

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏名	Y.N	学部・学科	国際総合科学部・国際総合科学科
学年	4 年	派遣国	スウェーデン
派遣大学	オレブロ大学		
期間	2021 年 9 月 5 日～ 2022 年 6 月 17 日		

【生活編】

1. 滞在先

滞在形態	学内の学生寮 / 学外の学生寮 / アパート / その他 ()					
部屋	個室 / 2 人部屋 / 3 人部屋 / その他 ()					
設備	*共同=◎ 部屋にあるもの=○					
	トイレ	○	シャワー	○	洗面所	○
	キッチン	◎	冷暖房	○(暖房のみ)	冷蔵庫	◎
滞在費	約 (6 万) 円 *1 ヶ月あたりの寮費や家賃					
移動	(徒歩) で、約 (3) 分 *大学までの所要時間と移動方法					

転居した場合は、上記表をコピーして滞在先 2 の内容を追加してください。

2. 日常生活

(1) 1 ヶ月の生活費

項 目	金 額	内 訳
食費	40,000 円	自炊のための食料品。週に 2、3 回
学用品購入費	2,000 円	コピー、ノートなど
交通費	3,000 円	バス約 300 円×10 回
交際費	20,000 円	外食約 4,000 円×5 回
その他	20,000 円	衣料品、化粧品など
合計	85,000 円	*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

とても治安はいいと感じた。夜友人と外を歩いていても、不審者に合ったことはない。

3. 医療について

(1) 海外旅行損害保険について

保険の名称	学研災付帯海学 / その他 ()		
加入期間	(10) ヶ月間	保険料	() 円

現地の国／大学指定の保険に加入した場合は、下記も記入してください。

保険の名称			
加入期間	() ヶ月間	保険料	() 円

4. 滞在都市についての情報

滞在都市／町 (オレブロ市)
・町の中心部から大学まではバスで 10 分未満、自転車で約 15 分 ・バスは一回 23 クローナ(約 300 円) ・電動スクーターも充実しているが、自転車が必須 ・ほとんどのお店は 19 時には閉店する ・自然が多く、買い物にも困らないため、住みやすい ・ストックホルムまでは鉄道で約 2 時間 ・日本のような蒸し暑さはないが、夏は日差しが強く乾燥した暑さがある ・冬の日照時間がとても短い

【学業編】

1. 大学情報

大学	オレブロ大学	所在地	スウェーデン オレブロ市
最寄空港	アーランダ空港	空港からの距離	約 2 時間
空港⇄大学	(バス) *移動手段		
学生数	15,000	留学生数	190
学部	Business Health Sciences Hospitality Education Law Psychology Medical Science Music, Theatre Science and Technology *留学先大学の保有する学部をすべて記載してください。		
学部/専攻	Business administration *留学中に所属した学部/専攻を記載してください。		

2. 週間スケジュール

① (9)月～(1)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	講義	グループワーク		個人ワーク	グループワーク
午後		個人ワーク	講義	個人ワーク	グループワーク

② (1)月～(6)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前		講義	講義	個人ワーク	
午後	グループワーク	個人ワーク	グループワーク	個人ワーク	グループワーク

3. 履修内容

科目（和訳）	国際経営学（経営管理）		
履修期間	2021-08-30 ~ 2021-10-03	単位数	7.5hp
授業内容／形態	オンライン授業と対面のグループワーク 経営学の基礎的なコンセプトを広く学ぶ。 グループごとに 1 つコンセプトを取り上げ、プレゼンテーションとレポートを作成。		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目（和訳）	グローバルマーケティング（経営管理）		
履修期間	2021-10-04 ~ 2021-11-07	単位数	7.5hp
授業内容／形態	オンライン授業と、対面のグループワーク 国際経営学の中からマーケティングの分野を掘り下げて学ぶ。 グループごとに 1 つ企業を選び、マーケティング分析を行う。		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目（和訳）	サプライチェーンマネジメント（経営管理）		
履修期間	2021-12-13 ~ 2022-01-16	単位数	7.5hp
授業内容／形態	サプライチェーンに関して、基礎から発展的な内容まで学ぶ。 ケーススタディーやディスカッションを通して学びを深める。		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目（和訳）	サステナビリティと組織論（社会学）		
履修期間	2022-01-17 ～ 2022-02-20	単位数	7.5hp
授業内容／形態	対面の授業とグループワーク ローカルな組織からグローバルな組織まで、幅広い組織を対象とし、組織論に関して様々な観点から基礎的なコンセプトを学ぶ。		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目（和訳）	スポーツ/イベントマーケティング(経営管理)		
履修期間	2022-02-21 ～ 2022-05-01	単位数	7.5hp
授業内容／形態	対面の授業とグループワーク マーケティングコミュニケーションを主なコンセプトとして、イベントのマーケティングがどのように行われるのかを学ぶ。 各グループ1つ又は2つのイベントを取り上げ、マーケティング分析と改善案をプレゼンする。		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目（和訳）	ブランドマネジメント(経営管理)		
履修期間	2022-05-02 ～ 2022-06-05	単位数	7.5 hp
授業内容／形態	ハイブリッド型授業と、対面のグループワーク マーケティングコミュニケーションを中心に学ぶ。ブランド戦略に関するトレンドや、新しい事例に関しても取り上げる。 各グループ1つの企業を取り上げ、ブランド戦略の分析と改善案をプレゼン、レポートを作成する。		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

【総括】

(1) 全体的な感想

*留学生生活全体を通しての気づきや学びをまとめてください。(800 字以上)

私がオレブロ大学に留学したいと思ったきっかけは、ゼミの海外フィールドワークでオレブロ大学を訪問した経験でした。その経験が帰国後も忘れられず、「スウェーデンに住んでみたい」と思い、留学を考え始めました。実際に住んでみると、以前に訪問した時には気づけなかったオレブロ市の魅力や海外で生活するという大変さを知りました。

約 1 年間の留学を通して、専門分野の知識を深められたのはもちろん、人間としてとても強くなったと思います。私としてはそれが一番の収穫であったと感じています。留学前の私はリーダーをしたりミーティングでは中心になったりすることが多く、何でもそれなりに 1 人でできると思っていました。そのため留学先でも日本での私と同じように行動できるだろうと過信していたのだと思います。実際に留学してみると、自分の非力さに絶望しました。初めてのグループワークで「何をすればいいかわからない」「何が起きているのかわからない」と完全に迷子になってしまったのです。その経験から周囲の人に助けを求めることや、わからないことは正直に聞くということの大切を知りました。何でも一人でやることだけが強い人間なのではなく、自分の弱さを知り素直に人に頼れるのも強さなのだと気付くことができました。

人間関係については、最初の数か月はとても苦労しました。対面で新しい人に会うのが久々で、どうやって友達を作るのか忘れていました。さらにヨーロッパということで人との距離感や会話の内容、距離の詰め方にとても悩んだのを覚えています。秋学期はそのような調子で何でも話せる親しい友人がいなく、悩みを相談することもできませんでした。しかし春学期に入り、徐々に自分らしく生活できるようになり、本当に信頼できる友人ができました。日本でも海外でも変わらず、人と仲良くするのに自分を変えるのではなく、ありのままに自分らしく接するのがいいのだと感じました。

苦しいことも楽しいことも、日本で同じ時間を過ごすよりもはるかに多く経験しました。すべての経験が私にとって必要なものであったと思います。このような濃い生活をスウェーデンで遅れたのはサポートしていただいた先生方や友人、グローバル推進室の皆さん、そして両親のおかげです。これからずっと感謝を忘れずに皆さんにお返ししていきたいです。

(2) 今後の展望 *この経験を今後どのように活かしていきたいかをまとめてください。(400 字以上)

交換留学を通して、日本国外で自分らしく生活をする事の難しさを知り、もっと海外で生活したいと思うようになりました。そこでカナダでワーキングホリデーをすることを決意しました。まずはそのカナダでの生活で、スウェーデンで培った多様性の考え方や自分をアピールする方法、積極的に行動することを意識して、周りから信頼される人間になりたいです。約一年間スウェーデンで過ごしたことで、周りの人に精神的にも事務的なことも助けられました。カナダでは、信頼されるだけでなく、困っている人がいたら自ら進んで助けられるように、常に周りを機にかけられるようにしたいです。

また、スウェーデンでの生活で精神的につらく、寮の部屋に引きこもってしまっていた時期がありました。その時心の支えになったのは日本の製品やサービスで、とても助けられました。そのため帰国後は日本の企業で働き、私のように故郷を離れて海外で生活している人や、日本に興味がある海外の人々はもちろん、たくさんの人に日本のものやサービスを届けられるように、海外展開に携わりたいです。

(3) 後輩へのアドバイス *留学を希望する学生にむけてのアドバイスをお願いします。(400 字以上)

留学を考えている皆さんへ

海外の大学で今の学びを深めたい人もいれば、この国に住んでみたい!!という憧れがモチベーションになって留学を考えている人もいます。どんな理由であれ、その行きたいという気持ちを大切に、行ける環境があるのならぜひ挑戦してほしいです。

私からは留学前と留学中それぞれにしてお話させていただきます。

まず、留学前の準備としては、日本についてよく理解を深めておくことです。留学先で会う人は皆自分の国の政治や経済について理解しており、それらに関して話すことも少なくありませんでした。しかし私は恥ずかしながら日本の政治に関してよく理解しておらず、何で知らないの!?と驚かれることもありました。なので、日本について日ごろから関心をもって情報収集をすることをお勧めします!!

語学や学力で不安に感じている方もいると思いますが、不安に感じているのならすぐに準備してほしいです(笑) 私はなぜか留学前一切焦らず、「行けば何とかなるでしょ」という気持ちでした。しかし実際に留学が始まると、英語はみんな訛っていて聞き取りにくく、専攻している分野の基本的な知識は持っていて当たり前でした。自分のことをメンタルが強いと思っていましたが、最初の2か月ほどは生きていくのに精一杯になってしまったので、もっとしっかり準備をしておけばよかったなと思っています。

留学中に関しては、強いメンタルを持つこと、積極的に行動すること、誠実さがとても大切だと思います。英語や専門分野の勉強が必要だと言いましたが、正直この3つがあれば周りの学生が助けてくれます。「頑張っている素直な人」に対してはみんな助けとようしてくれますし、逆にこの3つがかけていたら1年間生活するのは本当に大変だったなと思います。これらを鍛えろというのは難しいですが、周りの人に対して誠実であることを意識してみるといいのかなと思います。

これまで偉そうに長々とコメントしてしまいましたが、留学に行きたいという気持ちを持っている方々であれば、大丈夫です!様々な方からアドバイスやお話を聞いていると思いますが、これをしたら絶対に成功する!という正解はありませんし、そもそも留学に成功も失敗ありません。いい意味で人の話は聞き流す程度にして、ご自身のやりたいことや正しいと思うことを優先してほしいです。

ここまで読んでいただきありがとうございました!少しでも参考になれば幸いです。