留学に持って行ってよかったもの

留学中に持っていると便利だったものを留学経験者の皆様にインタビューしました。留学ライフに是非お役立てください。



整腸剤
慣れない食べ物や、食事の量で胃腸の調子が狂うから。
（短期/ウズベキスタン）

酔い止め薬
舗装されていない道路が多いから日本で乗り物酔いしない人もあったほうが安心。
（短期/ウズベキスタン）



紙のガイドブック
ロシアは大規模な通信規制が時々あり、調べ物もままならないので観光ガイドブックは紙で1冊持っておくか、オフラインにダウンロードしておくのがおすすめ。
（長期/モスクワ）



フック系
狭い部屋では収納場所が横ではなく上に拡張する。（長期/モスクワ）





現金
機械の故障でカードが使えないときがあった。（短期/キルギス）

通信規制がたびたびあり、キャッシュレス決済ができなくて困った。　（長期/モスクワ）



マスクやのど飴
キルギスは特に冬場、埃っぽいのが気になったのであったほうがいい。　（長期/キルギス）

飴は現地でも売っているがのどの調子に特化したものは日本のものがおすすめ！
（長期/モスクワ）



雨をしのげるフード付きのウィンドブレーカー
現地の方はあまり傘さしません。気になる方は軽量の折りたたみ傘がおすすめ。（長期/エストニア）

★その他お役立ちグッズ



目薬　乾燥対策。売っているけど日本のように安くない。
卓上の加湿器　乾燥対策。
日本のお菓子　コミュニケーションに役立つ。賄賂的な役割もする。



歩きやすい靴
ロシア人の「ちょっと散歩」は2時間以上。（長期/モスクワ）



ジェーアイシー旅行センター株式会社　JIC国際親善交流センター
jictokyo@jic-web.co.jp
03-3355-7294/7295（東京）
06-6944-2341（大阪）

ロシア語留学TOP