

# 派遣留学生帰国報告書

\* 復学後の情報を入力してください

記入日	2018/5/26
所属学部	教育学部
所属学科・専攻	中学校教員養成課程家庭科教育分野

## 1. 留学先について

留学先大学名	タンペレ大学						
留学先所属学部等	教育学部						
留学期間	出発日 2017/8/17	入学日 2017/8/26	修了日 2018/5/27	帰国日 2017/5/21			
住居	<input type="radio"/> 大学(紹介)の寮・アパート	<input type="radio"/> 民間アパート	<input type="radio"/> その他( )				
	通学時間	片道20分			On campus		
	通学方法	徒歩+バス					
	居室スペース	<input type="radio"/> 個室	( ) 人部屋	<input type="radio"/> その他( )			
	共有スペース	<input type="radio"/> 完全個室	<input type="radio"/> キッチン	<input type="radio"/> トイレ	<input type="radio"/> バス	<input type="radio"/> リビング	<input type="radio"/> その他( )
食事	自炊 65 %	学食 25 %	外食 10 %	その他 % ( )			
保険	海外旅行保険(名称)	ジェイアイ傷害火災保険株式会社					
	派遣先大学指定の保険(名称)	OSSMA					<input checked="" 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		⇄ タンペレ		

## 2. 留学にかかった費用について

総費用	130~150万		円				
出処							
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 type="radio"/> 両親	60万	円	<input type="checkbox"/> 家族・親戚	円	<input type="checkbox"/> その他	円
奨学金	<input type="radio"/> JASSO	80万	円	<input type="checkbox"/> その他名称( )		円	
その他	<input type="radio"/> 千葉大学助成金	10万	円	<input type="checkbox"/> その他( )			円

## 2-1. 財政管理の方法

渡航時	○	現金	10万	円	その他( )	円
留学中	○	海外送金		キャッシング	その他( )	

## 2-2. 各費用の支払い方法

大学に払った費用	5万→各種保険と学生カード(クレジット支払い)
住居にかかった費用	3万×10= 30万 (クレジット支払い)
その他	

## 2-3. 内訳

費目	外貨金額		円貨金額	
	通貨単位			
渡航費(往復)			16万	円
海外旅行保険			14万	円
OSSMA			2千	円
査証・在留許可証			3万5千	円
住居			30万	円
食費			20万	円
通学に要する交通費			3万	円
教科書、教材費			千	円
その他大学に支払った経費			5万	円
光熱費			4万	円
その他 ( 娯楽・旅行 )			30万	円
その他 ( 家具・携帯 )			4万	円
その他 ( 衣類 )			1.5万	円
その他 ( )				円

## 3. 学業面

履修科目名	種類 <sup>ex.正規、聴講</sup>	単位数	単位互換認定申請の有無		
			有	○	無
1 Practical Observation of Finnish School System for Incoming	正規	5	有	○	無
2 Identity and Lifecourse Lecture reading groups and essay	正規	5	有	○	無
3 Optional Course (varying themes)1 Finnish Education System	正規	5	有	○	無
4 Gender in Society Hilma webcourse: Introduction to Gender	正規	5	有	○	無
5 Research traditions and concepts of childhood and family re	正規	5	有	○	無
6 Gender in Society - seminar	正規	5	有	○	無
7 Intercultural Communication	正規	2	有	○	無
8 Cultural Conversation	正規	2	有	○	無
9 Orientation Course	正規	2	有	○	無
10			有		無

## 3-1. 授業科目の選択、登録方法

大学のシラバスを参考にし、大学のホームページで履修登録。留学前に、自分が興味を持っている分野の授業を調べある程度決めておくといい。実際に初回の授業に参加し様子を見て決めたものもある。

## 3-2. 授業内容、方法に関して

教育、ジェンダー、福祉など。教育の授業ではFinlandの教育システムを学べる授業を受講した。現地の小・中・高等学校の授業を観察することができるものもあり、有意義だった。また、留学生で構成されている授業だったので、プレゼンテーションなどによりさまざまな国の教育の様子を知ることができた。ジェンダーに関することを学ぶことは私の留学の目的の大きな一つの理由であった。日本でジェンダーの授業は少なく、受講したことがなかったので、現地の大学では基礎的な内容を扱うレベルの授業から参加することにした。Online授業というものもあり、自分の時間に合わせて活用することができた。授業の方法はグループワークが多かった。また、宿題として論文を読まなくてはならない授業がほとんどであった。

## 3-3. 語学力について

留学前よりも言うことが増えた。話すスピードはまだ遅い。留学前は、とりあえず英語に触れる生活を10カ月したら自然と英語力が上がると期待していた。しかし、留学先においても積極的に英語を使おうとしない限りなかなか英語力の向上に習得は難しいと感じた。自分次第で、英語をあまり使わないで生活する留学生活にもできてしまうので、ぜひ外へ出で積極的に人とかかわる機会を増やすことを意識してみたいのではないかと思います。

## 3-4. 図書館など学内施設について

本を探すシステムが便利。自習スペースはやや少ない。図書館の使い方は千葉大学とほとんど違いがない。Onlineで論文をダウンロードできるシステムが充実しているので便利だった。自習スペースが意外と少ないので、カフェを使っている人が多かった。大学にジムが併設されている。会員登録するとフィットネスや様々なスポーツのクラスに自由に参加できる。私は利用していなかったが費用も安く、友達の輪が広がりがやすいのでおすすめ。

## 3-5. その他

学食が安くておいしい。ピッツェ形式で一食2.6ユーロなので、留学生にはうれしい。野菜や肉がバランスよく含まれているので健康にもいい。大学に3か所学食が食べられる場所があり、現地の学生にも留学生にもとても人気だった。

## 4. 生活面

### 4-1. 住居について

清潔で、個室の広さが1人に対して十分すぎる広さ。個室には大きなクローゼットもあり荷物を収納しやすかった。フラットメイトが2人いた。暖房は会社が管理していて、毎年の気温によって暖房を使えるようになる時期や強さなどが決められている。浴槽はなく、シャワールームにトイレが併設されていた。

### 4-2. 食生活について

学食と自炊で過ごしていた。日本食はほとんど手に入らずあっても高いので使わなかった。中国料理や韓国料理の材料は意外とお手ごろな値段でそろっていたので、アジア料理の味が恋しいときは大丈夫です。Finland料理は、特に特別というわけではなくさまざまなヨーロッパの料理が混ざったような感じ。主食は、米・パン・パスタ・じゃがいもがあった。学食の米はタイ米のような感じなので日本人の口には合いづらいですが、スーパーに日本の米に似ているものを見つけた。Finland人はリゾットに使っている米なのですが、普通の米の炊き方をすると日本のごはんの味に似ている。

### 4-3. インターネット環境、携帯電話について

アパートにWi-Fiが備え付けられていた。街中でもWi-Fiスポットが豊富にあるので、電話契約だけしてあれば不便ではない。インターネット契約をしたとしても、月3千円と安い。安い携帯の機体を買って、毎月プリペイドカードを使って利用していた。

### 4-4. 服装について

冬はマイナス20℃前後になるので温かくできるジャケットが必要。室内は常にどこでも暖かくなっているのでも重ね着がいいかもしれない。雪がよく降り、積もるので、ブーツが必須。その他防寒着も大切。

### 4-5. 健康管理について

11月から2月にかけて日照時間がとても短くなるので、なるべく毎日明るい時間に外に出かけることがおすすめ。友達にビタミンDのサプリメントを取っていた人もいた。5, 6, 7, 8月が夏に当たるのですが夏でも日本人にとっては涼しいので、半そではあまり必要ない。冬は防寒対策をして風邪を引かないように気を付けてください。

### 4-6. 保険、OSSMAの利用

毎月安全の確認メールが来て、親にも情報が伝えられるので安心。

### 4-7. 課外活動について

教育の授業やイベントなどで現地の学校に訪問したり授業をやらせていただいたりした。Finlandでは留学生に協力してもらい子供たちに海外の文化に触れる機会をたくさん与えられるように工夫しているそうだ。現地の教師や学校はとても寛容で、あたたかく迎え入れてもらった。子供たちも積極的に私たちの文化紹介の話に参加してくれた。

### 4-8. 学外のコミュニティとの交流について

現地の企業の宣伝イベントに参加した。Finlandではスタートアップの会社が多く、さまざまな企業やグループの宣伝活動が盛んであった。私が参加したイベントはその企業がクリスマスパーティーを主催しその一部の時間で企業が行っていることに関する説明をしていた。

## 4-9. 日本から持参してよかったもの

みそ汁。お菓子類。冬服、ダウンジャケット、ムートンブーツ。折りたたみ傘。乾燥した気候なので保水クリーム。

## 4-10. 日本から持参したが不要だったもの

夏服。

## 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)

Finland人は一般的に言われているようにシャイであった。日本人と共通する部分もあったが、人の意見に流されることなくそれぞれの人が自分の考えを持っているということが感じられた。人とのかかわり方が控えめでありながらも、芯があるところがいいと思った。

## 4-12. 余暇の過ごし方

## 旅行

ドイツ・オランダ・ベルギー 2017年10月 7日間 5万 /アメリカ 2017年12月 2週間 17万/エストニア 2017年12月 2日間 1万/フランス・スペイン・ロンドン 2018年 7日間 7万

その他 \* 気分転換やストレス発散法など。

音楽、映画、お菓子、散歩、ジム。語学力向上のためということもあり、洋楽や洋画に触れる機会が増えた。近くにジムがあったので週に1.2回通い体を動かすようにしていた。ジムだけでなく夕焼けがみえる湖がアパートの近くにあり散歩してリフレッシュすることもあった。テストの最終課題の期間は、お菓子を片手に課題に取り組んでいた。

## 5. その他

## 5-1. 留学先大学について

留学生のサポーターが親切。自分が所属している学部だけでなく、他学部の授業も受講できるため自分の希望する授業が取りやすい。学食が充実していて留学生にとってありがたかった。駅や市内にバスで15分と近く、立地が良

## 5-2. 留学希望者へのアドバイス

留学では、やはり日本ではできない体験ができることが、自分にとっていい刺激になると思う。せっかく長い期間違う国に行ける機会なので、留学での目標や何をしたいかなど具体的に決めてこの留学期間を充実させてほしい。留学中にやりたいことがまた変わるかもしれないが、留学前の時点での目標をはっきりさせておくことで、いざ渡航したときに自分の自信や安心につながると思う。

## 5-3. 留学を終えて

無事、約10カ月の留学を終えて、留学に行く前に比べて自身の考えに前向きな変化が現れました。大きく二つあります。一つ目に、報告書にも書きましたが、長い期間自分が育った国を離れて一人で生活したことで、自分の決断に自信を持てるようになりました。日本では、大学に入学した後も独り暮らしをすることなく実家暮らしであったため、どこか「最終的には親に頼ることができる」という気持ちが心の底にありました。いい意味で親のサポートがあるから安心して大学生活を自由に好きなように過ごすことができいました。しかし、留学中は日常生活における安全や健康に関して自分で責任をもって管理しながら、大学での勉強も進める必要があり、すべての選択が自己責任になるということを強く実感しました。なれていない環境の中で先のことを見通しながら、自分のやりたいことを日々決めていくという経験を通して、自分の行動に対して不安感を持つことがほとんどなくなりました。二つ目に、教員になりたい理由が具体的にになりました。これは、留学先の大学での授業がきっかけでした。千葉大学で学んでいるときは「教える」という教師の仕事に対してプレッシャーを感じていました。教えるということは、教師から生徒への一方的なものではないということも分かっていながらも、子供が主体的に学ぶことができる授業は何かということについてモヤモヤしていたのです。しかし、日本と違う教育システムを持つフィンランドの教育の視点から授業について考えてみたことで、自分の考えが柔軟になったように感じます。教育方法に共通する点や異なる点両方ありますが、教育において重要なのは「子どもが第一」とであるという意識だと思いました。