

海外派遣留学プログラム報告書

(報告期間：2021/08/26～2021/10/02)

1. 勉学の状況

9月1日から3日間、オンラインでオリエンテーションがあり、秋学期が始まりました。授業は、対面やZOOM、webコース、自主学習など様々な方式で行われています。対面の授業は曜日と時間、場所までもが固定されておらず、かなり変則的ですが、アプリでそれらを確認することができるので、そこまで困ることはありません。

今回は、3つの授業を紹介します。

・Basics of Finnish Music Education

フィンランドの音楽教育のシステムや、小学校でどのように音楽を教えているのかを学ぶ授業です。楽器を実際に演奏する機会が多く、「カンテレ」という伝統楽器やウクレレ、ブームワッカーなど、色々な楽器を演奏することができます。

また先日は、それぞれ自分の国の曲を持ち寄り、グループごとに、軽い模擬授業のようなものを行いました。私は「さくらさくら」を持ち寄り、使う楽器や教え方をグループのみんなと話し合いました。他の留学生はアップテンポの曲を題材にしていたので、その中で「さくらさくら」はかなり浮いていましたが、参加している留学生は、綺麗なメロディーを気に入って、一生懸命日本語で歌ってくれました。

この授業では、learning diaryを毎回の授業ごとに作成する必要があります。自分が考えたことや学んだことを自由にまとめるというものですが、その方法は学生に任せられていて、もちろんwordにまとめるのも良いし、podcastでただ話すものでも良いということで、その柔軟性に驚きました。

・Introduction to Finnish Educational Systems and School

この授業では、フィンランドの教育制度を学べます。シラバスには小学校の見学に行けると書いてありましたが、コロナの関係で無くなってしまいそうです。今のところ、授業は教授の話を聞いて、分からないことがあったら質問をする形で進んでいます。教授はかなりゆっくり話してくれますが、内容を理解するのに必死で、授業が終わるといつもぐったりしています。特に印象的だったのは、フィンランドの教育のキーワードは「平等」だということです。大学はすべて国立、小中高も私立学校はありますが、ほんのわずかです。どの学校に行っても大差がないような仕組みになっているのです。

・Survival Finnish

フィンランド語の初歩的な表現や文法を学べる授業で、ほとんどの留学生が履修をしていま

す。友達を作るチャンスだと思っていたので、コロナの影響で ZOOM での授業となってしまったのがとても残念です。成績は、単語テストと最終テストで付くので、頑張りたいです。読み方に関して、ほとんどのものはローマ字読みでなんとかなってしまいます。また、個人的に響きがかわいいと思うものが多いです。(私のお気に入り、「Moi moi (モイモイ)」。またねという意味です。)しかし、語尾の活用の種類がとても多くて混乱します。この点が世界一難しい言語と言われる所以でしょうか。また、印象的だったのが、フィンランド人の性格や習慣を学んだ回です。彼らはシャイな性格で、よく謙遜をしたり時間に厳しかったりするようで、(確かに、電車やバスは秒単位で動いています。)日本人と似ている点が多いなと思いました。

2. 生活の状況

8月26日にヘルシンキ・ヴァンター国際空港に到着し、翌日大学のあるヨエンスーという町に向かいました。その後、アパートの部屋が空くまで町内のホテルに滞在し、9月1日からアパートでの暮らしが始まりました。

・ヨエンスーについて

聞いていた通り、本当にすてきな所です。森や湖が近くにあって自然が豊かな所です。また、これまでにハリネズミ、ウサギ、リスを街中で見かけました。市街地もごみが散らかっているということはなく、とてもきれいです。



↑湖の写真と、アパートの写真です。9月中旬から紅葉が始まりました。

・アパートについて

東フィンランド大学が提携している「Joensuu Elli」という会社のアパートで暮らしています。私は、家具付きのフラットに3人のルームメイトと住んでいます。そのうちの2人はドイツ出身で、もう1人はカザフスタン出身です。私を含めて計4人でシェアをしているというのは、なかなか珍しいようです。(多くの方は2人か3人でシェアをしています。)しかし3人ともとても優しく、キッチンやトイレも綺麗に使っているのも、特に問題もなく過ごしています。電化製

品などは、前の居住者が置いていったものがあるので、それを使用しています。さらに、大学に申請し「survival package」という、食器やベッドカバーなど生活に必要なもののセットを借りることができたので、大きな買い物をせずに済んだのが良かったです。

・食事について

普段は自炊をしています。スーパーで売られているものは全てフィンランド語で、翻訳アプリを使いながら買い物をしています。買い物はかなり大変ですが、日本との違いもたくさんあって楽しいです。例えば、アイスの種類が本当に多いです。私の学生チューターさんによると、フィンランドの方はアイスが大好物らしく、消費量ランキングでも上位に食い込んでいます。また、果物や野菜の買い方も日本とは違います。自分で量って値札をつける方式で少し面倒ですが、欲しい分だけ買うことができるので、その点はとても良いです。さらに、10月に入ってからクリスマス用のチョコレートや飲み物、小さなツリーの飾りなどをスーパーで目にして、驚きました。クリスマスまでまだ2か月もありますが、今から楽しみです。

学校に行く日は学食を食べます。私がよく行くところは、パン食べ放題付き一食2ユーロ強のお値段でとても安いです。

友達と遊ぶ時は外食をして、主にピザ屋さんとカフェによく行きます。外食は日本と比べると少し高いので控えたいですが、すでにお気に入りのカフェが何軒かできました。ベリー系のケーキがとても美味しいです！

↓カフェのケーキと、「カレリアンピーラッカ」(お粥をライ麦の生地で包んだ、伝統料理です)



↑学食

・コロナについて

こちらでは、公共交通機関もしくは室内のみ、マスクの着用が推奨されています。ヨエンスーに到着した日に、電車から降りるとマスクを取っている人がいて、日本とは全く異なる姿にとっても驚きました。

・交友関係について

東フィンランド大学では、留学生何人かにつき学生のチューターさんが 1 人ついてくれるシステムになっています。私のチューターさんは本当に親切な方で、とてもラッキーでした。先日、日本から荷物を送ってもらったのですが、関税に引っ掛かりそうになったり、ヘルシンキでなぜか何日も足止めされていたりして、受け取りがとても大変でしたが、チューターさんが親身になって助けてくれました。また、チューターさんのお家でフィンランド料理の作り方を教えてもらったり、日本料理と一緒に作ったりと楽しい時間を過ごしています！

カザフスタン料理パーティー、スシパーティー、餃子パーティーなど、料理と一緒に食べて食べる場に呼ばれることがあり、知り合いも増えてきました。特にヨーロッパの人はパーティーが好きみたいです。私は大人数が得意な方ではありませんが、これからも参加したいと思います。また、仲の良い友達も数人できました。特に仲良しの香港出身の友達とは、似ている点が多く、共感できることもたくさんありますが、話していると「そんな文化があるの!？」とお互いに驚くことがあって、ただ話すだけで新発見があるのがとても面白いです。



↑フィンランド人のチューターさんにご馳走になった時の家庭料理です。

キャセロールのようなものと、パン、サーモンスープです！

海外派遣留学プログラム報告書

(報告期間：2021/10/03～2022/02/01)

1. 勉学の状況

12月の月上旬に秋学期が終了し、1月から春学期が始まりました。今回は、前回触れなかった授業を紹介します。

・ Finnish Folk Culture

主に「カレワラ」という、古くから伝わるフィンランドの神話について勉強しました。この「カレワラ」はフィンランドの文化に深く影響を及ぼしていて、会社や人の名前、彫刻、音楽などからそれらを読み取ることができます。この授業を取った後に、家で使っているマッチ箱の名前が、「カレワラ」に出てくるキャラクターの名前であることに気づき、フィンランドのことを少しでも知れた気がして、嬉しく思いました。授業は、ディスカッションとプレゼンテーション、エッセイで成績がつけました。

少人数のクラスでしたが、ディスカッションとプレゼンテーションは手が震えるほど緊張しました。しかし、クラスメイトと先生が本当に優しく見守ってくれたので、なんとか乗り切れました。

・ Theory and Practice of Teaching Foreign Language to Young Learners

外国語を若い学習者にどのように教えるのかについて学んでいます。授業は、グループワークが多くあり、全く気が抜けません。他の国からの留学生の熱意に圧倒されるばかりです。最初は戸惑ってしまいましたが、回を重ねると自分も意見を言えるようになり、いつもグループワークが終わると達成感と疲労でいっぱいです。また、授業で学んだ外国語教育法の中で特に印象に残ったのは、フィンランドで開発された、「language showering」というものです。幼稚園で過ごす間の4分の1の時間、先生が外国語を使って子どもに接します。お昼寝の時間に外国語の絵本を読んだり、子どもの数を外国語で数えたりという方法が取られるようです。この学習法には私だけでなく、各国の学生が興味を示していました。

この授業は1月から始まったもので、コロナの関係で今のところはオンラインで行われています。課題の一つに、実際に授業を見学してレポートを書くというものがあるので、ついに学校見学ができるのかと、とても楽しみにしていますが、このままのコロナの状況ではできませんので、ただ良くなることを祈るばかりです。

・ Assessment and Evaluation in Promoting Learning

ムードルに掲載された資料を読んで、グループワークをしながら進める授業です。フィンランドの学習評価について学びます。この授業は、グループワークの前に準備できる時間がたっぷり

取れるので、自信を持って臨むことができます。フィンランドの評価は「学習を導き促進する評価」であるということが特に強調されています。まだ始まったばかりなので、他に何が学べるか楽しみです。

・ Language café

こちらは、授業ではないのですが、授業同様かなり時間を掛けたものだったので紹介します。東フィンランド大学では、Language Caféという、有志の学生が言語を教えるクラスがあります。秋学期は、フィンランド語とスペイン語、日本語の3つがありました。日本人留学生の子と一緒に、毎回「オノマトペ」や「数字」、「旅行の時に使う言葉」など、テーマを決めて1時間強の授業を行いました。私たちは、毎回メインの人を決めてその一人が前に立って説明するという形を取ったので、自分が担当の会の時は、千葉大で行っていた模擬授業のような緊張感がありました。私は二回メインを担当し、3種類の文字がある日本語はとても教えるのが難しいと気づきました。大変でしたが、とても良い経験になりましたし、クラスが終わったあとに日本人留学生と日本語で話す時間は、良い気分転換になりました。

2. 生活の状況

・ 交友関係について

12月 は 別れの月でした。特に、一番仲良くしてくれた香港の留学生が帰ってしまうときは、とても悲しかったです。その友達とは、ただご飯を食べたり遊んだりするだけでなく、深い話ができることが良かったです。英語を上達させるには外国人の恋人を作るのが一番というような話がありますが、これに似たようなことが起きていたように思います。一緒に過ごすのが楽しくて、もっと話したい、感謝を伝えたいという気持ちが英語学習のモチベーションになっていました。また香港か日本かで会える日を楽しみに、お互い英語を上達させることを約束しました。

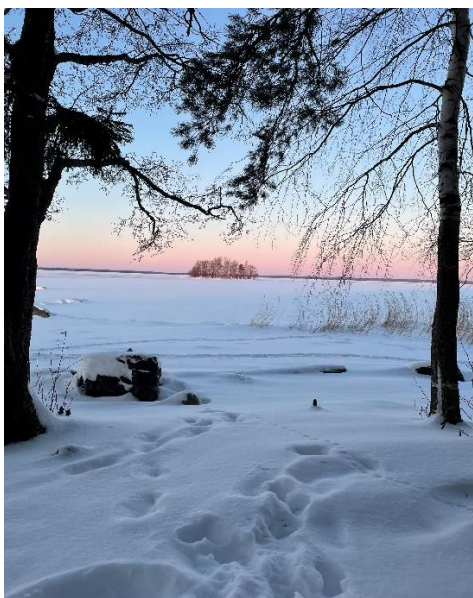
また、3人のルームメイトのうち、2人のドイツ人のルームメイトも帰ってしまったので、年末はカザフスタン人の留学生と2人で一緒に家で過ごしました。今までは私を含めて4人で生活していたので、あまり深く話す機会はありませんでした。しかし、この機会にたくさん話し、とても仲良くなれました。特に、年始は私も彼女もホームシックになってしまったので、お互いに励まし合いました。院生なので私よりも歳が上で、お姉さんのような存在です。経験豊富で、自分の考えをしっかりと持っているので、たくさん刺激をもらいました。1月には、新しいルームメイトが2人きました。1人はオランダから、もう1人は、なんと日本人でした。母数が少ない日本人の中で、2人の日本人が同じ部屋になるなんて本当に驚きました。

コロナの関係か、春学期はもともと少ないのか、留学生用のイベントが無く、友達作りについてかなり心配していましたが、新しい友達も出来ました。1人は、アパートの洗濯場で会った子です。友達を作る機会は、探せば身近にあるということです。

・ヨエンスーについて

12月にかけて、だんだん日が短くなり、最終的には日の出が9時、日の入りが14時という状態になるほど、夜が長い生活を送っていました。今は少しずつ日が長くなっていますが、それでも15時、16時には真っ暗になっています。特に雪が降るまでは、外が真っ暗、真っ黒で、気分が落ち込みました。夜はルームメイトと映画を見たりして過ごして気を紛らわしました。

しかし、雪の積もったヨエンスーは本当にきれいです。特に気温がマイナス20℃以下の日は、寒いけれど散歩したくなるほど(まつ毛は凍りますが)、絵本のような幻想的な世界になります。これらは、ルームメイトや友達と近くの森や湖に行った時の写真です。また、先日ついにオーロラを見ることができました。家の近くで見ることができたのでとてもラッキーでした！



↑家の近くで見たオーロラ



↑絵本に出てきそうなリス！)

・フィンランド料理

フィンランド人のチューターさんとは、週一回クッキングを続けています。私はこの時間が大好きです。おしゃべりをしながら、オーブンを使って時間をかけた料理を作るのはとても楽しいです。週一回のペースなので、ほとんどのフィンランド料理は食べ尽くしてしまいました！



シナモンロール
(Korvapuusti)



オーブンで作るミートボール
(lihapulla)



クリスマスのお菓子
(joulutorttu クリスマスの星という意味です)



オーブンで作る甘いロールキャベツ
(お肉以外にお米が入っています)
(kaalikääryleet)



左：鮭とご飯のパイ包み焼き
(kilibjaka)



オーブンで作るホットケーキ (Pannukakku)



アップルパイ

・冬の過ごし方

11月から雪が降り始め、3月もしくは4月、5月まで雪が残るフィンランドでは、人々はどのように暮らすのか、チューターさんから学びました。11月、チューターさんの家に行くと、机の上にパズルが置いてありました。冬が始まると、毎年パズルをしたくなるそうです。また、夏から秋の間にカバーが掛けられていた電子ピアノにも、楽譜が置かれ、カバーはなくなっていました。ピアノも弾きたくなるそうです。チューターさんによると、フィンランド人は家で楽しく過ごすためにこのような趣味を持っている人が多いということでした。北欧インテリアが優れているのも、時間をかけて作るオープン料理が多いのも、スーパーのロウソクや編み物コーナーが充実しているのも、これに関係しているのではないかと思います。日本では、友達と色々な所に出かけ、買い物してご飯に行くという生活を送っていたので（この生活も今ではとても恋しいですが）、家で楽しく過ごすという違った生活を発見できて、少しだけそれをこちらで実践できているということは（編み物を始めました）、自分に良い影響を与えてくれそうです。

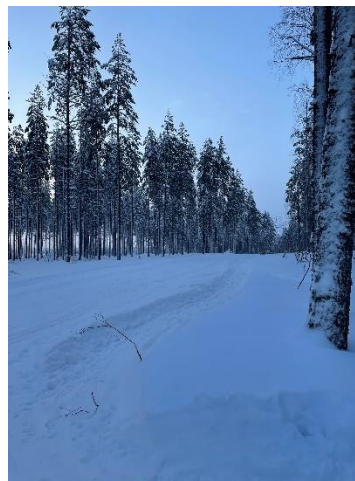
冬の過ごし方として他に挙げられるのは、もちろんウィンタースポーツです。アイススケート、スキーなどはやはり人気です。中でも、あまり運動をしない私でもできたものを紹介します。それは **Forest ski** です。フィンランド人からすると、ただの交通手段なのでスポーツではないかもしれませんが、私からすると、翌日筋肉痛になったのでスポーツです（笑）クロスカントリーのようなもので、森の中を、スキーを履きながら進んでいきます。ルームメイトがFacebookで、現地の方に教えてもらえるコースを発見したので、冬休みに一緒に行ってきました。初めは大変でしたが、慣れてくると深い雪の中も進むことができました。その日はマイナス 17℃で、とても森がきれいでした。



スキー中凍った髪の毛



お昼休憩の小屋とスキー



こんな雪の中を進みます

また、冬のサウナももちろん人気です。1月の中旬、サウナの後に凍りかけの湖に入る、ザ・フィンランドな体験をしてきました。温度差で心臓が止まるかと思いましたが、体の疲れが取れて、その夜はぐっすり眠れました。

海外派遣留学プログラム報告書

(報告期間：2022/02/02 ～2022/05/31)

1. 勉学の状況

前回触れなかったものを紹介します。

・ Comparative Perspective of Preschool Education and early Elementary Education in Different Countries

こちらの授業は、zoom で配信されていたので、諸事情により4月末に帰国した私ですが、帰国後も授業を受けることができました。幼児教育について学ぶもので、最終的には違う国からきた学生とグループを組んで、それぞれの幼児教育の違いについて学びます。ネパールの人と一緒に行いましたが、制度からシラバスの内容までかなり異なっていることが分かり、新たな観点から日本の幼児教育を考えることができました。前半の授業はレクチャーの方式でしたが、教授の英語がかなり聞き取りづらく苦戦しました。後半は、プレゼンを行い、最終課題としてグループごとにレポートを提出しました。同じグループに院生の留学生がいたので、その方にいろいろと助けてもらいながら進めることができました。

この授業の他にも、教育学部の授業では、院生と留学生と一緒に勉強することが多いので、たくさん学びがありますし、グループワークも引っ張ってもらえました。院生の学生は、経験豊富であるということだけでなく、学ぶことへの意欲がとてもあって、一緒に勉強できてよかったと思っています。

2. 生活の状況

留学を決めた当初は6月初めに帰国予定でしたが、実習や家の行事などの関係で、4月末に帰国することになりました。

・交友関係について

仲の良い友達とカフェに行ったり散歩に行ったりして過ごしました。ヨエンスーを出発する時に見送りにきてくれた友達もいたり、お別れの会をしたり、別れを惜しむ友達ができて、良かったなと思っています。また会う日がとても楽しみです。また、最後の方には、最初はあまり気乗りのしなかった、大人数での集まりに時折参加するようになりました。留学当初はこのような場で何を言っているのか分からず寂しい思いをしたときもありましたが、だんだん自分を出せるようになって、また、些細なことですが、私の言ったことでみんなが笑ってくれた時はとても嬉しかったです。

・天候について

1月2月と本当に暗い日々が続きました。曇りが多すぎるのです。11月からずっとそんな

過ごし方だったので、もちろん冬の景色は綺麗ですが、春の訪れが本当に待ち遠しかったです。今思い返すと、あの時は少し病んでいたと思います。太陽を見ないということがこんなに自分の身体に影響するとは思っていませんでしたし、フィンランド人は強いなと感じました。2月の最終週から晴れるようになって、晴れたら必ずお散歩するようにしました。私にとって、「晴れの日」という大きなイベントでした。



信じられないくらい綺麗な空の色です。



ヨエンスーの教会

・カンテレ

前述の通り2月は気が落ち込んでいたので、気分転換をしようと、カンテレというフィンランドの伝統楽器を習い始めました。秋学期の授業でその存在を知り、音がきれいで気に入っていたので、フィンランド人の友人に頼んで、習えるところを探してもらいました。現地の人向けの音楽教室が見つかり、英語でレッスンをしてもらえるよう頼んで、快諾していただきました。最初の2回は教室で直接教わり、その後はオンラインレッスンでした。吹奏楽部だった私にとって、楽器に触れることは良い気分転換になりましたし、私にとって、楽器を演奏することはやっぱり必要不可欠な要素だということに気づき、自分を知り直す機会にもなりました。



部屋からの景色とカンテレ、こんな景色を眺めながら練習していました。

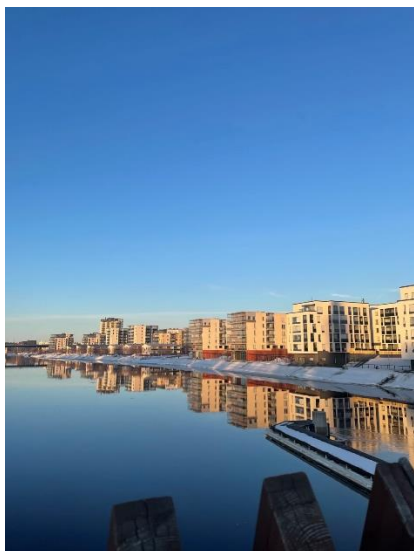
- ・コリへの遠足

ESN が企画するコリ国立公園への遠足に参加しました。ヨエンスーは、コリ国立公園のように、景色を見渡せる高台がないので、雪と凍った湖、森のコントラストを大きな岩の上に座って眺めるのは、最高でした。秋や夏に行くとまた違った景色が見られるそうなので、ぜひ行くことをおすすめします。傾斜が急で、ほぼ滑落しているような気分で進みましたが、友達と一緒に叫びながら歩いたりして、とても楽しかったです。



- ・帰国までの流れ

帰国日が決まってからは、課題に取り組みつつ、アパート会社に連絡を入れたり、サバイバルパッケージ（大学から借りていた、調理器具や食器などのセット）を返却したりと忙しく過ごしました。また、もう日本で着ないような服などはセカンドハンドショップに寄付しました。



最終日のヨエンスー



最終日の朝、8か月過ごした部屋