

# 研修報告書

## 1. 研修報告書

## 2. 質問項目についての報告

氏名	東 里奈		
所属大学	東京大学	学部	工学系研究科
学科	バイオエンジニアリング専攻	学年	修士 1 年
専門分野	Information Technology		
派遣国	ポーランド	Reference No	PL-2022-PLO011
研修機関名	Lodz University of Technology	部署名	Institute of Applied Computer Science
研修指導者名	Radosław Wajman	役職	Professor
研修期間	2022 年 7 月 25 日 から 2022 年 9 月 1 日 まで		

## I. 研修報告書

1. 研修報告の概略を 1 ページ以内にまとめてください。
2. 研修内容および派遣国での生活全般について 4 ページ程度で具体的に報告してください。  
(研修日誌、テクニカルレポートや単位認定用のレポートの内容を含んだもの。写真もあるとよい。)

## 1. 研修報告の概略

ポーランド、ウッチ工科大学において情報技術分野で行った 6 週間における研修内容、寮や、町の様子、食事、交通の便といった現地での生活に加え、他の国からのインターン生、現地の IAESTE POLAND の学生とどのような交流があったのか、週末の国内旅行についてをまとめた。

## 2. 研修内容および派遣国での生活全般について

### 2.1 研修内容

勤務時間: 9:00-14:00/月-木曜日

勤務先: ウッチ工科大学

右の写真の部屋と、徒歩 10 分ほど離れたキャンパスにもう一部屋自由に使える部屋があった。自宅(寮)からの勤務も認められていたが、スロバキアからの IAESTE インターン生と共に二人でこれらの部屋にて仕事を行った。



研究室の様子

System of noninvasive monitoring and diagnosis of lower urinary track というプロジェクトに参加し、MRI データから膀胱を自動認識させるために、DICOM データ(医療分野において用いられるデータ形式)をもとに 3D 描画された画面から欲しい部分のみを抽出できるアノテーションツールの作成と、どのデータが機械学習に使えるかどうか判断するためのデータの確認を主に行った。

使用言語は Python であり普段研究やアルバイトで使用していたことや、DICOM データの取り扱いをした経験もあるため研修において特段困ることはなかった。

指導教員が2週間の夏季休暇をインターン期間中に取得されていたため、その期間は事前に連絡を受けていたタスクについて個々で進めるといった形式であった。研究室自体が夏休みムードであり、仕事場において同僚のインターン生以外との交流がほとんどなかった点は残念であったが、同僚とは研修期間が1週間ずれているのみであったため研修期間中毎日同じ寮から職場に通い、昼の休憩や帰り道に話し相手がいたことは非常に良かった。

同僚は枠組みとしては同じプロジェクトのために仕事をしてはいたが、それぞれのタスクは異なっていたため各自パソコンに向き合って仕事をすすめた。タスクに関しては時間に余裕を持ったスケジューリングがされ、仕事に追われるようなことはなく、現地での交流や観光にしっかりと時間を割くことを推奨された。

### 2.2 現地での生活

寮から勤務先の大学までは tram を用いて 40 分ほどであり、平日も帰宅して 15 時から自由に時間を使うことができた。時期によるが 10 人から 20 人ほどの世界各国から集まった学生が同じ寮の同じフロアで生活していたため、帰宅後集まって市内へ出かけることが多かった。時期によるというのは、ほとんどの学生の研修期間は6週間で一定であるものの、始まりと終わりが各々で異なっており、夏季休暇が6月から始まるヨーロッパの学生などは自分が到着してすぐに研修を終えて帰国する人もいたからである。ヨーロッパの学生が多かったが、南米、中東、アフリカなどからの学生もあり、非常に多国籍であった。言語としてはスペイン語圏の学生が一番多く、アジアからの学生は自分のみであった。また、IAESTE POLAND の現地学生も集まりに参加してくれることが多かった。

## 寮の様子

右に示したワンルームの二人部屋で生活をした。誰かが帰国し部屋に空きが出ると、そこに次の学生が入ってくるといったように回っていた。自分は日本の裏側に位置するブラジルからのインターン生と 6 週間を共にした。暮らし始めるまで、共同生活を送ったことがないため不安を感じていたが、いざ生活が始まると食の好みや生活スタイルが似ていて居心地がよく、また到着初日からすでに数日を過ごしていたルームメイトを通じ多くのインターン生にすぐに知り合うことができ寮での生活にも慣れたので、二人部屋で過ごすのは良いシステムだと感じた。



6 週間を過ごした部屋の様子

## 市内の様子、治安、交通の便など

市内はバスとトラムが張り巡らされており、どこに行くにも簡単に移動できた。トラムの中で時間券を買う際には現金が使えないことが多く、またレストランでも 100PLN などの大きな紙幣はお釣りが出せないと断られることが多々あったため、クレジットカードは必須であった。国際学生証があると、ポーランド国内全てではないため注意が必要であるが、少なくともウッチ市内のバス・トラムは 50%引きであり、発行はウェブサイトから数時間から数日でできるため持っておくと便利であった。無賃乗車に対する罰則が厳しく、頻繁に抜き打ちチェックがあるため常に自分が有効なチケットを持っていることを確認する必要があり、事前にチケットの種類や有効化のやり方について確認しておくとうれしいと感じた。

現地についてすぐ 7 月中はウッチにて European Universities Games が開かれていたため寮周辺が夜中も騒がしかったが、治安は良かった。乗車券の購入や、コンビニ、チェーン店での外食などでは英語は通じないことが多く、現地学生の手助けなしで適切なものを購入することが難しいと感じた。SIM カードは 5PLN(150 円)25GB と格安であった。

## 食事

ピエロギ、ポンチキ、ザピエカンカなど有名なポーランド料理をいくつか試した。変な癖はなくどれも美味しく食べることができた。ピエロギは焼きと茹でがあり、焼きは油っぽいので茹でてある方が好みであった。

普段の生活では、昼はスーパーで買ったパンにハム、チーズを挟んでサンドイッチとし、夜は何か簡単に焼いて食べられるものを作った。スーパーでの生活必需品や、主要な食べ物は日本に比べて安く、自炊をすると出費が抑えられる一方、外食は日本と価格が変わらないところも多く割高に感じた。日本米はどこのスーパーでも手に入り、調味料もアジアンマーケットを当たればある程度手に入る印象であった。また隣国であるチェコ料理を食べる機会も数回あった。



ピエロギ (Zapiecek にて)

## その他

ウッチは観光地ではないため、平日の仕事の後は植物園や美術館を巡ったり、Piotrkowska 通りにある飲み屋で飲んだりといった過ごし方をした。カラオケバーにも行ったが、日本で想像するカラオケとは違い司会者のような人がお店にいて盛り上げ、全員参加のイントロドンから始まり、希望者が順に大勢の前で歌い、最後は店中の人が前に集まって踊って歌うようなスタイルであった。また、水着や運動用の靴、服を持参している人が多く、ボウリングやトレッキングなどの運動も行った。

## 2.3 異文化交流

### インターナショナルディナー

10 カ国の人がそれぞれ自国の典型的な料理を作り振る舞った。食べたこと、見たことのない料理が多かった。自分はアジアンスーパーで醤油とみりんを調達し、テリヤキチキンを作った。寿司酢、海苔、日本米はすぐに見つかるものの、具材となる刺身が手に入らなかったため手巻き寿司パーティーはできなかったが、寿司屋自体はポーランド中に多く存在していた。



食事の様子

### IAESTE バディのご実家への訪問

ウッチから車で 1 時間ほどの村にあるご実家に招待してもらい 2 泊を過ごさせてもらった。午後 3 時代に到着したが、すぐにご飯をもてなしてくださり、それがポーランドにおける夕食であった。朝食はパンにトマト、ハム、チーズをのせたオープンサンドであり、ポーランドクレープのナレシニキ、ポークカツ、ソーセージ、具沢山のスープなど多くの典型的なポーランド料理を経験させてもらった。川で泳いだり、山でブルーベリーやキノコを見つけたり、村中をサイクリングして回ったり、と自然豊かな村を楽しむとともに、友人に車で炭鉱に案内してもらい、目の前で現在も国内の電力を支える広大な景色を見た。

また日本語を数年間勉強している学生に会い、日本語を少し使った。また、インターン期間を通じて日本語で会話することはなくとも、邦楽に詳しくあったり、日本人とわかると「こんにちは」、「おはよう」といった挨拶をしてくれたりする人もいた。



炭鉱



山に自生しているブルーベリー

## 2.4 観光地への週末旅行

企業勤めか大学勤務かで拘束時間が異なるもののどこでも休みは取りやすく、積極的に 3 連休や長期の休みを取得し国内外に旅行している学生が多かった。IAESTE 主催のイベントに参加している学生もいたが、自分は現地で知り合ったインターン生たちと自分たちで企画した少人数のグループ旅行にのみ参加した。

ポーランドでは日本のような蒸し暑さはなく、暑い日は日差しが強い印象であった。残念だったことに、週末、特に土曜日が毎週のように雨であり長袖を重ねられるほどに寒い日が続いたため、旅行中でも観光地のカフェでゆっくり過ごすようなこともよくあった。

### 2.4.1 ワルシャワ

ルームメイトと二人旅行をした。ワルシャワはポーランドの首都であり、中心部によっては東京を思い出させるような高層ビルが立ち並んでいた。ウッチからは電車で 1 時間半ほどでありアクセスは良かった。旧市街の宮殿やワルシャワ大学附属図書館の屋上庭園、文化科学宮殿等の観光地を巡りつつ、ポーランド料理を堪能した。

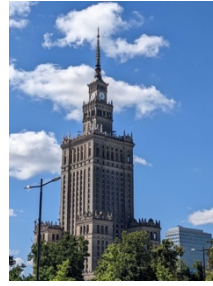




旧市街の宮殿



図書館



文化科学宮殿



ポーランド料理

## 2.4.2 クラクフ

インターン生 6 名で旅行をした。ウッチからは電車で4時間でありワルシャワに比べると遠出であった。戦争により壊されて一から再建された歴史を持つワルシャワと異なり、旧市街は戦火を逃れ、今も昔の綺麗な中世ヨーロッパの街並みがそのまま残っていた。

訪れた際に偶然ピエロギフェスティバルの最中であり、ピエロギのお店が街の中心部に並んでいた。ここで初めてスイーツテイストのピエロギ(ストロベリーチーズ味)を試し、よくある肉、じゃがいも、チーズといった味付けともまた違って美味しく食べる事ができた。日本の餃子はピエロギ餃子という名称でポーランド内でもよく見かけたが、ピエロギは日本の餃子と比べ中身のバリエーションが非常に豊かであると感じた。

また、自分の英語名 Lena は発音が異なるもののポーランド国内でも人気な名前であるらしく、お土産ショップや屋台にて自分の名前を頻繁に見かけることができた。

クラクフの中心部の観光地を回るのに加え、バスで1時間ほどかけて世界で初めて登録された世界遺産の一つ ヴィエリチカ岩塩坑へ行った。塩で作られた地下宮殿は圧巻であり、結婚式で用いられることもあるようであった。最後に、インターン期間を終えてから再びクラクフを訪れ、アウシュビッツ・ビルケナウ強制収容所にも足を運んだ。当時の建物や持ち物がそのまま保管、保存されており、広大な敷地を数時間かけてガイドしてもらいながら見学をした。9月初旬とは思えない非常に寒い日であり、アウシュビッツの厳しい冬を容易に想像できた。



ヴァヴェル城



ピエロギフェスティバル



ヴィエリチカ岩塩坑



アウシュビッツ・ビルケナウ強制収容所

## 2.4.3 その他

自分は日程の都合上いくことができなかったが、ポーランドの北に位置する海に面したグダンスクや、伝統あるポーランド料理が食べられるトルン、隣国のチェコ共和国やドイツに旅行、もしくは一時帰国する人もいた。

## Ⅱ. アンケート

以下の質問にお答えください。

### A. 研修内容について

1. 研修内容は、O-form に記載されていたとおりでしたか。(はい・いいえ)
2. 就業時間は、O-form に記載されていたとおりでしたか。(はい・いいえ)  
 実際の就業時間: 1日( 5 )時間  
 1週( 4 )日間;( 月 )曜日から( 木 )曜日
3. 研修先から支払われた“滞在費”は、現地通貨で週いくらでしたか。“滞在費”の内訳と日本円に換算した金額をあわせて書いてください。  
 週単位: 現地通貨( 225PLN ) 日本円( 6750 円 )  
 全支給額: 現地通貨( 約 1100PLN ) 日本円( 約 33000 円 )
4. 研修先から支払われた“滞在費”は、生活するのに十分なものでしたか。(はい・いいえ)
5. “滞在費”はどのように支払われましたか。(例:現金手渡し・銀行振込・小切手等)  
 ウッチ工科大学にて IAESTE POLAND の現地学生の手助けのもと、同時期に派遣された学生複数人がまとめて指定された日に手渡しで受け取った。自分の場合は研修開始後 2 週間後ほどで受け取った。
6. 研修中の滞在先について、宿舍の形態、周辺地域の環境や治安について詳しく記述してください。  
 ウッチ医科大学の寮が隣接している等、複数の寮がある地域に学生寮があり、その中の一つの 5 階建ての建物の最上階が IAESTE の学生の宿泊先となっていた。キッチンがコンロのみであり、トイレ・シャワーは男女の区別はなく、共用であった。また、部屋は二人部屋であり、クローゼット 1 つ、勉強机が 2 つ、ベッドが 2 つ、冷蔵庫、洗面所といった簡素の作りのワンルームであった。エアコンはなく、窓を締め切るとサウナのようにあったが、開けておくと風が入るため問題がなかった。3 人の交代制で常に寮母さんが常駐しており、深夜であっても対応してくださった。寮母さんはポーランド語のみを使用するため、グーグル翻訳や現地学生の助けを得てコミュニケーションをとった。寮は 1 泊 15 ズロチ(450 円)であり、インターン期間内の宿泊においては支払う必要がなかった。  
 寮からは複数のバス、トラムの駅が近く、どこへ行くにも不便はなかった。また、スーパー、日用品店なども近くに揃っており、生活しやすい環境であった。  
 夜であっても本数は少ないもののトラムは動いており、治安も良かった。
7. 研修中の滞在先(宿舍)から研修地までの通勤について書いてください。(交通の便・手段・費用等)  
 時間に関しては、トラムを用いて 40 分ほどであった。費用は、40 分券が 2PLN (60 円)、30 日間の市中バス、トラム乗り放題券は 76PLN(2280 円)であった。これらは学生割引 50%を受けた価格であり、国際学生証にて割引を受けることができた。学生証は、ウッチから日本のウェブサイトへ申請し、数時間で取得できたが、国によっては数日待たされるようであった。トラムやバスは頻繁にきちんと支払いをしているかの監視員



が抜き打ちチェックをして回っており、罰金がこれらの乗車券代に比べはるかに高いため、チケットの有効化の手段等乗り方は事前に確認しておくといふ。また、学生割引はポーランド国内でも地域によって適用条件が異なるようであるため、事前によく調べることをお勧めする。

8. 研修先での職場環境(人間関係)は良かったですか。(はい・いいえ)
9. 研修において、何か特別なプロジェクトに参加しましたか。(はい・いいえ)
10. 研修において、あなたの語学力(O-form に記載されている Required Language)は客観的に見て十分だったと思いますか。(はい・いいえ)  
コードや、実際にシステムが動いた時の様子を見ることで自分のタスクについてきちんと把握することができた。

## B. 生活について

1. 研修以外の時間(勤務時間後や週末)はどのように過ごしましたか。  
平日は自分と同様に大学の研究室に派遣されているインターン生が早く仕事を終わることが多く、仕事を終えた人で集まりウッチ市内を巡った。観光地ではないため、植物園、学生向けの飲み屋、美術館、屋外映画上映、ボルダリングなど、どこか行き先を見つけては片端から行くといった毎日であった。  
金曜日から日曜日の3連休を利用して、ワルシャワ、クラクフといったウッチからアクセスの良い観光地に行ったり、IAESTE POLAND の受け入れを担当してくれた相方の実家に招待されたりといったウッチから離れて過ごした週末が半分、残りはウッチでインターンに來ている各国の学生と寮で一日遊んだり、動物園など平日に行くには終わりが早く少し時間の足らなかった箇所へ出かけたりといった過ごし方をした。
2. 研修地で IAESTE 事務局主催の催しに参加しましたか。(はい・いいえ)
3. 派遣国で、その国の伝統文化に触れるような機会はありましたか。(はい・いいえ)  
IAESTE POLAND の相方のご実家に伺った際に、夕食を3時ほどに食べた。ポーランドは伝統的には1日4食であり、朝食、職場で軽い食事を食べた後、家族で揃ってメインの食事となる夕食を食べるようであった。しかし、ポーランドの大学生の友人たちは実家ではそのような生活であるが、大学では授業があったり、アルバイトがあったりとそのスタイルを維持することは難しく、この文化は絶対的なものではなくなっているように感じた。  
また、カトリック教徒が多く、日曜日を休息日とする考えが根本にあるようで、スーパーやショッピングモール内のレストランを除く全ての店が日曜日は閉店日であった。日曜日には教会から音楽が聞こえ、家族で教会に向かうなど、宗教が非常に身近な国であり、特定宗教に属さない人が多く、政教分離が定められた日本とは大きく違うところであった。
4. 派遣国の印象を、現地へ行く前と行った後のイメージの変化も含め、詳しく書いてください。  
派遣前はヨーロッパの1カ国であり、親日国と聞くことがあるくらいで良くも悪くもあまり意識したことのない国であった。また、ロシアのウクライナ侵攻により、難民を多く受け入れていることをニュースで見聞きしていたため、渡航に問題はないのかを少し不安に感じていた。

派遣後は、ヨーロッパ中でも、あちこちからポーランドに来ているインターン生との交流より、文化、考え方が全く異なることを実感できた。また、ウクライナ国旗はポーランド国旗と同じくらいよく街中で見かけ、難民への無料ホテルの存在など、ポーランド自体も物価上昇などで経済的にゆとりのある状況ではなくとも、困っている人に手を快く差し伸べる優しさを感じた。実際、街中で何かわからないことがあり人に尋ねると、英語が通じなくとも代わりに英語のできる人を連れてきてくれるなど親身に話を聞いてくれる人が多かった。

5. 研修国で、日本のことについて質問をされましたか。(はい・いいえ)

食、宗教、他国との関係、言語、観光地、大学制度、教育、働き方など、さまざま聞かれた。あまり意識したことのない質問もあり、日本について、自分について、再度考えさせられた。今年のウッチにインターン生として来ていたアジア人は自分一人であったが、日本に関心を強く持ってくれる人も多く、嬉しく感じた。

## C. IAESTE との連絡

1. 研修出発前、手続き上何か問題はありましたか。(はい・いいえ)

2. 派遣国への入国時に何か問題はありましたか。(はい・いいえ)

3. 派遣国到着後、宿舎ならびに研修先へ自分ひとりで行きましたか。(はい・いいえ)

IAESTE POLAND の自分を担当してくれた同い年のウッチ工科大学に通う学生が相手としてウッチの駅から寮、寮から研修先へと案内してくれた。

4. 3で「派遣国の IAESTE 事務局」と答えた場合、IAESTE 事務局はどのように関与していましたか。

出発前から連絡を取っていたなど、分かる範囲で具体的に書いてください。

出発前はメールでのやり取りをしており、寮についてなど質問に答えてくれていた。到着後からは WhatsApp を利用して他の学生とやり取りをしたが、WhatsApp 内に 2022 年度のウッチに集まったインターン生と現地学生のグループが存在しており、派遣前からそのグループでやり取りをしていた学生も多いようであった。

5. 研修初日、研修先の受入準備体制は万全でしたか。(はい・いいえ)

6. 研修前から研修期間中、派遣国の IAESTE 事務局は、どのように関与していましたか。

研修期間中、問題が起こったときに適切な対応もしくは助言をしてくれましたか。

一人一人に学生一人がバディとしてついてくれるシステムであり、自分を担当してくれた学生はトラムの購入や SIM カードの設定、学生寮とのやり取りなど、多くの場面で対応してくれた。全てのインターン生が自分ほど対応してもらっていたようではなかったため自分は非常に恵まれていたというもあるが、バディのおかげで現地に困ったことは特に起こらず、何かあってもすぐに対応してくれるという安心感と共に生活を送ることができた。

## D. その他

1. 今回の IAESTE 研修を通して、最も良かったと思うことを書いてください。  
多くの同年代の学生と知り合えたこと。研修自体は、技術的向上を見込むようなものではなく、今の自分のスキルで問題なくこなせる業務が割り当てられるため、そこでの成長というよりは世界中から集まった学生、また現地で迎え入れてくれる学生との交流に長く時間が使えるという機会が貴重であった。
2. 研修予定内容に関して事前に勉強をして行きましたか。(はい・いいえ)  
日本でのアルバイト先での内容に似た内容であると想定し、IAESTE に向けて特別に勉強はしていない。指導教員の出している論文を軽く確認する程度のことだけ行った。また、日本での研究を進める必要があったため、時間的余裕があまりなかった。  
実際の業務内容は、アルバイトでの内容とは異なったが問題なかった。
3. 研修終了時に、受入企業に研修レポート(Technical Report, Training Diary を含む)を提出しましたか。(はい・いいえ)
4. 日本出国前に準備しておいたほうが良いと思われることを書いてください。  
空港から最寄りの駅までに通る箇所の現地語を知っておく、学割が使えそうな場合国際学生証の準備。研修内容よりは英語に不安があれば、英語力の向上に時間を使った方が良い。特に、ヨーロッパの学生は語学力が高く、自国の言葉、英語、さらにいくつかの言語も用いる人が少なくなかった。
5. 所持金やクレジットカード等、いくら・どのように持参されたか、また準備が十分であったかを書いてください。  
現金は日本円で 33000 円程度持参した(100PLN 札 11 枚)。また、クレジットカードを持参した。  
入寮日に現金 300PLN をデポジットとして預ける必要があったために現金を持っていて良かったが、その他の場面ではクレジットカードが使えない場面はほとんどなく、むしろ 100PLN を出すとお釣りが出せないと断られることが複数回あった。
6. 日本から持参した物の中で、特に役に立ったもの、あるいは必要なものがあれば書いてください。  
洗濯紐は部屋干しができたため非常に役立った。また、職場でネットワークに接続するために LAN ケーブルと USB Type-C のアダプタは持っていくべきであった。  
日本から SIM カードを事前に買ったが、現地の SIM カードが格段に安く、必要なかった。
7. 来年以降、あなたが派遣された国へ、研修生として派遣される候補生に向けての助言を書いてください。(研修のことだけでなく、語学面や生活面など、気が付いたことはできるだけ詳しく)  
観光地以外では英語があまり伝わらないことも多いが IAESTE POLNAD の方も助けてくれるため、英語力に不安がある場合はポーランド語を学ぶよりも英語、特にスピーキングを意識して準備しておくべきであると感じた。日本はスーパーなどで頻繁に挨拶はしないが、ポーランドではすれ違いざまに挨拶する機会が多く、ポーランド語の基本的な挨拶程度は事前に知っておくとよい。  
公共交通機関の乗り方が日本と仕組みが違うことがあるため(チケットを買っただけではダメで有効化しなければいけないなど)、事前にネットや旅行雑誌で確認しておくのと罰則が取られずに済む。  
日曜日はスーパーの閉店日であり、コンビニも早く閉まる。買い物などには気をつけておく必要がある。  
スーパーの食材はどれも手頃な価格で手に入るが、格安外食チェーンのようなものはあまりない印象であった。また、冷凍食品の質は高くないように感じた。

8. 研修前と研修後で、自身の専門分野や国際理解に対する考え方に、どのような変化がありましたか？

研修を通して、日本の外を出ても自分が身につけたスキルを活かして仕事をする事ができ、プロジェクトに貢献することができるという経験は自信になった。英語がうまく通じなくとも、専門分野であるからこそ事前知識で補いながら話を想定しながら聞くこともでき、自分の専門を用いて研修ができる IAESTE の利点であると感じた。

また、違う文化もたくさんあれば似た文化も同様に広くあると感じた。遠く離れた大陸の異なる国同士が似たジェスチャーを行うこともあれば陸続きのヨーロッパの国々の中でも何が失礼にあたるかが異なるなど、世界の広さと同時に狭さを感じた。日本は島国であるため他国に行くことのハードルが高いが、陸続きで他国に行くことができ、特に EU という結びつきのあるヨーロッパ国内では週末には他国に行く、大学は他国の大学であった、半年ここに留学していた又はする予定など国同士の移動が非常に頻繁であり、自国に誇りを持ちつつも、海外で一定期間の人生を過ごしたりキャリアを築いたりすることが選択肢として身近であるようであった。

9. 今回の研修に参加したことで、海外への留学に興味を持ちましたか？すでに興味を持っていた方は、その気持ちに変化はありましたか？

今まで何度か考える機会があったものの、留年が必要になる可能性や、英語に対する自身のなさから積極的になりきれなかった。世界の大学制度はそれぞれであり、1 年の留年が人生における与える影響はほとんどないと思えたこと、英語に関しても他の学生に比べて遥かに拙かったが単にコミュニケーションツールであり、多くのことを共有し楽しい時間を過ごすことができたことで自信をつけることができた今 6 週間と言わず、より長く海外に行ってみたいと考えるようになった。

10. 今後 IAESTE での研修を考えている学生の方々へ、メッセージがあればお書きください。

世界各国から集まったインターン生と共同生活をしつつ、異なったカルチャーを持つ職場での職業体験ができる IAESTE での経験は貴重でかけがえのないものであったと感じた。自分一人の力では、ポーランドでのインターン先を見つけることは難しく、寮でのやり取りやバスのチケットを買うといったポーランド語が必要となる場面での苦労が大きい。世界中にネットワークを持った歴史ある機関であるからこそ、多くの選択肢を学生に提示することができ、短期間であっても現地の生活に馴染めるようなシステムが整備されているのであり、同じような年代の世界中の理系学生と繋がることできる。少しでも興味がある学生はぜひ参加して欲しいと思う。