

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏 名	T.H.	学部・学科	国際教養学部・国際教養学科
学 年	4 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	2023 年 8 月 23 日～2024 年 6 月 13 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 (47000) 円 *1 ヶ月あたりの寮費や家賃					
移動	(自転車) で、約 (30) 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	50000 円	
学用品購入費	0 円	図書館やオンラインで入手可能だったため、購入した教科書等はなし
交通費	7000 円	出かける時の電車代
交際費	50000 円	旅行や外食費
その他	12000 円	日用品

合計

119000 円

*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

スウェーデンは他の国に比べて財布や携帯などの窃盗が少なかったように思います。しかし、自転車の窃盗が多いようで、実際に私の自転車も盗まれてしまいました。そのため、油断は禁物だと思います。また、街灯が少なく夜は暗いです。他にもハルムスタードは移民が多く、その人たちが問題を起こすこともあるということを聞きました。特に夜は一人で出歩くことのないようにすべきだと思います。

スウェーデンのマルメはデモ活動が激しく、危険だと言われています。私が訪れた時も広場に多くの人が集まるデモがありました。そこから離れると落ち着きはありますが、危険なのでデモ隊に近づくことはしないようにする必要があります。

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	The Student IN insurance		
加入期間	(10) 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)

ハルムスタードはコペンハーゲン空港から電車で約 2 時間のところにあります。小さい都市ですが、スーパーマーケットやレストランは十分にあります。また、海や丘も近くにあり自然を楽しむこともできます。

移民の人が多く、イスラム系のスーパーマーケットや多くのケバブやアジアのレストランがあるなど、色々な国の食事を楽しむことができます。

自転車でほとんど回れるくらい小さいところです。バスもよく走っているので、少し遠いところに行くときや雨の時はバスを利用できます。

【学業編】

1. 大学情報

大学	ハルムスタード大学	所在地	スウェーデン、ハルムスタード
最寄空港	コペンハーゲン空港	空港からの距離	電車で約 2 時間
空港⇄大学	(コペンハーゲン空港からハルムスタードまで電車を使い、ハルムスタードの駅から大学までは徒歩で 15 分ほど。バスも利用できる。) *移動手段		
学生数	12000	留学生数	300
学部	business innovation and sustainability education and humanities social science *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	Education and humanities/ teacher training *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～(12)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	Academic writing			English Listening	
午後	● Play, movement and creativity(セメスター前半) ● Children, culture and aesthetic(セメスター後半)		● Play, movement and creativity (セメスター前半) ● Children, culture and aesthetic(セメスター後半)		Play, movement and creativity (セメスター前半)

② (1)月～(6)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	● Swedish as a Foreign Language ● Global Culture and Communication(セメスター後半)			Global Culture and Communication	
午後		Scandinavian design (セメスター前半)			

3. 履修内容

科目	Academic Writing in English		
履修期間	8月から12月	単位数	7.5
授業内容／形態	学生は約50名ほどで、先生のレクチャー形式で行われました。英語のライティング時に注意すべき点やよくある間違いなどを先生が一通り説明し、その後グループで問題を解いて答えるというような流れです。最終課題は自分が行なっている、もしくは興味のある分野についてのプレゼンテーションとそれについてのエッセーでした。		
成績	C		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Play, Movement, and Creativity		
履修期間	8月から10月	単位数	7.5
授業内容／形態	幼稚園教育についての授業で特にクリエイティブ能力を向上することを目標としていた授業です。週に2,3回ほどあり、2人の先生が担当していました。1人の先生の授業はレクチャーで、幼稚園教育に対してあった今までの意見などアカデミックな面を扱い、もう1人の先生は動画を作ったり音楽演奏会をしたりとクリエイティブな面にフォーカスされていました。試験はアカデミックな内容を問われました。他にも演奏発表会やグループでのコマ撮りを使った動画作成などを行いました。		
成績	E		
YCU 振替予定	科目	特講（国際教養学部留学科目 C）	
	単位数	2	
	担当教員		

科目	English Listening Comprehension and Vocabulary		
履修期間	8月から10月	単位数	7.5
授業内容／形態	この授業はリスニングにフォーカスした授業で、授業では前半に授業テーマに合わせたリスニング教材を聴き問題を解き、後半はグループで文化や教育などその日の授業テーマに関するディスカッションなどを行いました。課題は語彙問題で、その問題は試験にも出されました。試験は他		

	にもリスニング問題も含まれています。	
成績	C	
YCU 振替予定	科目	国際教養学部留学科目 A
	単位数	2
	担当教員	

科目	Children, Culture and Aesthetics		
履修期間	10 月から 12 月	単位数	7.5
授業内容／形態	この授業は幼稚園教育に関する美術哲学を学びました。授業はレクチャー形式です。先生が学生に質問をして答える時間もありました。最終課題はエッセーです。		
成績	C		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Scandinavian design		
履修期間	1 月から 4 月	単位数	7.5
授業内容／形態	この授業はハイブリット形式の授業で、先生のレクチャーは動画で流され、授業当日は 20 分ほど先生が簡単に解説した後にグループで先生が提示した資料やウェブサイトなどをみながらデザインについてディスカッションしました。最終課題はエッセーでした。		
成績	D		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Swedish as Foreign Language 1		
----	-------------------------------	--	--

履修期間	1月から6月	単位数	7.5
授業内容／形態	スウェーデン語を学ぶ授業ですが、前半にしっかりとスウェーデン語を学んだあと、後半はスウェーデンの文化について先生が教えてくれました。前半もグループワークが多かったです。習うスウェーデン語のレベルは下ですが、日常会話は少しできるようになります。最終課題は口頭と筆記でした。		
成績	A		
YCU 振替予定	科目	特講（国際教養学部留学科目 D）	
	単位数	A	
	担当教員		

科目	Business Culture 1		
履修期間	1月から5月	単位数	7.5
授業内容／形態	この授業では、ビジネスの点から各国の文化を考えるという授業でした。学生は全て留学生で、色々な国から集まっていたため、先生が私たちに色々な質問を尋ねて、色々な国の文化を共有することができました。中間と最終の2回グループプレゼンテーションがありました。中間では、テーマが決められていてそれに合う企業をピックアップし、相手にする国やパートナーとなる国の文化や人々の性質からどのようなビジネスを行なっていくべきかを考えました。最終課題はスウェーデンとある一つの国を比較しました。また、それに関するエッセーも書きました。		
成績	VG		
YCU 振替予定	科目	特講（国際教養学部留学科目 B）	
	単位数	2	
	担当教員		

科目	Global Culture and Communication		
履修期間	4月から6月	単位数	7.5
授業内容／形態	この授業では食べ物やジェンダー、宗教などのテーマに関する文化について学びました。先生がレクチャーをしますが、たくさん学生に質問をし、レクチャー中にもディスカッションが生まれることもありました。		
成績	G		

YCU 振替予定	科目	特講(Global Society and Issues)
	単位数	2
	担当教員	田中 藍渚

<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)

私は留学していた 10 か月はとても充実していました。海外に行くこと自体が初めてで、行く前は不安だらけでしたが、友達にも恵まれ、新しいことに挑戦することもでき、想像以上に楽しい日々でした。

勉強に関しては、私がスウェーデンを選んだ理由が北欧は教育が発展しているため、特に中等・高等教育について学びたいというものでした。しかし、実際はプレスクール教育の授業しか受けられず最初は少し残念でしたが、受けてみると、スウェーデン学生と留学生と受けることができ、各国のプレスクール教育についてディスカッションすることができました。また、実際にスウェーデンのプレスクールを訪問することもでき、留学していなければ学ぶことができなかったことであるため、良い学びになったと思います。スウェーデンの授業ではディスカッションやグループワークが多く、モチベーションを保ち続けることができました。

寮生活もとても楽しかったです。シェアルームは初めてのことでしたが、ルームメイトとも楽しく過ごすことができ、お互いに 1 日の出来事を共有する時間などが好きでした。何もない日でも友達と会うことができ、そのまま散歩に行ったり、ごはんを一緒に食べたりすることもあり、いつでも友達と会える環境はいいなと感じていました。誕生日のときも友達がサプライズをしてくれてとてもうれしかったです。

留学で出会った友達と離れ離れになってしまったことは悲しいですが、会いに行ったり会いに来てもらったりできたらいいなと思います。今は世界中に友達がいるということが私の 1 つの自慢です。

留学生活を通して、考え方が柔軟になったと思います。帰国してから親に、前は完璧にすることを気にしすぎて自分を追い詰めていたけど、今は力の抜き方を覚えたと言われました。留学中にルームメイトに「やりたいことをやりたいときにやればいい」と言ってもらえたことが今の力になっていると思います。今までは、「この時期にこれをやらなければならない」などと考えていましたが、今は留学中にクライミングなど新しいことに挑戦できたことなどもきっかけで、やりたいことを優先で考えてみようと思えるようになりました。また、留学中が楽しすぎたこともあり、楽しいことをしたいと思うようになりました。実際にはそのようにうまく物事は進まないということもわかってはいますが、こう考えられるようになったことは留学中の自分の成長だと考えています。

(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)

私は留学前日本で英語教師になるという目標しかありませんでしたが、今は海外でも働いてみたいと思っています。Sweaters という学生団体としての活動や、ハルムスタード大学でのインターナショナルデーなどを通して、日本文化を共有することの楽しさを知り、海外で日本人だからこそ知っている日本の文化を知ってもらいたいと思うようになりました。日本語を教える、海外派遣に参加するなど様々な選択肢がありますが、何かしらのかたちでできたらいいなと思います。

日本の文化を共有したいと言いつつも、留学中に私は日本についてほとんど知らないということを痛感しました。政治や宗教、歴史などについて聞かれてもうまく答えられませんでした。他の友達はいろいろなことを教えてくれましたが、それに比べて私は興味のあることしか知らなかったです。恥ずかしくもあり、しっかりと興味関心を持ち、知っていく必要があると気が付きました。今後はしっかりと政治や文化のことを知り、それを踏まえて海外の人に共有したいです。また、それをきっかけにボランティアなどいろいろな活動にも参加していきたいです。

(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)

私は留学を充実させられましたが、留学手続きなどは大変でした。居住許可申請や授業の科目選びなどわからないことも多く苦戦しました。そのときに以前同じところに留学していた先輩に聞くことができたので、とても助かりました。そのため、わからないことがあれば、聞くことも大切かなと思います。答えられるかはわかりませんが、私もやってもらったことをしたいので、必要な時は連絡ください。

私は留学に行く前は英語を話すことは得意ではなく、最初は落ちこみ焦りました。しかし、友達と話したり、授業を受けたりすることで上達していったと思います。また、色々な人と関わることで、いろいろな経験をしたり、色々なことを知れたりしました。英語ができる、できないにかかわらず、積極的に人と関わることは日々が充実することに繋がると思います。

他に伝えたいことは、留学は限られた期間であるため、そのときにできることをやるべきだと思います。海外では日本でできないことができ、また世界中の友達と過ごせる時間も貴重です。私は 10 か月間留学に行き、最初は長いと思っていましたが、実際は一瞬で時間が過ぎていってしまいました。それでも、やれることをとことんやったので後悔していることはありません。皆さんも留学に行ったら、「やりたいことをやりたいときに」やることをお勧めします。