

海外派遣留学プログラム報告書

(報告期間：2019/08/26 ～2019/10/05)

1. 勉学の状況

9月3日から3日間に渡りオリエンテーションがあり、履修登録の仕方や学校や街の施設の紹介などが行われました。今期は7つの授業を取ることにしました。そのうち、4つが assignment のみで講義がないため、自主学習が主になっています。春は講義がある授業を取りたいと思います。

日本と違い、毎週同じ場所・時間で授業が行われるわけではなく、授業によって始まる時期や時間がバラバラなため、授業はまだ1つしか始まっていません。ここでは、現在始まっている授業について記述したいと思います。

Survival Finnish (初級フィンランド語講座)

・おそらく交換留学生の半分ほどは受けているのではないかと思われるほど人気の授業です。オリエンテーションの際に、受講を促されました。内容は至ってシンプルで、自己紹介や数の数え方、動詞の変化の仕方(英語における、be 動詞の変化のようなもの)などの簡単な Finland 語を学ぶ授業です。Finland 語は、in や on など名詞にくっつけてしまう

(例； in Japan → Japanissa) ため、一つ一つの単語がとて長くなる傾向があります。スペルミスに気を付けたいと思います。また、先生の英語は自分にとって少し早いため、時々聞き取れない部分がありますが、周囲の学生や先生に直接聞きに行くなどして補っています。課題の量もそこまで多くないので、ほかの授業にまで負荷がかかるような授業ではなく、楽しく Finland 語を学ぶことができます。

私は Philosophical Faculty, Educational Sciences and Psychology の Psychology コースに属していますが、授業の多くは essay のみが多いです。春は講義中心の授業があるため、そちらに期待したいと思います。

2. 生活の状況

8月26日に出国し、同日の午後5時頃に Joensuu 空港に着きました。大学周辺の街中で、東フィンランド大学の Tutor の方と落ち合うことになっていましたので、空港からバスに乗り、街に向かいました。SIMカードを持っていなかったため、携帯が使えなかったのですが、街中のフリーWi-Fiを拾って tutor と連絡を取り、何とか合流することができました。

○住居について

東フィンランド大学には学生寮がないため、Joensuu Elii という、東フィンランド大学が勤めているアパート会社に部屋を借りました。私の家は大学から5キロほど離れています。最初はもっと近い場所に移ろうかと思いましたが、友達もでき、慣れてみると平気なので今のままでいいと思います。

ドイツ人、パキスタン人と3人でシェアハウスをしています。共有スペース（キッチン、トイレ、シャワー）もみんなきれいに使っているため、特に住みにくさは感じていません。前の住居人たちが食器や調理器具、掃除用品を置いて行ってくれたため、こちらに来てほとんど生活用品は買っておりません。部屋はきれいでしたが、電球が壊れており、修理してもらうまでは真っ暗のまま過ごしていました。

○通学について

通学には自転車またはバスを使用しています。家のすぐ前にバス停があったのは幸運でした。バスは30分に一度しか来ませんので、逃さないように気を付けています。また、バス賃の支払いは現金のみで、時間と日によって値段が変わります。運賃の変動を全然覚えられないので、バスに乗るたびに、いくらかを運転手さんに聞いています。優しい運転手さんが多く、笑顔で値段を教えてくださいます。

自転車は街のレンタルサイクルショップで、3か月32€で借りています。冬の時期に自転車に乗るのは怖いので、雪が積もる前（おそらく11月頃）まで自転車を借りるようにしています。

○気候について

私が到着したのは8月下旬でしたが、Tシャツのみでも快適な気温でした。9月の1週目までは、夏のような服装で過ごしていました。9月の初旬から中旬にかけて気温が下がり始め、ヒートテックを使用するようになりました。極暖のヒートテックは持ってきて正解だと思いました。10月4日に初雪が観測され、現在気温は1度ほどです。本格的な冬に備えて、防寒具を揃えていきたいと思います。

○食事について

こちらは主に芋を食べるため、学食ではよく芋が出されます。学食は、Student Union に加入していれば、1.97€で食べることができます。ピュッフエスタイルで、サラダは食べ放題です。

家では、自炊もしています。基本的な料理道具は揃っているため、作ろうと思えば何でも作ることができます。こちらではパスタが安いため、パスタばかり作って食べています。

食材の値段は、日本と同じか少し安い程度だと思います。とても高いだろうと覚悟していた自分にとっては驚きでした。基本的に、物価は日本と同じくらいだと思います。ただ、レストランでご飯を食べるとなると、料理の値段が高いと感じます。なので、外食は週末のみにして、節約しています。

○大学生活について

新学期ということもあり、大学ではほぼ毎日といっていいほどイベントが行われています。積極的にいろんなイベントに参加しています。他国の留学生（特にヨーロッパ）は情報収集能力が非常に高く、毎週のように Whatapp（LINE のような SNS ツール）のグループチャットで、自分の探したイベントと一緒に行く人を募集しています。そのため、私はほとんどそのグループチャットで知ったイベント、または友達に教えてもらったイベントに参加しています。これまで、留学生歓迎イベント（Crush Campus）、キノコ狩り、サッカー大会など様々なイベントに参加しました。いろんなイベントに参加する中で、様々な人と知り合い、その人にまたほかのプログラムに誘われるという流れが定番になってきました。留学前は友達ができるかどうか心配していましたが、全く心配する必要はありませんでした。

また、Japanese Language Café（こちらで日本語を学びたい学生に日本語を教える講座）というものを開設することになり、私はその Organizer になりました。約 20 人の参加者がいます。予想していたよりも参加者が多いので、驚きました。参加者がどのレベルの日本語を学びたいのか、また日本語学習に飽きないようにちょっとしたアクティビティーを入れるなどの工夫も必要だと思うので、授業計画をしっかり練りたいと思います。

当然のことですが、こちらでは毎日英語を聞き、話します。他国の留学生は流ちょうに英語を話すため、聞き取れないことも多いですが、わからない部分は聞き直すようにしています。たまに、何の話かわからないまま話が終わることもあり、戸惑います。質問されても、一言目が出てこないため、自分のところで会話がストップしてすることもあります。友達間の会話についていくためにも、意識的に英語を聞く練習、話す練習を取り入れていきたいと思います。また、当然のことですが、毎日普通に過ごしているだけでは英語は身に付きません。受動的ではなく、能動的に英語を身に着けていこうと思います。

海外派遣留学プログラム報告書

(報告期間：2019/10/06 ～2020/1/05)

1. 勉学の状況

明けましておめでとうございます。秋セメスターが終わり、交換留学も折り返し地点に来ました。帰国まであと五か月しか残ってないと思うと、時間が流れるのは早いと感じるとともに、残された時間を無駄にしないように一日一日大切に過ごしていきたいと思います。

前期は、最終的に5つの授業を履修し、全て単位をもらうことができました。その中で2つ印象的だった授業を紹介したいと思います。

Education, Learning and Cognition

この授業は essay のみの授業でした。3冊の課題図書を読み、その中から自分の好きなトピックを1つ選び、essay を書くという授業でした。この授業の最も印象的だった部分は、提出する essay は10ページ以上書かなければいけなかったことです。英語で10ページ以上の essay を書いた経験をしたことがなかったので、なかなか苦労しました。しかし、essay がうまく進まなくなったときは気軽にその授業の先生にメールしてヒントやアドバイスをもらうことができたので、その点は日本の授業と違う部分だと感じました。

Education and Society

フィンランドの教育には興味があったので、興味本位で取ってみた授業です。印象的だった点は、グループ発表までの流れです。この授業では、3、4人のグループを組み、各個人で参考資料の中で自分が読んだ部分を要約し、同じグループ内の他のメンバーに発表し、全員の発表が終わると各個人の summary をまとめ、グループとしての essay を書き、授業最終日に発表するというものでした。グループミーティングは完全にグループ内で自由に行うことができました。英語が話せないと、自分の読んできた資料の内容が伝わらないので、その点で大変苦労しました。しかし、日本では、このような形式は体験したことがなかったので、貴重な経験になりました。

全ての授業で5段階中4以上の評価をもらえたので、その点は評価できる部分だと思います。しかし、課題提出の授業がほとんどで、講義がある授業がほとんどなかったため、春は講義に注目して授業を取りたいと思います。

2. 生活の状況

○住居について

ルームメイトが一人帰国し、現在自分とパキスタン人の二人で生活しております。パキスタン人は友達をしょっちゅう部屋に呼び、本人たちは気づいていないようですが、かなり大きい声で

深夜まで話しているので一時期かなりストレスでした。現在は私が嫌がっているのを察したのか、友達を呼ぶことはしなくなったので、快適に過ごせています。また、最近ルームメイトがキッチン周りを汚く使うことも目立つようになってきました。私がキッチンを使うときに支障はあまりないので特に問題はないのですが、やはり異文化の人と過ごすのは苦勞があるなとつくづく感じています。

○通学について

自転車で移動するのが怖くなってきたので、自転車を返却し、バスカードを購入しました。バスカードは1か月で約50€（約6000円）で、ヨエンスー周辺ならどこでも移動することができます。ヨエンスーはバス移動がメインなため、バスカードが大活躍します。また、オンラインで期限を簡単に更新できます。11月頃から常に周りは雪景色で、道も凍っており非常に滑りやすいため、できる限りバスでの移動をオススメします。

○気候について

11月頃から常に雪が降り積もっている状態です。降り積もっている状態なら安全なのですが、少し溶けている状態は道が大変滑りやすいので慎重に歩かなければいけません。3月頃まではこの状態が続くそうです。今年は暖冬であまり寒くないらしいですが、日本人の私からすれば十分に寒いので、早く暖かくなってほしいです。1月には-20度程まで気温が下がるらしいので、風邪をひかないように気を付けたいと思います。

○食事について

ほとんど学食のみで食事を済ましております。野菜や果物もたくさん摂取できるので、体を壊すことはほとんどありません。自炊する際は、主にパスタを茹でるか、米を炊いています。大量に作って冷凍庫で保存して解凍して食べています。学食が安いので、自炊の方がお金がかかると思います。

○大学生活について

11頃から課題のために図書館に籠る生活が続いていました。朝9時ころから大学に向かい、図書館が閉まるまでひたすら課題と向き合っていました。量が多く、なかなか大変な時期でした。図書館は18時まで空いているのですが、閉まった後も図書館専用のキー（50€のデポジットで借りることができます）を使えば1日中いることができます。テスト期間は多くの学生が深夜まで図書館に残っていました。

Japanese Language Caféは無事に最後までやり遂げることができました。私はAdvanceクラスを担当しており、生徒さんは5、6人ほどでした。Advanceクラスの生徒さんは皆さん日本語が既にしっかり話せて聞けるので、日本語で授業をしていました。授業といっても、日本のドラマや歌、映画等を見て、わからなかった表現やフレーズを確認するという形だったので、みんな

でワイワイ言いながら行っていました。Language Café 以外でも日本語を学んでいる学生に何人か出会うことがあり、フィンランドで日本語学習者は多いと感じました。

秋セメスターが終わり、大半の学生は帰国しました。自分の友達もほとんど帰ってしまい、寂しくなりましたが、春からまた学生が入ってくるので新しい出会いを大切にしようと思います。

海外派遣留学プログラム報告書

(報告期間：2019/1/06 ～2020/5/22)

新型コロナウイルスの影響で留学は中断となりましたが、去年の9月から約7か月間のフィンランド生活が終了しました。急遽帰国が決定し、予定よりも短い留學生活でしたが、貴重な経験ができたことや、実際に留学をしてみて新しく学べたことは多かったと思います。最後の報告書では、後期に入ってから中断になるまでの留学の様子を報告したいと思います。

1、勉学の状況

後期は、5つの授業を履修しました。その中からいくつか紹介します。

・ Current trends in counselling and guidance

この授業では、カウンセリング（主にキャリアカウンセリング）の現在の傾向や実践を学べる授業でした。生徒は10人ほどで、毎回の授業で、カウンセリングに関する授業と実践型のカウンセリングがグループで行われました。最後の授業では、自分のこれまでのキャリア選択についてのプレゼンテーションをする予定でしたが、急遽帰国になったため、自分のパワーポイントに音声を加えて提出して終わりました。自分の全く知らない領域でしたので、事前に授業内容を予習しておかないと、授業についていくのに苦労しました。しかし、先生が生徒一人一人に話しかけてくれたので、わからない部分は再度聞くことができました。

・ Cultural studies perspectives on Finnish culture

この授業では、フィンランドの文化を様々な分野から（民俗学、歴史、音楽など）学びました。丁度この授業が始まる頃に帰国したため、全ての講義はオンラインで受けました。授業のアーカイブが残るので、参加できなかった講義は後に自分で見ることができました。各回で出された課題と、全ての授業を通して学んだことをまとめた Learning Diary と、Essay で、成績が付きしました。

・ Educational Psychology

この授業では、教育心理学を学びました。講義は一回しかなく、その講義で教育心理学の基礎を学び、後は、自分で進める課題を提出する形の授業でした。フィンランドの小学校に訪問して、教育心理学の理論がどのように教育環境に組み込まれているのかを見る予定もあったのですが、新型コロナウイルスの影響で中止になりました。

2、生活の状況

○住居について

長くお世話になった部屋とも急遽お別れすることになりました。同居人が下の階に引っ越したので、後期が始まってからは、大きい部屋で一人暮らし状態でした。森に囲まれている場所で結構気に入っていたので、部屋を出ていくときは少し寂しく感じました。即日退去が決まったため、退去の手続きはすべてメールで済ませました。家の鍵はオフィスの郵便受けに投函しました。共同スペースが汚れていたため、部屋のクリーニング代を請求（約 2000 円）されました。

○通学について

以前と変わらず、バスで通学していました。雪は少しずつ解けてきていましたが、自転車で通学するには危ないと感じていたため、自転車は借りていませんでした。自転車で通学している人も多かったです。

○気候について

あまり気温の変動は感じませんでした。5°C～8°Cを行ったり来たりしていました。例年のように-20°C～30°Cまで落ち込むことはなかったです。夜は長くなりましたが、晴れの日は少なく、主に曇っていました。たまに晴れた日は軽く感動を覚え、遠回りして学校に向かったりしていました。

○食事について

気づけば、自炊するときは、パスタか親子丼の二択になっていました。学食に行くこともありませんでしたが、講義が少なかったため、主に自宅でご飯を食べていました。

○大学生活について

後期が始まった頃は、新入生歓迎イベントがあるので、前期よりも積極的に参加しました。いろんな国の人と喋ることができたので、参加してよかったです。講義がある授業が一つしかなかったため、講義がある日は学校に行き、それ以外は家で課題をしていました。たまに図書館でも勉強していました。授業以外で友達に会う機会はほとんどなかったです。学内のスポーツアクティビティや、日曜日に地元のサッカークラブでサッカーすることで体を動かしていました。前期に行っていた日本語教室にもたまにサポーターとして参加していました。また、後期からスペイン語を習おうと思い、学生が運営するスペイン語教室にも通いました。結果的に2回しか参加できませんでしたが、スペイン語の基礎的な部分は学べました。