

派遣留学生帰国報告書

* 帰国(復学)後の情報を入力してください

記入日	2019/6/28
所属学部・ 研究科・学府	教育学部
所属学科・専攻	中学校教員養成課程英語科教育分野

1. 留学先について

留学先大学名	ユヴァスキュラ大学							
留学先所属学部等	教育心理学部							
留学期間	出発日	2018/8/3	入学日	2018/8/7	修了日	2019/5/10	帰国日	2019/5/14
住居	<input checked="" type="checkbox"/> 大学(紹介)の寮・アパート	<input type="checkbox"/> 民間アパート		その他()				
	通学時間	15分					On campus	
	通学方法	自転車						
	居室スペース	<input type="checkbox"/> 個室	<input checked="" type="checkbox"/> (3) 人部屋	その他()				
	共有スペース	<input type="checkbox"/> 完全個室	<input checked="" type="checkbox"/> キッチン	<input checked="" type="checkbox"/> トイレ	<input checked="" type="checkbox"/> バス	<input checked="" type="checkbox"/> リビング	その他()	
食事	自炊	75 %	学食	20 %	外食	5 %	その他	() %
保険	海外旅行保険(名称)	ジェイアイ損害火災保険 t@bihotabiho						
	派遣先大学指定の保険(名称)							<input type="checkbox"/> 強制加入
	その他							
渡航ルート	ex.) 成田⇄シカゴ(飛行機)⇄ウィスコンシン(電車)							
	成田 ⇄ ヘルシンキ(飛行機) ⇄ ユヴァスキュラ(電車)							

2. 留学にかかった費用について

総費用	1,096,255 円								
出どころ									
自費	<input type="checkbox"/>	貯金	円	<input type="checkbox"/>	アルバイト	円	<input type="checkbox"/>	その他	円
援助	<input checked="" type="checkbox"/>	両親	376,255 円	<input type="checkbox"/>	家族・親戚	円	<input type="checkbox"/>	その他	円
奨学金	<input checked="" type="checkbox"/>	JASSO	9 × 80000 円	<input checked="" type="checkbox"/>	その他名称(学部学生奨学金)		<input type="checkbox"/>	100,000 円	
その他	<input type="checkbox"/>	千葉大学助成金	円	<input type="checkbox"/>	その他()		<input type="checkbox"/>	円	

2-1. 財政管理の方法

渡航時	現金	70,000 円	その他()	円
留学中	海外送金	<input type="checkbox"/> キャッシング	<input checked="" type="checkbox"/> その他(クレジットカード)	

2-2. 各費用の支払い方法

大学に払った費用	Student Union 加入 130.50€
住居にかかった費用	250€ × 10ヶ月
その他	Survival kit(食器や布団等の日用品の貸し出し) 70€(デポジット50€)

2-3. 内訳

費目	外貨金額		円貨金額	
	通貨単位			
渡航費(往復)	€		294,385	円
海外旅行保険	€		168,130	円
OSSMA	€		19,440	円
査証・在留許可証	€	300	37,000	円
住居	€	250 × 10	307,000	円
食費	€	約170 × 10	209,000	円
通学に要する交通費	€	50 (自転車購入)	6,000	円
教科書、教材費	€			円
その他大学に支払った経費	€			円
光熱費		(家賃に含まれていた)		円
その他 (Student Unior)	€	130	16,000	円
その他 (Survival kit)	€	70 (50€ デポジット)	8,600	円
その他 (携帯)	€	25 × 10	30,700	円
その他 ()	€			円

3. 学業面

履修科目名	種類 ^{ex.正規、聴講}	単位数 (ECTS)	単位互換認定 申請の有無		
1 Finnish for Foreigners 1	正規	5		有	無
2 Finnish for Foreigners 2	正規	5		有	無
3 Academic English Communication 2	正規	3		有	無
4 Creative and Cultural Language Development	正規	5		有	無
5 Foreign Language Pedagogy	正規	5		有	無
6 Content and Language Integrated Learning	正規	3		有	無
7 Language, Literature and Culture	正規	5		有	無
8 Guide to Finnish Education	正規	5		有	無
9 Academic Language Development 1	聴講	5		有	無
10 Information Technology and Acquiring Information 2	聴講	3		有	無
11 Teaching Practice for International Students	聴講	6		有	無

3-1. 授業科目の選択、登録方法

大学のホームページの、留学生向け授業一覧から気になるものを探していた。シラバスの詳細は大学の履修管理を行うサイトで確認し、オンライン上で履修登録を行なった。
人気の授業は先着順となる場合もあるため、それぞれの授業の履修登録期間(授業ごとに異なる)を確認しておいたほうがいい。
自分の所属学部の授業以外を受講したい場合、オンライン上での登録ができないことがあるため、直接担当の先生に問い合わせる形となる。

3-2. 授業内容、方法に関して

授業によって異なるが、全体的に、授業の中でのディスカッションなども多く、主体的に勉強できるものが多いように感じた。また教育学部の授業に関しては、実際に小学校へ行って授業を行うようなものや、模擬授業を行うようなものも多く、実践的なことを学べる機会も多かった。

3-3. 語学力について

少人数での日常会話に関しては特に問題点はなかったように思うが、授業でのディスカッション等ではやはりヨーロッパの学生を中心に、周囲の英語力の高さを感じた。英語のコミュニケーションの授業やオンラインで受講できる英語のコースなどもあるので自分で勉強できる環境は整っていると思う。

3-4. 図書館など学内施設について

メインの図書館の他に、キャンパス内にいくつか小さな図書館があった。また、キャンパスによってはカフェや勉強スペースが併設されている場所もあり、グループワークなども可。ただし、開館時間は20時までとやや短めだと感じた。

3-5. その他

自分の興味のあること、やりたいことがあったら積極的に周囲の先生などに声をかけてみるべきだと思う。親身に相談に乗ってくれたり、活動の機会を提供してくれる先生たちが多かったように思う。

4. 生活面

4-1. 住居について

ほとんど全ての留学生が家具付きの学生寮のようなところに住んでいた。2~4人で共有のフラットで、キッチンやリビングルーム、バスルームが共用、寝室は個室。大学から徒歩30分以内くらいに位置しているアパートが多く、スーパーも割と近い。特に不満はなかった。

4-2. 食生活について

外食が高かったため、ほとんど自炊をしていた。食材に関してはそれほど高価だとは感じなかった。昼食は学生価格でビュッフェ形式で学食で食べられたため、時々利用していた。醤油やみりんなどの日本の調味料もスーパーで買うことができた。

4-3. インターネット環境、携帯電話について

- ・家: インターネット料金は家賃に含まれていた。多くの留学生が、Wi-Fiのルーターを購入して使用していた。
- ・大学: 学生用のWi-Fiに接続可能。
- ・街中: 市街地に行けばフリーWi-Fiがある店もある。
- ・携帯: SIMカードを購入し、お金をチャージして使用していた。私は上限なしのもの(約25€/月)を毎月購入していたが、使用分だけお金をチャージすることも可能。コンビニでチャージができる。

4-4. 服装について

8月は日本と同じくらい暑かったが、9月ごろからは長袖が必要。冬は雪も降り、外はかなり寒い日々が続くため、防水のジャケットがあると良い。一方、室内の暖房の効きはかなり良く、冬でも薄着で過ごせる場合がほとんどであるため、厚いセーターを着用するよりは、重ね着ができるものが良い。

4-5. 健康管理について

衛生的にも心配なところはあまりなかった。

気温の変化が大きいため、服装に注意は必要。

4-6. 保険、OSSMAの利用について

未使用

4-7. 課外活動について

Sports Ticketというものを購入し、大学が行なっているスポーツコースに時々参加していた。

friendship family programという、フィンランド人の家族と一緒にフィンランドの生活を体験するものに登録しており、週末などに一緒に食事をしたり、サウナに入るなど、伝統的なフィンランドの生活を体験することができた。また、日本の料理を振る舞うなど、良い文化交流の場にもなっていたと思う。

また、知り合いの先生の紹介などにより、近隣の小学校や高校で日本文化や日本の教育などについてのプレゼンなどを行う機会もあった。

4-8. 学外のコミュニティとの交流について

特に何かのコミュニティに属していたわけではなかったが、イベントなどを通して様々な人と交流する機会は多くあった。また、今後日本へ留学にくるフィンランドの学生とも知り合うことができ、お互いの言語を教えあうなどの交流も図れた。

4-9. 日本から持参してよかったもの

- ・箸
- ・菜箸
- ・水筒
- ・文房具(買うことはできるがやや高価)
- ・ボディタオル
- ・ヒートテック
- ・洗濯ネット

- ・折り紙
- ・日本の遊び(日本文化紹介の授業などを行う機会も多かった)

4-10. 日本から持参したが不要だったもの

- ・日用品関係(特にこだわりが無ければスーパーでほぼ全て揃う)

4-11. 現地での対人関係について気づいたこと(習慣の違い、マナーなど)

フィンランド人は、シャイな性格など日本人と似たような部分があるように感じた。

留学中は、フィンランド人だけではなく、他の国から来ている留学生と関わることも多かったのだが、文化の違いというよりも、個人の性格の違いという部分が強いように思う。どの文化圏の人と接するときでも、相手の習慣や文化を否定せず、意見を尊重することが大切だと思う。

4-12. 余暇の過ごし方

旅行

エストニア タリン 2018年10月(3日間)、約2万円
 フィンランド ロヴァニエミ 2018年12月(5日間)、約5万円
 オーストリア ウィーン & チェコ プラハ 2018年12月(6日間)、約4万円
 イギリス ロンドン 2018年12月～2019年1月(8日間)、約9万円
 アイスランド 2019年2月(6日間)、約14万円
 ノルウェー ベルゲン & スウェーデン ストックホルム 2019年4月(9日間)、約8万円

その他 * 気分転換やストレス発散法など。

大学でジムを使うことができたので、たまにジムへ行ってランニングなどの運動をしていた。そして、ジムに隣接するサウナで汗を流すのがとても気持ちよかった。湯船に浸ることができないので、サウナがとても良いリフレッシュになった。また、大学が行っているスポーツコースに参加するなど、積極的に体を動かしていた。特に冬は暗い日々が続くので、いい気分転換になると思う。

また、フィンランド人の学生からフィンランドの遊びを教えてもらって一緒に遊ぶなど、積極的に外に出ていくようにしていた。友達と、それぞれの国の料理を一緒に作るなどもよくしていた。

ストレス発散としては、悩みや困ったことがあったら友達などに聞いてもらって、一人で溜め込まないことも大切だと思う。

5. その他

5-1. 留学先大学について

北欧の生活に触れ、自然を感じながら勉強するにはとても良い場所だと思う。街自体は少し小さめだが、生活に必要なものは近場で全て揃うと思う。

大学には様々な国からの留学生も多く、国際色豊かだと感じた。留学生用のプログラム等も多くあり、積極的に参加すれば様々な人と関わるチャンスがたくさんあるように思う。治安も良く、生活において心配することはほとんど無かった。

授業に関しては、学部や専攻による差はあるようだが英語で開講されている授業も多くあったように思う。日本の大学に比べて授業内でのディスカッションなども多く、主体的に学ぶ環境はよく整っていると思う。

5-2. 留学希望者へのアドバイス

夏には湖水浴、冬にはオーロラなど、季節の変化が楽しめるとても良い場所だったと思います。ヨーロッパということもあってか、様々なバックグラウンドを持つ人たちとたくさん関わることもできました。

他の国からの留学生たちと関わることも多いと思いますが、せっかくの機会なのでぜひフィンランド人の生活や考え方などにも触れられるといいのではないかと思います。フィンランドならではの遊びや過ごし方など、北欧でしか体験できない良いところをたくさん教えてもらえたと感じています。

5-3. 留学を終えて

長いようで、終わってしまうとあっという間の10ヶ月間でした。ありきたりかもしれませんが、海外から日本を見ることで改めて気がつく部分や、誤ったステレオタイプを感じることも多々ありました。自分の目で見て感じることで、本当に多くのことを学ぶことのできた1年だったと思います。

勉強面では、教育について本当に多くのことを学ぶことができました。フィンランドには、授業を快く見せてくれる先生方も多く、多くの学校で授業の様子を見ることができました。また、いくつかの学校では日本の文化等について話をする機会もいただけて、それに関しての意見や感想をもらうこともできました。日本の当たり前が特別な出来事として捉えられている様子はとても新鮮でした。大学の講義では、語学力の壁を感じて悩んだこともありましたが、それらの経験の積み重ねが、新しいことにチャレンジするためのバネになっていたと思います。違う街の学校見学へ行くプロジェクトに参加させてもらえたり、日本文化紹介の授業を行う機会をもらえたりと、とても充実した大学生活を送ることができました。

生活面に関しては、初めてのシェアハウスや寒くて暗い冬など、正直なところ少しストレスを感じる部分もゼロではありませんでしたが、そこにどう折り合いをつけてうまく生活していくか、今ある状況の中でいかに楽しく過ごすか、ということ意識して生活していました。生活文化の違いに触れるのも楽しかったですし、寒くて暗い冬ならではの暮らし方もフィンランド人に学ぶことができました。

この10ヶ月間、本当にたくさんの人との出会いがありました。海外の人だけでなく、フィンランドで出会った日本人の留学生たちからも、日々刺激を受けながらとても濃い毎日を送ることができました。この留学を通して、今まで以上に多くの角度から物事を捉えられるようになったのではないかと思います。

1年間、大変な部分もありましたが、苦労したことやそれを乗り越えた時の嬉しさなども含め、日本にいたらチャレンジできなかったらと思うことばかりです。また、帰国しても連絡を取り合っている友達ができただけでなく、この留学で得たものの一つだと思っています。この1年の経験で得たことを忘れず、今後の生活に生かしていきたいと思っています。