

# JIC インフォメーション

第 233 号 2025 年 1 月 15 日

特別号・JIC 留学セミナー報告

1 部 500 円

発行所: JIC 国際親善交流センター 発行責任者: 伏田昌義 <http://www.jic-web.co.jp>

東京オフィス: 〒160-0004 東京都新宿区四谷 2-14-8 YPC ビル 7F TEL: 03-3355-7294 [jictokyo@jic-web.co.jp](mailto:jictokyo@jic-web.co.jp)

大阪・ロシア留学デスク: 〒540-0012 大阪市中央区谷町 2-7-4 谷町スリースリースビル 7F TEL: 06-6944-2341

はりねずみのジェーニャ



## 【報告】JICロシア語留学セミナー2024

# ロシア語留学の今

## ～留学前に知っておきたいこと～

ロシア  
・  
旧ソ連  
国際  
交流  
誌



<http://www.jic-web.co.jp>

### JIC ロシア語留学セミナー2024 <全報告>

ロシア語留学前に知っておきたいこと… 小西 章子 ……2P

#### <現地からの報告>

モスクワの現状… チスティリーナ・イリーナ……7P

留学経験者として日露学生交流を応援… 荒川 好子 ……8P

#### ウラジオストクからの報告

…フルスタリョーバ・クセーニア ……10P

ロシア以外の国でのロシア語留学… 小原 浩子 ……12P

質疑応答 (司会: 岡本健裕) ……13P

JICでは、Jクラブ(JIC友の会)会員を募集しています。  
年4回の情報満載のインフォメーションをお届けします。

2024 年 11 月 23 日、東京・新宿区の会議室にて「JIC ロシア語留学セミナー2024」をオンライン併用で開催しました。「ロシア語留学の今～留学前に知っておきたいこと」と題して、JIC のロシア語留学チームとロシア現地担当者らが、最新のロシア語留学事情を報告。参加者は約 30 名で、セミナー後には会場で直接面談による留学相談会を行いました。驚いたのは、居残った約 10 名の相談者の全員がロシアへの留学を希望していたことです。これには励まされました。JIC は様々な困難にもかかわらず『挑戦心』を失わずロシア語留学をめざす若い人たちを全力で応援したいと思います。なお、当日の司会は JIC 留学チームの岡本健裕が担当しました。

以下は、留学セミナーでの各報告と質疑応答の内容です。(編集部)

## 【基本報告】ロシア語留学の今

# 留学前に知っておきたいこと

小西 章子 (JIC ロシア語留学チーム・リーダー)

JIC ロシア語留学チームの小西です。私のロシア留学経験は、大学生の時に語学研修で 1 か月間イルクーツクへ行ったことと、卒業後モスクワに 1 年間留学したことです。もうかなり前のことなので、ロシアの現地事情は随分変わっていますが、その後も JIC でずっと留学に関わって何度もロシアに渡航しています。けれども、ここ 5 年間はコロナと戦争の影響で行くことができず、2018 年に留学生と一緒にウラジオストクへ行ったのが一番最近のことになります。

本日、私は、①JIC ロシア語留学の紹介、②留学前に知っておきたいこと Q&A、③来春のお勧めロシア語研修プラン、以上の 3 点について報告したいと思います。

## JIC ロシア語留学の紹介

私たち JIC では、1989 年に開始して以来 35 年間ロシア語留学に取り組んできました。長期・短期合わせて延べ 4000 人以上の留学生をロシアおよびロシア語圏の国に送り出しています。今はコロナと戦争の影響で人数が減っていますが、コロナ前の 2010 年から 2019 年の感覚で言うと、毎年 200 人くらい、ロシア語留学研修のサポートをさせていただいております。私を含めて 4 名の担当者が留学希望者の相談に乗ったり、手配をしたりしていますが、ロシア現地でも 3 都市でスタッフが留学生のサポートとケアにあたっています。

私たちが取り扱っている留学プログラムは、(1) 長期留学 (3 ヶ月～1 年)、(2) 短期研修 (1 週間～3 ヶ月)、(3) グループ研修、(4) その他、といろいろなバリエーションがあります。

長期留学は、基本は 10 ヶ月間です。モスクワ大学、サンクトペテルブルグ大学、極東連邦大学など 5 つの大学で、春と秋の年 2 回、募集を行っています。10 ヶ月の留学が基本に



写真:(上)国立モスクワ大学本館 (下)授業風景

なるのですが、就職活動とかいろいろな事情で 10 ヶ月よりも短くするとか、出発時期を早める (あるいは遅くする) とか、そういう要望にも対応しています。また、JIC が提携している 5 つの大学以外でも、地方の大学など希望される留学先の受入条件の確認や留学手続代行のお手伝いしています。

短期研修は 1 週間から 3 ヶ月間。これは 1 人でも年中いつでも行くことができる語学研修です。短い期間であれば旅行感覚で気軽に出かけることができます。学生さんでも部活が

忙しいとか、社会人であれば休みが最大 1 週間しか取れないとか、そういった方たちにも合うようにプランを組むことができます。夏休みや春休みを利用してもう少し長く、例えば 1 か月間集中的にロシア語トレーニングをするといったことも可能です。いろいろな要望に応じて、その人に合ったプランをアドバイスし、手配させていただいています。研修先は大学に限りません。国立大学から私設の語学学校まで、またグループレッスンから個人レッスンまで、いろいろな受入先と提携しています。

短期グループ研修は、いわゆる企画募集ツアーですね。あらかじめ日程を決めて、日本から一緒に出発して、現地でも、宿泊はホテルだったりホームステイだったりしますが、一緒に学校に通って授業を受けるという形の研修旅行です。初めてロシアに行くので不安だという人や、ロシア語にまだちょっと自信がないといった人でも参加しやすいよう工夫して日程と内容を作っています。単に勉強だけでなく、観光の要素を入れたり、現地で日本語を学ぶロシア人学生と交流会を行ったりとか、旅行と留学の中間ぐらいの位置づけです。今年の夏はウラジオストクの極東連邦大学で 16 日間のプランを組んで 8 名が参加しました。来年(25年)春はサンクトペテルブルグで 9 日間のプランを募集しています。

その他、主にロシア語を教えている大学や先生方からの依頼で、大学の研修旅行の手配をプログラム作りなども含めてお手伝いしたり、逆にロシアの大学が主催する研修プログラムを日本の学生さんに紹介したりといったこともやっています。

## 留学前に知っておきたいこと

これからが本題です。ロシア語留学の相談ではいろいろな質問を受けるのですが、本日は最近特によく受ける質問を 5 つピックアップして、Q&A の形でお話ししたいと思います。

### 質問 1 ; ロシアの治安は大丈夫ですか？ 緊急事態のときはどうすればよいですか？

治安というより、ロシアの現在の状況ですね。一番気になっているのは、ウクライナ戦争でロシアの状況がどうなっているのかだと思います。「いまロシアに行っても大丈夫ですか？」「そもそもロシアに行くことができるんですか？」という問い合わせが結構あります。

#### 海外危険情報レベル 3 は出ているが…

皆さんご存知の通り、日本外務省はロシアに対して海外安全情報でレベル 3 (=渡航中止勧告) を出しています。海外安全情報というのはレベル 1 から 4 までありまして、一番危険度が高いレベル 4 は退避勧告です。レベル 3 はその次の段階で、これはもちろんウクライナ戦争の影響でこうなっているのですが、外務省の説明では、現在日本とロシアの間に直

行便が飛んでいないこと(直行便は全部運休中になっています)、さらに日本で発行したクレジットカードがロシア国内では使えないなどロシア渡航にはすごく不便が多いということが、渡航中止勧告の主な理由とされています。

ただ、これはあくまでも勧告であって、ロシアへの渡航が法的に禁止されているわけではありません。また、ロシアの国境は通常通り開いていて、ロシア人でも外国人でも自由に出入国できます。ロシアの出入国にはビザが必要ですが、必要な書類さえ揃っていれば、ビザは以前と変わりなく在日ロシア大使館で発給されています。ロシア側の入国審査が特に厳しくなっているということもありません。

JIC としては、その人のロシア渡航を私たちが決めることはできません。「行ってはいけません」とも「行っても大丈夫です」とも言えませんが、ロシアに行きたいという人には、客観的な現地の状況や危険性を伝え、渡航にあたって何に気をつけたらいいか、目的地や渡航期間に応じて情報を提供して、最終的な判断はご本人に委ねています。

#### 万一来て、 「旅レジ」 の登録と在留届の提出

それでもロシアに行くという人には、危険をできるだけ避けるために、また万一来て、いくつか重要なポイントをお知らせさせていただきます。

まず、これはロシアに限ったことではないのですが、海外渡航の際には外務省の「旅レジ」に登録すること、長期留学で 3 ヶ月以上現地に滞在する場合は必ず在留届を現地の日本大使館・総領事館へ提出することです。「旅レジ」で現地の安全情報をメールで受け取ることができますし、在留届を出すことで緊急時の連絡や安否確認、必要な支援を現地大使館から受けることができます。ですから、これは必ず行ってくださいと皆さんにお伝えしています。在留届は、今はオンラインで提出することができます。ただ、長期留学の人には在留届をオンラインで出したとしても、一度は実際に日本大使館または総領事館に足を運ぶように勧めています。もし何かあったときにすぐに慌てずに駆け込めるように、場所や経路を確認するためにも一度は行っておいの方がいいと思います。

#### 緊急時には現地日本大使館・総領事館へ

起こってほしくはありませんが、もし緊急事態になったときは、現地の日本大使館・総領事館、受入先の大学と相談し、その指示に従って行動することになります。

また、モスクワとサンクトペテルブルグ、ウラジオストクには日本語で対応できる JIC のスタッフ・連絡員がいます。戦争や非常時にはもちろんですが、病気や事故などの日常的なトラブルの際にも、留学生のサポートをしっかり行っています。

留学はロシア語を勉強するために行くわけで、遊びに行くわけではないので、現地で何か困ったことが起こった時は、

ロシア語を使って自分自身で解決していくことが基本になります。それが一番勉強にもなりますし、ロシアで生活するということがそういう力を身に着けるためなのだと思うのですが、しかし、一人では簡単に解決できない問題にぶつかって本当に困った時は、現地スタッフのサポートが心理的にも実際にも大きな支えになります。これが JIC ロシア語留学の最大の強みの一つだと私たちは思っています。

### JIC は現地スタッフとともに全力サポート

最近私たちが関わったサポートで記憶に新しいのは、2020 年春の新型コロナ発生時に世界各国で国境が封鎖されたときですね。あの時、モスクワやペテルブルグに留学していた学生たちが沢山いたのです。その人たちの緊急帰国の支援を集中してやりました。国境封鎖とともに帰国の航空便が基本的に全てなくなって、日本の大使館・領事館から次にいつ臨時便が出るという情報が入ったら即座に席が埋まるというような状況でした。帰国を希望する留学生のために、情報が入ったらすぐに予約して席を確保するといった作業を現地スタッフと相談しながらやりました。帰国せずに留学を続けたい人には、オンラインレッスンの準備を手伝いました。あの時初めてオンライン会議やオンライン授業がメジャーになったというか一般的になったわけですが、それまで皆さんオンラインの経験は全然なかった。私たちも初めてでしたが、とにかく受入先大学と連絡を取り合ってオンライン授業のやり方を確認し、留学生たちに情報を流しました。あとは帰国する人たちの授業料の返金手続きなどでも現地のスタッフが活躍しました。

### 海外旅行保険への加入も必須

最後に、これは留学に限らず旅行でもそうですが、任意の海外旅行保険には必ず加入するよう強くお勧めしています。これは戦争のあるなしに関係なく、現地で怪我をしたり病気になったり、盗難に遭ったりとか、そういった時に自分を守るためのものです。

JIC では長期留学に関しては、海外旅行保険への加入を必須条件にしています。私たちが紹介する保険でなくても構いません。家族や知合いが関係する保険会社や、大学生でしたら生協が取り扱っている保険会社もあります。どこの保険会社でもいいです。長期留学する場合には必ず保険に入ってください。

### 質問 2; 渡航に必要なロシア語レベルはありますか？

二つ目に多いのは、留学にあたってロシア語レベルはどれくらいあったらいいですかという質問です。

留学の目的や行き先によって必要なロシア語レベルにはばらつきがありますが、ここでは一般的な話をしたいと思います。

### 基本的にどのレベルでも留学は可能

基本的に私たちは、どのロシア語レベルの人でも長期・短期の留学手配をすることができます。現地の大学や語学学校には、初心者から中級・上級者向けまで、さまざまなコースが用意されています。初心者でも最低限アルファベットの読み書きと挨拶ができるくらいは必要ですが、それ以上のレベルの習熟度は別に問いませんので、その人に合ったコースを紹介できると思っております。

ただし、初心者レベルの人については、受入教育機関によって初心者向けコースのスタート時期が決まっているので、その点は注意が必要です。長期留学の場合は、基本的には毎年 9 月ないしは 10 月が初心者コースの開講月になります。これはロシアでは 9 月が学校の年度始まりになるからです。ロシア語力に不安のある人は 9 月の新学期に合わせて出発していただくのが一番だと思います。

短期の留学先であれば、学校によってまちまちですが、1 ヶ月に 1 回くらい初心者コースのスタート日が決められている場合が多いので、その日程に合わせて渡航スケジュールを組むこととなります。

### 留学は現地で生活すること

では、どんなレベルでもいいのであれば、初心者でも簡単に留学できて大丈夫かと言えば、そうとも言い切れません。授業は確実に初心者向けのコースが用意されているので、ロシア語の授業を受けるだけであれば誰でも困難なくできると思いますが、留学というのは学校で授業を受けるだけでなく、やっぱりロシアで生活することとセットになるんですよね。ホームステイで滞在する場合にはホストファミリーとのコミュニケーションが必要になるし、学生寮に住むときは最初の入寮手続や寮生活の規則の確認からして分からないことが出てくる。全部理解するのは無理だとしても、ある程度ロシア語が分からないと厳しい。スタートで躓くことになってしまいます。まったくの初心者だと、スーパーで買い物すること一つとっても苦勞すると思います。

### 留学前には少しでも多く勉強を！

ですから、留学するのであれば、出発までの何ヵ月かだけでもロシア語の勉強をしっかりとやって、少しでも習得してから渡航した方がいいと思います。現地に行ったら何とかなると安易に考えて、ロシア語ゼロの状態飛び込んで、本当に何とかしてしまう人も中にはいらっしゃるんですが(笑)、普通はある程度ロシア語を勉強してきた人でも、最初のうちはロシアでの生活に慣れるのが大変です。ロシア語が全然聞き取れない、相手の言うことが一つも分からないというストレスは結構大きなものです。

授業では、先生は教えるプロなので、ロシア語が分からな

い人にも分かるように丁寧に説明してくれます。けれども、街の中で出会う人やお店の人とかはそんなこと関係ないですね。みんなロシア語を喋れると思って普通に話しかけてくる。ゆっくりと丁寧に話したりはしてくれません。そこで相手の言うことがわからなくてストレスを抱えることは、これは無くなることはないですが、少しでもストレスを下げたおいたほうが良いと思います。特に長期の場合には、行くと決めてから出発できるまで手続きにだいたい2ヵ月半から3ヵ月は必ず時間がかかりますので、その間にできるだけ勉強していただきたいなと思っています。

### 質問 3 ; ロシアではクレジットカードが使えないと聞きました。お金はどのように持っていくのですか？ 留学費用はどのように支払うのですか？

ご存じの通り、ウクライナ戦争による経済制裁措置で、現在、日本からロシアへの銀行送金は、例外はあるのですが、ほぼできません。また、VISA や Master など欧米資本のクレジットカードはロシア国内では使用できません。買い物はもちろん、キャッシング（現金の引き出し）もできません。そこで、最近は特にお金にまつわる質問が多くなっています。

#### 必要なお金は現金で持って行くしかない

結論から言うと、留学中に必要なお金は、渡航する時に日本から現金で持っていくのが基本となります。ロシアの通貨はルーブルですが、ルーブルは日本では基本的に手に入りません。ドルまたはユーロを持って行って、現地でルーブルに両替することになります。日本円で持っていくこともできますけれども、都市によっては日本円からルーブルに両替できる所が限られているのと、また交換レートも悪いので、米ドルまたはユーロで現金を持って行くのが便利です。

留学中に使うお金というと、学生寮もしくはアパートなどの宿泊費、現地での生活費＝食費とか交通費、余暇の遊びに使う費用など、そういう個人的費用ですね。留学費用のうち、授業料はほとんどの大学・学校について出発前に日本で支払いが可能ですが、学校によっては送金できないところがあるので、その場合は授業料も留学生本人に持って行っていただくこととなります。

特にモスクワやペテルブルグといった物価が高い都市に留学する人は、全部現金で持って行くとするとうまい金額になります。税関申告せずに日本から持ち出せる額は100万円、ロシアに無申告で持ち込める額は1万ドルです。それを超えると税関申告が必要になります。また、経済制裁の一環として、ロシアに渡航する人には日本財務省が外貨（ロシアにとっての外貨）持ち出し金額の制限をかけているので、事前に出発空港の税関に相談して持ち出し額の許可をもらっておく必要があります。

### SBI 銀行モスクワで口座を開けば送金可能

ただ、一つ例外的な方法があります。モスクワに SBI 銀行モスクワという銀行があります。これは日本の SBI 銀行の系列会社ですが、この SBI 銀行モスクワで口座を開くと、そこに日本から送金をすることができます(24年12月現在)。日本の家族から日本円で送金してもらい、現地で留学生がルーブルでお金を引き出すという形になりますが、これが現在皆さんに案内できる日本からロシアへ送金する唯一の方法です。SBI 銀行モスクワに送金する際に日本の取扱銀行が限られているので、ちょっと手間がかかりますが、とにかく送金が可能です。

ロシアとともにベラルーシも経済制裁の対象になっていますが、現地に住んでいる日本人や留学生からの情報によると、ベラルーシでは西側のクレジットカードが使えるということです。ただ、これも状況はよく変わりますから、絶対に使えるかというところも言い切れないところがあります。現時点では、一応使えるという話を聞いています。

#### お金の保管は現地銀行の口座で～キャッシュレス対応にも便利

では、持って行った多額の現金をどうやって保管するか？昔は（ソ連時代やソ連解体後のロシアの経済混乱期には）各自がスーツケース（旅行カバン）に入れて保管していました。が、最近では別の便利な方法があります。

それは、SBI 銀行モスクワでも、ロシアのどの銀行でもいいのですが、ロシア国内の銀行で口座を作って、そこに現金を入れて保管することです。ロシアで銀行口座を作るのはそんなに難しくありません。

ロシアは日本よりもずっとキャッシュレス決済が進んでいます。ロシアの銀行に口座を作って、その銀行の専用カードを作るか、アプリをスマホでダウンロードしておくと、そこからいろいろな支払いができます。スーパーで買い物する時も、地下鉄やバス、タクシーに乗る時も、全部カードかスマホで済む。現金を持ち歩かずにキャッシュレス決済するのがロシアではすでに一般的になっています。

短期の場合だとわざわざロシアで銀行口座を開くのは面倒かもしれませんが、長期留学の人は結構それで日本よりも便利だったという報告を帰国後にももらっています。

### 質問 4 ; ロシア以外の国でロシア語はどのくらい通じますか？ ロシア語を使っても危険はありませんか？

ウクライナ戦争の影響でロシア渡航にはさまざまな困難が伴うため、最近ではロシア以外のロシア語圏の国、中央アジアやコーカサス、バルト諸国に留学する人が増えています。これらの国では、ロシア語が話されているとはいえ、必ずしも

ロシアに対する国民感情が良い国ばかりではないので、ロシア語を使うことが良しとされているのか、怪訝な顔をされたりしないだろうかと心配したり、あるいはロシア語がどれくらい通じるのか疑問を持つ人がいらっしやいます。

### 中央アジアではロシア語も公用語

今ロシア以外の国でロシア語を学ぶ留学先で一番多いのは中央アジアの国々です。カザフスタン、キルギスタン、ウズベキスタンなどですね。これらの国ではロシア語も公用語として認められているので、現地で何も臆することなくロシア語を使うことができます。街の中の表示なども、その国の母国語とロシア語が併記されていることが多いので、ロシア語は普通に通じるし、使って全く問題ないと思います。

中央アジアの国の中では、カザフスタンがもっともロシア語の普及率が高いと言われています。私たち JIC の派遣実績でもカザフスタンに一番たくさん長期留学生を送り出しています。ただ、これは私たちが「カザフスタンがお勧めです」と言っているわけではないです。それぞれの国に独自の文化がありますので、留学される皆さんの興味関心と重要視されるポイント（生活環境、言語環境、留学費用などなど）に応じて、留学先を決めていただきたいと思います。

### バルト諸国でもロシア語は使われている

バルト三国では、ラトビアの首都リガに私たちが提携している語学学校があります。バルト三国はかつてソ連だった国々です。ソ連時代の末期に一早く独立運動が活発になり、ソ連解体の引き金ともなった国々なので、独立後はそれぞれの母国語が公用語となり、ロシア語は徐々に使われなくなって、最近ではむしろ英語の方が若い人の中で使われるようになっていのですけれども、それでもロシア語をよく使っている地域があります。中でもラトビアはロシア人が多く住んでいる国なので、首都リガでもロシア語を使う事に嫌な思いをすることはないと聞いています。

ただ、バルトは物価が高くて長期で行くとかなりお金が飛んでしまうのでなかなか長期留学する人は少ないのですが、夏休みとか春休みに短期研修で行く人は結構いらっしやいます。行ってきた人に聞くと、「全然大丈夫でしたよ。街中でロシア語を話しても白い目で見られたりすることはありませんでした」ということです。現地の年配の人はまだまだロシア語を使う頻度が高いようです。ただ、若い人の中にはもうロシア語が分からない人もいると聞いております。

### 質問 5 ; ロシア渡航の際に便利なアプリはありますか？

最後に、役立つ情報として、ロシアで使えるアプリケーションをいくつか紹介します。これは実際にロシア留学に出発する前に、みなさんが絶対に聞いてくる情報で、知っている

と便利なのですごく喜ばれます。後程、現地スタッフの報告でも紹介があると思います。

### Вконтакте、Telegram、Яндекс

まずはコミュニケーションアプリです。日本だと LINE がよく使われていますが、ロシアでは LINE は基本的に使えません。ロシアで一般的なコミュニケーションアプリは、Вконтакте (フコンタクテ) と Telegram (テレグラム) です。Telegram は送信時に書類や動画の質が落ちないと言われていています。WhatsApp (ワッツアップ) は日本でも割と使われていますが、これもロシアで利用されています。



地図を見たり検索する時は、日本では Yahoo、Google が一般的ですが、ロシアではそれに代わるアプリとして Яндекс (ヤンデックス) が一番よく使われています。地図を見て、自分の位置を確認して、目的地までの経路を調べる。それにいろんな付属サービスがついていて、本当に Google と同じように使えます。

あとは、先ほど話した銀行の口座と紐づけたアプリを入れたり、よく使うスーパーのポイントアプリを入れたりですね。携帯電話の SIM カードも通信会社のアプリで残額を調べたり、チャージしたりできるので、実際に慣れると本当に便利だという声を最近の留学生の皆さんから聞いています。

以上、ここ 1~2 年間の留学相談でよく受ける質問を 5 点に絞ってお話しました。これ以外にもたくさん質問をいただきます。ここでは全て紹介する余裕がありませんので、後の質疑応答の時間に譲りたいと思います。また、セミナー後の個別留学相談やメールで問合せいただいても結構です。

最後に来春 (25 年春) のお勧めロシア語短期研修について、JIC では ①モスクワ大学タシケント校で学ぶ「春のウズベキスタン短期ロシア語研修」(25 年 3 月 5 日~3 月 21 日)、②サンクトペテルブルグで学ぶ「短期ロシア語研修 9 日間」(3 月 2 日~3 月 10 日) の 2 つのプランを用意しています(詳細は、JIC ホームページでご確認ください)。

