食べ、生ものは避けましょう。
- (2) 飲料水は市販のボトルに入ったものを使用しましょう。
- (3) メキシコは国土が広いので、気候も多種多様で、加えて高度差や時差ぼけなどにより疲労が蓄積しやすくなります。余裕を持った旅行スケジュールで行動してください。
- (4) 大気汚染が深刻です（特に乾期）。交通量の多い地域を長時間歩くことは避けましょう。また、帰宅後はうがいや手洗いをしてください。
- (5) 高地では紫外線が強いので注意が必要です。皮膚炎，色素沈着，皮膚癌，結膜炎や白内障の原因になります。外出時は日焼け止めを塗り，帽子やサングラスを着用しましょう。

<参照>

・外務省_世界の医療事情_メキシコ

(https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/cs_ame/mexico.html)

●通貨・両替

- ・通貨：メキシコ・ペソを使用。
- ・両替：現地の銀行では行えない。市内及び空港の両替所で1日あたり500ドル、一ヶ月累計で1500ドルまで両替可能。両替の際にはパスポートと滞在許可証の提示が必要。現地ATMでデビットカード・クレジットカードのキャッシング機能を利用して、現金を引き出すことも可能。

<参照>

・外務省海外安全ホームページ_メキシコ

(https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure_264.html)

留学体験記

- ◆ 名前: 山本理絵
- ◆ 所属: 国際総合学類
- ◆ 留学先国名: メキシコ合衆国
- ◆ 留学先大学名: グアダラハラ大学
- ◆ 留学期間: 2019 年 8 月～2020 年 4 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 奨学金 (プログラム付帯)

-留学のきっかけは？

中南米出身の留学生のチューターをした経験や中南米雑貨への興味から、留学をするなら中南米のどこかに行きたいと思っていました。グアダラハラ大学への留学を決めたのは、メキシコの文化に強く惹かれたことと、大学での履修計画が行いやすかったからです。スペイン語の授業と学部の授業を同じキャンパスで受講できたことも決定の大きな要因の一つでした。

-留学中の 1 日のスケジュール

<平日>

8:30 起床、朝食

9:30 カフェで勉強

11:00～15:00 授業 (スペイン語の授業 2 時間、学部の授業 2 時間)

15:30 友人と昼食をとったり、ショッピングなどに行く

17:30 日本語学校でインターンシップ

20:00 ルームメイトと夕食

22:00 授業の課題

24:00 就寝

<休日>

休日は友人と映画を観に行ったり、「フィエスタ」というパーティーをしていました。長期休暇やメキシコの独立記念日には国内各地へ旅行もしました。

-留学に行くまでの準備

・授業: ラテンアメリカの国際関係、スペイン語 (第 2 外国語) を受講しました

・ビザや海外留学保険、予防接種は時間がかかるのでできるだけ早めに済ませるようにしていました。

・アメリカ経由だったため ESTA も事前に取得して이었습니다。

-留学準備・留学中にかかった費用

<留学準備>

- ・予防接種（約 7 万円）
- ・海外留学保険（約 9 万円）
- ・OSSMA（約 2.5 万円）

<留学中>

- ・家賃（約 2 万円/月）
- ・食費（約 1.5 万円/月）
- ・雑費（約 2 万円）
- ・その他、旅行代などがかかりました。

-留学先大学内の様子



↑ グアダラハラ大学の外観



↑ グアダラハラ大学図書館の様子

グアダラハラでのオススメ料理



Carne en su jugo (カルネエンスフゴ) というグアダラハラの伝統料理です。肉・豆、玉ねぎなどが入った優しい味のスープで、ホームステイ先やレストランでよく食べました。

-滞在先の様子



↑ 滞在先のお部屋

大学の学生寮がなかったため、現地のサイトで滞在先を探しました。食事や洗濯などは基本的に自分で行っていましたが、週に 1 回ハウスキーパーが来ていたので掃除はしてもらっていました。

ー現地での思い出ーポサダー



↑ ポサダの様子

「ポサダ」というメキシコのクリスマスパーティーしたときの写真です。ポサダでは伝統的な料理を食べたり、「ピニャータ割り」というお菓子が入った箱を目隠ししながら棒で叩き割るゲームを行いました。メキシコでは1か月近くクリスマスを派手に祝うので、自分にとっては目新しく楽しかったです。

-留学先でオススメの場所—グアナファト—



グアダハラからバスで数時間行ったところにあるグアナファトという街です。世界遺産にも登録されているこの街は、「宝石箱をひっくり返したような街」とも言われており、丘から見下ろした景色は本当に綺麗で感動しました。

-留学中に起きたハプニング

留学前に登録していた学部や授業が適当に登録されてしまっていたことです。国際ビジネス学部へ交換留学をするように登録していたにも関わらず、到着していざ聞いてみると、経済学部への留学になっており、身に覚えのない授業が沢山登録されていました。すぐに事務に変更を願い出ましたが、「別に履修には問題ないから大丈夫」と一蹴されてしまいました。粘り強く交渉して最終的に3か月後によりやく変更してもらうことができました。ラテン人は時間にルーズなところがあり、在留カードや学生証の発行も日本では考えられないほど時間がかかりました。

-現地での出金方法

海外でも使えるデビットカードを持っていき、現地の銀行でおろして使っていました。盗難される可能性も考えて 2種類のデビットカードを持っていました。

-治安について（気をつけていたこと）

盗難やスリが多いので、極力、人前で携帯電話や財布を出さないようにして、バッグを前にして持ち歩いていました。夜遅くの外出もできるだけ避け、帰りは公共交通機関ではなくUberを使うなどしていました。また、アジア人というだけで狙われることもあると聞いたため、できるだけメキシコ人の友人と行動するようにしていました。

-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

文房具（ノートやペン）は、メキシコにはあまり質が良いものがなかったので持って行って正解でした。日本のお金（5円玉）やお菓子もメキシコ人や他の国の留学生に珍しがられたので持って行って良かったです。逆に、日本語の文献や参考書をあまり持っていなかったため、現地にいるときにもっとあれば良かったなと思いました。

-留学を考えている人へのアドバイス・留学を通しての感想

海外での学生生活は、異文化に対するギャップやストレスを感じることもありますが、その分、日本には絶対におこらない体験や出会いを経験することができます。新たな世界に足を踏み入れてみたい、自分を成長させたいと思う人には留学は本当にお勧めだと思います。また、履修登録やビザなど準備に意外と時間や手間がかかるので、まずは担当教員に連絡を取って、計画的に留学準備を行うことをお勧めします。

留學生活は良いことも悪いことも沢山ありましたが、これまでの人生で間違いなく一番刺激的で充実した期間だったと感じています。新型コロナウイルスの影響で当初の予定よりも3カ月ほど早く帰国することになってしまいましたが、世界各地に友人ができたこと、メキシコ各地への旅行、単位取得やインターンシップを無事に行うことができたことは唯一無二の経験だったと思います。

●終わりに

この度は、メキシコ・グアダラハラ大学留学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、留学時点および本資料作成時のものとなります。今後、情勢の変化や制度の変更が発生する可能性もございますので、手続きを行う際は必ず担当事務局・機関にお問い合わせください。

本資料が皆様におきまして「留学」を決めるきっかけのひとつとなることを願っております。

*本資料の表紙 Chichén Itzá は、メキシコ短期留学プログラムに参加した今泉那菜さんよりご提供いただきました。

2020 年 6 月