

海外派遣留学プログラム「帰国報告書」

記入日	2025/2/4
所属学部・研究科・学府	工学部
所属学科・専攻	総合工学科
留学時の学年	学部3年

1. 留学先について

留学先大学名		リンショーピン大学											
留学先所属学部等		工学部											
留学期間	出発日	2024/8/30		入学日	2024/9/2		修了日	2025/1/13		帰国日	2025/1/13		
住居	☒	大学(紹介) の寮・アパート		☐	民間アパート		☐	その他 ()					
	住居の決め方		大学紹介										
	通学時間		1 0 分						☐	On campus			
	通学方法		自転車										
	居室スペース ✓を入れてください		☒	個室	☐	() 人部屋		☐	その他 ()				
	共有スペース ✓を入れてください		☐	完全個室	☒	キッチン	☐	トイレ	☐	バス	☒	リビング	☐
食事	自炊 70 % 学食 % 外食 30 % その他 % ()												
保険	海外旅行保険												
	留学先国・大学指定保険		JTB留学生トータルサポートプログラム								☒	加入必須	
	その他加入保険												
渡航ルート													
		仁川 ⇄ ドバイ ⇄ ストックホルム											

2. 留学資金の内訳

自費	☐	貯金	円	☐	アルバイト	円	☐	その他	円	
援助	☒	親	1,750,000	円	☐	家族・親戚	円	☐	その他	円
奨学金	☐	JASSO	円	☐	その他名称（				円	
その他	☐	（千葉大学 ENGINEサポート）							50,000	円

4. 学業面

4-1. 履修科目一覧

履修科目名	種類 ex.正規/聴講	単位数	単位互換			
1 Nanotechnology	正規	6	○	有		無
2 Communication in English for Exchange Students	正規	4	○	有		無
3 Engineering computations in Python	正規	2	○	有		無
4 Swedish for Foreign Students, Level A1	正規	7.5		有	○	無
5 Astronomy and Geophysics	正規	6		有	○	無
6 Written English Communication for Exchange Students	正規	4		有	○	無
7 Probability and Statistics	正規	6		有	○	無

4-2. 授業科目の選択、登録方法

日本出発前に、まず受講したい授業の希望を提出しました。オリエンテーションに参加すると、履修登録方法や履修変更の方法が案内され、変更を希望する場合は修正が可能でした。ただし、自分の学部の科目のみ履修することができます。

4-3. 授業内容、方法に関して

授業時間は一回につき2時間で、科目によって異なりますが、1つの科目が週に2〜3回開講されるため、集中的に学ぶことができる印象でした。私の場合、ほぼ毎日1〜3つの授業があり、毎日学校に通いました。

4-4. 語学力について

工学部の場合、リンシェーピング大学側で特に定められた語学基準はありません。しかし、授業はすべて英語で行われるため、ある程度の英語力が必要だと感じました。

4-5. 図書館など学内施設について

学内の施設はとても充実していました。図書館には十分な座席があり、居心地も良かったです。また、各校舎にも勉強やグループワークのためのスペースが多くあり、至る所で充電も可能でした。さらに、図書館で勉強しながら飲食しても問題なく、実際に昼食時間にはお弁当を持参して食べる人が多くいました。

4-5. 交換留学期間中の千葉大学での学修について

ありませんでした。

5. 生活面

5-1. 住居について

日本の一般的な寮よりも部屋が広く、快適です。共用のキッチンやリビングも十分に使いやすく、特に不便さは感じません。ベッド、机、食器などが整っており、便利です。

5-2. 食生活について

外食は高めですが、食材自体はそれほど高くないと思います。寮の近くにスーパーがあり、便利です。会員登録をすると、会員限定で割引商品を安く購入することができます。

5-3. インターネット環境, 携帯電話について

学内のインターネット環境は整っています。Eduroamというもので、学内だけでなく、たまに旅行中でも使える場所がありました。寮も各部屋にWi-Fiがあります。SIMカードはComviqのプリペイドSIMプラン（195 SEK）を使用しました。旅行中も、イギリス以外ではComviqでデータを使用できました。

5-4. 服装について

冬はヒートテックや厚手の服、帽子、厚手のコート、手袋が必要です。ただし、建物内は暖房がしっかりしているため、軽い服装でも過ごせます。

5-5. 健康管理について

私は留学中に突然病気にかかりました。特に健康管理に問題があったわけではありませんが、運が悪かったのだと思います。このように留学中病気にかかるとは予想していなかったので、辛い思いをしました。このようなことが起こり得ることを考慮し、留学を決断する際は慎重に考えるべきだと感じました。

5-6. 保険, 危機管理サービスの利用について

緊急外来と入院の際に保険を利用しました。

5-7. 課外活動について

特にありません。

5-8. 学外のコミュニティとの交流について

特にありません。

5-9. 日本から持参してよかったもの

食べ物

5-10. 日本から持参したが不要だったもの

Wi-Fiルーター。すでに部屋にありました。

5-11. 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)

同年代の関係は日本とあまり変わらないように感じましたが、年上の人に対する対応が日本よりも堅苦しくなくて良かったです。先生方に質問をしたり、メールを送る際に、気軽に聞けるのはとても良いと感じました。

5-12. 余暇の過ごし方

旅行

ロンドン(24.9.27-24.10.2)、ヨーテボリ(2024.10.4-2024.10.7)、リトアニア・ラトビア(24.10.25-24.10.29)、エストニア(24.11.11-24.11.13)、ノルウェー(24.11.13-24.11.17)、ポーランド・ブダペスト・ウィーン(24.11.22-11.30)、デンマーク・スペイン・スコットランド(24.12.21-25.1.8)

その他

友達と話したり、料理をしました。

6. その他

6－1. 留学希望者へのアドバイス

健康が最も重要だと思います。無理せず、体調に気をつけてください。

6－2. 留学を終えて

新しい文化や環境に適応する過程で、最初は不安や戸惑いもありましたが、それを乗り越えることで自己成長を感じることができました。