

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

|      |                            |       |        |
|------|----------------------------|-------|--------|
| 氏名   | K.A                        | 学部・学科 | 国際教養学部 |
| 学年   | 3年                         | 派遣国   | スウェーデン |
| 派遣大学 | ハルムスタード大学                  |       |        |
| 期間   | 2022年 8月 15日～ 2023年 6月 14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  | ○ | 冷蔵庫 | ○ |
| 滞在費  | 約 ( 40689 ) 円 *1ヶ月あたりの寮費や家賃         |   |      |   |     |   |
| 移動   | ( 徒歩 ) で、約 ( 35 ) 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     | 30000 円 | 野菜、肉、パン、米、卵、バター等   |
| 学用品購入費 | 6117 円  | 講義での課題に必要なウェブサイトへの登録費、ノート数冊、大学のプリンター使用の際のデポジット、クリアファイル、スケジュール帳等。 |
| 交通費    | 2293 円  | 主に電車・バス代。Hallarna というショッピングモールと寮との往復、ヨーテボリの移民局との往復。              |
| 交際費    | 14000 円 | 映画鑑賞、外食等。  |
| その他    | 20000 円 | スノーブーツ、冬用衣服、スニーカー、薬、生活用品等。                                       |

合計

72410 円

\*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

治安は大変良いです。ただ、ハルムスタードのシティセンターを歩いていると、スウェーデン人の若い男子グループや老人からチャイナと叫ばれたことはあります。暴力的ではないものの、ある程度の警戒心を持って、差別的な態度を取られても動揺せずは無視をしてください。

### 3. 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  | ( 11 ) ヶ月間        | 保険料 | ( 114380 ) 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 ( **ハルムスタード** )

スウェーデンの南西部、ハッランド県の県庁所在地で、ニッサン川という大きな川があります。

自然豊かで、緑もビーチもあり、スウェーデン人からは夏を過ごす都市として知られています。

11月からは雪や雨の日が一気に増加し、砂のようにさらさらとした雪が足首の上あたりまで降り積もります。雪は解けますが、その下が氷結しているため、大変滑りやすいです。そのため、ハルムスタードの冬はスノーブーツなしでは過ごせません。普通のスニーカーで歩くと転倒することもあります。

夏は暑すぎず、湿度も低いため、大変過ごしやすいです。

ヨーテポリやマルメほど大きな街ではありませんが、Öresundståg と SJ という 2 本の長距離鉄道が走っており、コペンハーゲンやマルメ、ヨーテポリといった大きな都市に繋がっています。

## 【学業編】

### 1. 大学情報

|       |  |         |   |
|-------|--|---------|---|
| 大学    | ハルムスタード大学  | 所在地     | Kristian IV:s väg 3, 301 18<br>Halmstad, スウェーデン |
| 最寄空港  | コペンハーゲン空港  | 空港からの距離 | 電車で2時間12分と徒歩で<br>17分の距離。                        |
| 空港⇄大学 | ( 鉄道 Öresundståg を使ってコペンハーゲン空港からハルムスタード駅まで<br>直行し、駅から大学までは徒歩18分で到着。 ) *移動手段  |         |   |
| 学生数   | 11831人   | 留学生数    | 約130人   |
| 学部    | School of Health and Welfare<br>School of Education, Humanities and Social Sciences<br>School of Business, Innovation and Sustainability<br>School of information Technology<br><br>*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 | School of Business, Innovation and Sustainability<br>*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 ( 8 )月～( 1 )月

|    | 月曜日                          | 火曜日   | 水曜日                             | 木曜日 | 金曜日  |
|----|------------------------------|---|---------------------------------|-----|--|
| 午前 | Introduction to organization |   | Speaking and Writing in English |     | Speaking and Writing in English<br><br>Swedish as a Foreign Language 1 |
| 午後 |                              | Introduction to organization<br><br>Marketing | Swedish as a Foreign Language 1 |     |  |

② ( 1 )月～( 5 )月

|    | 月曜日                                   | 火曜日                                   | 水曜日                                   | 木曜日               | 金曜日 |
|----|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------------|-----|
| 午前 |                                       | Bioenergy<br><br>Project Management 1 | Development of New Goods and Services | Bioenergy         |     |
| 午後 | Development of New Goods and Services | Consumer Behavior                     |                                       | Consumer Behavior |     |

### 3. 履修内容

|          |   |  |         |
|----------|---|--|---------|
| 科目       | Speaking and Writing in English   |  |         |
| 履修期間     | 8/31-1/9  | 単位数  | 7.5ECTS |
| 授業内容／形態  | <p>英語でのライティングスキルとスピーキング能力をつけることを目的とする。</p> <p>効果的なプレゼンテーション方法や発展レベルの文法はもちろんのこと、イギリス英語とアメリカ英語の比較、長文理解、文章の効果的な組み立て方について学ぶ。</p> <p>週に1回程度、宿題が課される。</p> <p>講義を聞く回とグループワークを行う回がある。</p> <p>プレゼンテーションとライティング試験(作文)で評価がされる。</p> |  |         |
| 成績       | C (Good)  |  |         |
| YCU 振替予定 | 科目  | Advanced Practical English II,<br>Advanced Practical English III |         |
|          | 単位数   | 2  |         |
|          | 担当教員  |  |         |

|          |   |        |         |
|----------|---|--------|---------|
| 科目       | Swedish as a Foreign Language 1   |        |         |
| 履修期間     | 8/31-1/13   | 単位数    | 7.5ECTS |
| 授業内容／形態  | <p>スウェーデン語の基本的な知識を得る。スウェーデン語での簡単な読み書き、スピーキング能力をつける。</p> <p>試験は筆記とスピーキング、どちらも行われた。</p> |        |         |
| 成績       | Excellent (A)   |        |         |
| YCU 振替予定 | 科目  | 海外留学科目 |         |
|          | 単位数   | 2      |         |
|          | 担当教員  |        |         |

|         |   |     |         |
|---------|---|-----|---------|
| 科目      | Introduction to Organization  |     |         |
| 履修期間    | 8/30-10/24  | 単位数 | 7.5ECTS |
| 授業内容／形態 | <p>組織と組織論について理解を深める。文化や意思決定プロセス、リーダーシップがどのように組織の変化に影響するのかといったことに重点を置く。</p> <p>グループプロジェクトを行い、グループごとに最終プレゼンテーションとレポート作成を成果物として提出。</p> |     |         |

|          |                            |       |
|----------|----------------------------|-------|
|          | 筆記試験あり。                    |       |
| 成績       | VG (Pass with distinction) |       |
| YCU 振替予定 | 科目                         | 経営組織論 |
|          | 単位数                        | 2     |
|          | 担当教員                       | 吉永 崇史 |

|          |   |        |         |
|----------|---|--------|---------|
| 科目       | Consumer Behavior   |        |         |
| 履修期間     | 4/4-5/25  | 単位数    | 7.5ECTS |
| 授業内容／形態  | 消費者行動を説明するセオリーやモデルに関する知識を培う。<br>普段の講義に加えて、グループプロジェクトを通してレポート作成とプレゼンテーションを行う。<br>筆記試験あり。 |        |         |
| 成績       | Excellent (A)   |        |         |
| YCU 振替予定 | 科目  | 消費者行動論 |         |
|          | 単位数   | 2      |         |
|          | 担当教員  | 柴田 典子  |         |

|          |  |          |         |
|----------|--|----------|---------|
| 科目       | Marketing  |          |         |
| 履修期間     | 11/9-1/4   | 単位数      | 7.5ECTS |
| 授業内容／形態  | 戦術的なレベルでマーケティングの基礎知識を学ぶことを目的としている。<br>グループプロジェクトを行い、最終プレゼンテーションとレポート作成を行う。 |          |         |
| 成績       | VG (Pass with distinction)   |          |         |
| YCU 振替予定 | 科目   | マーケティング論 |         |
|          | 単位数  | 2        |         |
|          | 担当教員   | 柴田 典子    |         |

|      |           |     |         |
|------|-----------|-----|---------|
| 科目   | Bioenergy |     |         |
| 履修期間 | 1/17-3/16 | 単位数 | 7.5ECTS |

|          |  |        |
|----------|--|--------|
| 授業内容／形態  | <p>包括的で持続可能な視点を持ってバイオエネルギー資源・技術・使用に関する知識を形成することを目的とする。</p> <p>グループごとに与えられたテーマについてプレゼンテーションとレポート作成を行う。</p> <p>筆記試験あり。</p> |        |
| 成績       | Pass with credit (4)   |        |
| YCU 振替予定 | 科目   | 海外留学科目 |
|          | 単位数  | 2      |
|          | 担当教員   |        |

|          |   |        |         |
|----------|---|--------|---------|
| 科目       | Development of New Goods and Services   |        |         |
| 履修期間     | 1/16-5/31   | 単位数    | 7.5ECTS |
| 授業内容／形態  | <p>経験ベース・理論ベースの講義を交えて、新規商品開発を成功に導く理論的・実践的なスキルを培う。</p> <p>グループで新規商品開発・サービス開発を行い、最終プレゼンテーションで発表を行う。レポート作成もグループで行う。</p> <p>筆記試験あり。</p> |        |         |
| 成績       | Very Good (B)   |        |         |
| YCU 振替予定 | 科目  | 海外留学科目 |         |
|          | 単位数   | 2      |         |
|          | 担当教員  |        |         |

|          |  |        |         |
|----------|--|--------|---------|
| 科目       | Project Management 1   |        |         |
| 履修期間     | 4/4-5/26   | 単位数    | 7.5ECTS |
| 授業内容／形態  | <p>適切にプロジェクトを実行する実践的スキルを培う。</p> <p>シミュレーションウェブサイトを使って、プロジェクトにおいてチームの雰囲気・プロトタイプ数・人数・ミーティング数などの要素がどのようにプロジェクトに影響するのかを学び、講義の一環としてグループプロジェクトを行い、プロジェクト計画を立てて発表した。</p> <p>筆記試験あり。</p> |        |         |
| 成績       | Very Good (B)  |        |         |
| YCU 振替予定 | 科目   | 海外留学科目 |         |
|          | 単位数  | 2      |         |
|          | 担当教員   |        |         |



YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

|       |                            |       |              |
|-------|----------------------------|-------|--------------|
| イニシャル | K. A.                      | 学部・学科 | 国際教養学部国際教養学科 |
| 学年    | 3                          | 派遣国   | スウェーデン       |
| 派遣大学  | ハルムスタード大学                  |       |              |
| 期間    | 2022年 8月 15日～ 2023年 6月 14日 |       |              |
| プログラム | 交換留学プログラム                  |       |              |

< 留学先大学での履修内容 >

|      |  |
|------|--|
| 科目   | Speaking and Writing in English  |
| 講義内容 | 英語でのライティングスキルとスピーキング能力をつけることを目的とする。効果的なプレゼンテーション方法や発展レベルの文法はもちろんのこと、イギリス英語とアメリカ英語の比較、長文理解、文章の効果的な組み立て方について学ぶ。<br>週に1回程度、宿題が課される。<br>講義を聞く回とグループワークを行う回がある。<br>プレゼンテーションとライティング試験(作文)で評価がされる。 |
| 科目   | Swedish as a Foreign Language 1  |
| 講義内容 | スウェーデン語の基本的な知識を得る。スウェーデン語での簡単な読み書き、スピーキング能力をつける。<br>試験は筆記とスピーキング、どちらも行われた。   |
| 科目   | Introduction to Organization   |
| 講義内容 | 組織と組織論について理解を深める。文化や意思決定プロセス、リーダーシップがどのように組織の変化に影響するのかといったことに重点を置く。<br>グループプロジェクトを行い、グループごとに最終プレゼンテーションとレポート作成を成果物として提出。<br>筆記試験あり。  |
| 科目   | Consumer Behavior  |
| 講義内容 | 消費者行動を説明するセオリーやモデルに関する知識を培う。<br>普段の講義に加えて、グループプロジェクトを通してレポート作成とプレゼンテーションを行う。<br>筆記試験あり。  |
| 科目   | Marketing  |

|             |   |
|-------------|---|
| <b>講義内容</b> | 戦術的なレベルでマーケティングの基礎知識を学ぶことを目的としている。<br>グループプロジェクトを行い、最終プレゼンテーションとレポート作成を行う。  |
| <b>科目</b>   | Bioenergy   |
| <b>講義内容</b> | 包括的で持続可能な視点を持ってバイオエネルギー資源・技術・使用に関する知識を形成することを目的とする。<br>グループごとに与えられたテーマについてプレゼンテーションとレポート作成を行う。<br>筆記試験あり。   |
| <b>科目</b>   | Development of New Goods and Services   |
| <b>講義内容</b> | 経験ベース・理論ベースの講義を交えて、新規商品開発を成功に導く理論的・実践的なスキルを培う。<br>グループで新規商品開発・サービス開発を行い、最終プレゼンテーションで発表を行う。レポート作成もグループで行う。<br>筆記試験あり。  |
| <b>科目</b>   | Project Management 1  |
| <b>講義内容</b> | 適切にプロジェクトを実行する実践的スキルを培う。<br>シミュレーションウェブサイトを使って、プロジェクトにおいてチームの雰囲気・プロトタイプ数・人数・ミーティング数などの要素がどのようにプロジェクトに影響するのかを学び、講義の一環としてグループプロジェクトを行い、プロジェクト計画を立てて発表した。<br>筆記試験あり。 |

<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)

この留学を通して気づいたことは、常に前向きな姿勢が大切である、ということです。  
まず、スウェーデンという別世界で初めて寮生活を体験する、という初めてだらけ・不安だらけのスタートでした。11 月、一気に冷え込むようになると、心配性で常にネガティブな方向に考えてしまうという癖は、私の足をさらに引っ張るようになりました。朝日が昇るのは午前 10 時頃、しかし 15 時には日没です。太陽に十分に当たれず、さらにネガティブ思考へと陥ってしまいました。このことから、常に明るい面・自分にあるものに目を向け、友人たちとの時間を大切にすることで、意義ある時間を過ごせるのだと体感しました。  
また、学習面では、大学では受けることのできないタイプの講義を受けることができ、大変満足しています。グループプロジェクトが多く、コミュニケーション能力が磨かれたことも利点の一つです。多国籍なメンバーでプロジェクトを行う際は、対面で行った方が圧倒的にスムーズにコミュニケーションが取れるということも学びました。  
ハルムスタード大学は建物が新しく、ラボがあるなど大変大きい施設であると感じました。ラボ(FabLab)には文系・理系関係なく学生がプロトタイプ作成や趣味で使用することも可能であるため、自分のアイデアに形を与えることの面白さに気づくことができました。文系の私にもラボで 3D プリンターを使わせていただいたり、本格的なプロトタイプ作成用の機械を見学させていただいたり、分野を超えて好奇心を掻き立てられるような体験をすることができました。  
ドイツやフランス、オランダ、シンガポールといった国際色豊かなメンバーでの寮生活であったため、掃除当番等に関して意見が合わないことも多々ありました。当初私は自分の意見を言うことが苦手でした。ドイツ人学生が「気づいた人が掃除をすればいい」と言った際には、「それでは、みんなが見て見ぬふりをするようになってしまう」と指摘できず、結果として私と私のルームメイト以外は掃除をしなくなりました。ハエがキッチンに群がるようになり、「間違っていると思ったらきちんと指摘しなければならない」と身を持って学びました。

(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)

将来は国際色豊かな環境で働きたいと考えています。コミュニケーションを取る際、プロジェクトを一緒に行う際は特にこの留学経験を活かしていきたいです。

例えば、自分の中に意見を持ち、それを率直に伝えることで、曖昧な表現による誤解や齟齬をなくすことができると学びました。建設的な議論を行い、スムーズにコミュニケーションを取るために、この学びを活かしていけるのではないかと考えます。

この経験で得た前向きな姿勢は、今後あらゆる場面に活かせると考えています。グループプロジェクトでは、予定が押ししまったり、難しいからとチームのモチベーションが下がったりすることもあります。前向きな声かけや取り組みによって改善することができるからです。就職活動においても、前向きな姿勢は大変重要になってくると考えています。

留学前は、本当に自分が 10 か月間異国の地で頑張れるのか、自信がありませんでした。しかし、この経験を通して学んだ「不安がる前に挑戦する」ということの大切さを、今後新しい環境に飛び込んでいく際に活かしていきたいです。

(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)

スウェーデンでは Residence Permit が面倒だと感じると思います。早めに書類の準備と、書類に必要な情報が全て記載されているかどうか(特にハルムスタード大学から頂く Acceptance letter に記載の受け入れ期間)をよくチェックしておくとういと思っています。

ハルムスタードでは、食に関して不便を感じると思います。日本にいるうちに美味しいものをたくさん食べておいてください。

スウェーデンでは文房具・爪切りの質が良くないため、持参することをお勧めします。薬に関しても、処方箋が必要なものは入手がしづらいです。日本から持参することをお勧めします。

渡航前の私と同じように、不安に感じている方もいると思いますが、ハルムスタード大学での 10 か月は、豊かな自然と個性的な仲間に出会った素晴らしい体験になると思います。寮生活に関しても、ほとんどの方が初めての経験だと思われます。

一緒に過ごせる時間を大切に、たくさん思い出を作ってください。私にとって、友人たちとの思い出は、この留学で一番幸せを感じさせてくれるものです。皆さんも、留学で素晴らしい経験をされることを祈っています。