

## ポーランド

自分自身と向き合った  
ポーランド留学

## 池田ナターリアさん



修論の口頭試験後

2017年3月	埼玉県立蕨高等学校 外国語科 卒業
2017年4月～2021年9月	東京外国語大学 ポーランド語科
2019年10月～	(奨学金あり) ポーランド (派遣留学) Jagiellonian University ポーランド語科
2021年10月～2023年9月	( <b>ポーランド政府奨学金 (NAWA)</b> ) ポーランド (修士号取得) Adam Mickiewicz University 異文化コミュニケーション
帰国後	2023年 10月 総合コンサルティングファームに就職、組織人事コンサルティングに従事 2025年 2月 税務コンサルティングファーム人事職に転職、現在に至る

## アイデンティティをより理解するために

母がポーランド出身ということもあり、言語・文化・歴史に興味を持ち学部生時代にポーランド語を専攻していました。1年間の派遣留学を経験しましたが、語学学校でのポーランド語の授業が中心だったため、現地の学生に混ざって勉強をすることができなかったのが少し心残りでした。また、コロナ禍と被ってしまい、留学後半の授業が全てオンラインとなってしまった背景もあります。ポーランドの大学院では英語で学位を取得できるプログラムもあることを知り、興味のある組織文化や人事領域について学ぶことのできるコースに応募しました。

## 大学選びと留学準備

派遣留学から帰国後、ポーランドの新学期である10月に間に合うよう、卒業時期を前倒して卒論の執筆・院試・奨学金の手続きを行いました。各大学で開講されているコースを確認し、詳細情報については学生課に問い合わせました。私の場合は「異文化コミュニケーション」という広いテーマを扱うコースを選択したため、興味のある領域について学ぶことができるか、該当のテーマで修論が執筆できるかを中心に情報収集を行いました。

## 様々な機会と経験に恵まれた大学院生活

入学後数ヶ月はまだコロナの影響もありオンライン授業が中心でしたが、対面授業も

少しずつ再開されていきました。評価方法は日本と同様で中間・期末に試験の実施やレポートの提出が求められました。授業によっては口頭試験もあり、非常に緊張したのを覚えています。修論のテーマについては1年のかなり早い段階で執筆テーマの提出と指導教員の決定が行われました。以降は指導教員と相談を重ねながら執筆を進めました。また、大学院の2年間はポーランド政府奨学金 (NAWA) を受給していましたが、生活費のために日本のオンライン英会話スクールでインターンをさせていただいていました。大学院での経験はもちろんですが、このインターン経験からも非常に多くを学ぶことができました。多方面から刺激を受けることのできる環境だったと振り返ります。



ポズナンの街並み

## 学んだ内容を活かした進路選択

元々は日本とポーランドの「人」をつなぐことができるような業種を志望していましたが、大学院で学んだ内容を活かすことができる業種や職種も視野に入れるようになりました。現在は日本に戻り、人事職についています。多様なバックグラウンドの人と関わる機会が多いため、大学院での経験や環境が役立っていると感じます。



卒業式の様子

## 自身の一部となった留学経験

ポーランドの大学で学び、現地で過ごした2年間は私にとって大切な時間でした。これからどうしていきたいかを整理することができたと思います。また、現在でも連絡を取り合う友人たちに出会うこともできました。学部を卒業する際に周囲と異なる進路選択をしたため不安もありましたが、自分に合う選択ができたと思います。

## ヨーロッパの心臓、ポーランド

ポーランドは留学先としてあまりメジャーではないのかなと思います。しかし、ポーランド語はもちろん英語でもご自身の興味に合わせて様々な分野を学ぶことができます。また、温かい人が多く、街並みも美しい、そしてごはんも美味しい素敵な国です。文化や歴史も興味深い国ですので、ぜひ下調べしていくことをお勧めします。

## 私の語学勉強法

## 語彙と例文をストックする

英語についてはとにかく語彙を増やすことを意識しました。また、授業についていけない不安だったので日頃からTEDトークやポッドキャストを聞いて耳を慣らすことを意識しました。スピーキングについては事前により練習できなかったのですが、いざ現地で話す際に困らないよう語彙と例文のストックを作っていくことが大切だと思います。



## アメリカ

### 博士課程を目指しての アメリカ修士留学

#### 長谷川 公大さん



卒業式（向かって右から2番目）

2014年3月	富山県立富山高等学校 探求科学科 卒業
2017年8月～2018年8月	〈JASSO 海外留学支援制度（協定派遣）〉 米国（交換留学） ピッツバーグ大学アーツ・サイエンス学部
2020年3月	神戸大学 工学部情報知能工学科 卒業
2020年5月～	修士課程 〈JASSO 海外留学支援制度（大学院学位取得型）〉 博士課程 〈船井情報科学振興財団奨学金〉 米国（修士号取得・博士課程） カーネギーメロン大学 計算機科学大学院 言語技術研究所
帰国後	海大大学院在籍中
卒業後	博士課程卒業後はアメリカでの就職を予定

#### 博士課程の先輩方に憧れて

学部3年の時に参加した交換留学プログラムが、今回の修士課程留学のきっかけになりました。

当時から漠然と大学院での留学を志してはいたのですが、周りにロールモデルもなくあまり現実的に考えられてはいませんでした。留学先で知り合った日本人大学院生や聴講で参加した国際学会で発表していた大学院生が、苦労しながらも夢中になって研究に励んでいる姿を見て、私自身大学院での留学を本格的に目指し始めました。

#### いろんな方に支えられての海外大学院入試

交換留学後、研究インターンとして数ヶ月カーネギーメロン大学に滞在させていただくこととなり、自分が興味があった自然言語処理という分野に触れる中で、CMUに行きたいと思うようになりました。大学院入試では、英語の点数はもちろんのこと、志望理由書や研究経験、志望先の教員とのつながりが大事になります。交換留学時に知り合った博士課程の学生に志望理由書を添削していただけたり、インターン先の教授と私が日本帰国後も続けて共同研究をするなどの機会に恵まれたことが合格に繋がったかと思えます。

#### コロナ禍とキャンパスとアパートと

修士プログラムの開始と同時にコロナ禍になり、最初の二学期間はリモートで日本か

ら授業を受けることとなりました。交換留学を経たとはいえ、まだおぼつかないコミュニケーション能力、次から次へと降ってくる日本での学部時代とは比べようもない量の授業課題、昼夜逆転の生活のなか自律して生活することの難しさ等々、ままならない中の1年目となりました。2年目から渡米しましたが、授業・研究に加え、博士課程への出願も重なり、学期中はひたすらキャンパスとアパートを往復する日々を送っていました。ChatGPT 登場前の段階でも、CMUには自然言語処理だけの学科があり、またその開講授業も多岐にわたっていてその充実っぷりに驚かされました。

#### 博士課程への進学

修士課程で過ごす中でより時間をかけて研究に取り組みたいという思いを強め、博士課程進学を目指すことにしました。CMUの博士課程の学生を近くで見ると、その競争の激しさに慄き、自分が受かるのだろうかという不安は募りましたが、幸運なことに合格を掴むことができました。

#### 分野を体系的に学ぶことができた

博士課程進学後、研究トピックを変えることになったのですが、修士時代に履修した授業が分野を幅広く体系的にカバーしてくれていたおかげで、わりかしスムーズに切り替えることができました。また論文締切前などでの追い込みの馬力は、修士時代に必死で授業課題をこなした経験のおかげかなと思います。



苦労した情報検索の授業での風景

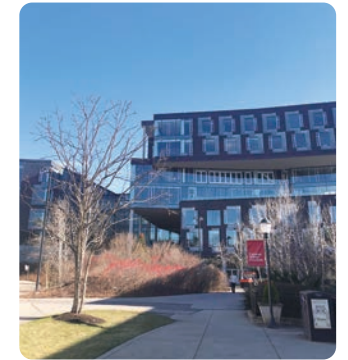
#### とりあえず行動

周りで活躍している人を見ると行動力が高い人が多いと感じます。興味のある教員に連絡を取ってみるとか何かのイベントに参加するとか、とりあえず挑戦してみる・自分から求めに行くという姿勢が大事なのかなと思います。私自身、準備に時間をかけなくなるタイプなので、飛び込む勇気を忘れないように心がけています。

#### 私の語学勉強法

##### とにかく色々やってみる

TOEFL教材を使った音読やディクテーションといった基礎的な方法、スマートフォンの言語設定を英語にするといった日常的なもの、映画やドラマ、TedTalkを英語字幕もしくは字幕なしで見るといったエンタメ寄りのもの、大学で留学生の知り合いを作る、などなど色々試しました。全てが長続きしたわけではありませんが、次々と試して行くうちに少しずつ力がついたらかなと思います。



CSの学科が入っている建物