

2011年度協定校留学近況報告書

記 入 日	2011年 11月 25日
留 学 先 大 学	リンシェーピン大学
留 学 先 での 所 属 学 部 等	<input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部・研究科等に所属している（以下に学部等名を記入） ※学部等名（日本語）：教育科学部，（現地言語での名称）：Educational Sciences <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず様々な学部等の授業を履修している。 <input type="checkbox"/> その他：
留 学 期 間	2011年8月－2012年6月
明 治 大 学 での 所 属	情報コミュニケーション学部情報コミュニケーション学科
学 年（出 発 時 本 学 での 学 年）	学部4年生／研究科 <input type="checkbox"/> 博士前期課程 <input type="checkbox"/> 博士後期課程 年生

I. 出発前にどのように情報を集め、準備をしましたか。しておいて良かったこと、準備不足だったこと、ぜひ次の学生に準備としてアドバイスしたいことを記述してください。

出発前は教育実習に行ってしまったので、結局あまり準備ができず、出発一か月前にいろいろな手続きをしました。特に実家が新潟で、教育実習先も母校だったため手続きがとても大変でした。

準備をしていてよかったことは、英語の能力を直前まで伸ばすことを続けたことだと思います。インターネットの英会話を使って毎日一時間は英語を必ず話す時間にしていました。授業もなるべく英語で行われる授業を履修するように心がけ、国際日本学部の授業に他学部履修制度を利用して参加していました。その結果、こちらに来て英語に関しては多少困難はあるにしても、すぐに適応することができたと思います。特に、ヨーロッパの人が多いこの大学は、英語で自分からコミュニケーションを取ろうとして行動しなければ、人間関係が広がっていかないの、英語の能力の向上は重要な準備の一つだと思います。

あとは、自分の専門の勉強をしっかり行ってきたことだと思います。私は、リンシェーピン大学に自分がゼミで行っていた研究を深めるために来ました。こうした知識の下準備は、留學生活中の勉強はもちろんのこと、生活の充実にもつながると思います。こちらの大学での教育実習の際に、下準備が大変役に立ちました。

準備不足だったことは、スウェーデン語をもっと勉強してあげればよかったということです。集中講義を履修した結果、4か月で大分コミュニケーションをとれるようになりましたが、教育実習先ではすべてがスウェーデン語で、子供たちともスウェーデン語で話すので、もう少し勉強して話せるようになってからこちらに来ればよかったと思いました。

スウェーデン人は大変英語がうまいですが、表札や広告などすべてがスウェーデン語で表記されているので、ある程度はわかるようにしておいた方がよいと思います。生活がもっと楽になります。

後は、自炊ができるようになっていくことも重要だと思います。基本的に外食をしないので、朝昼晩すべてが自炊です。料理ができないとしっかりと栄養を取ることができませんし、気候の違いから体調を崩しやすいので、大変重要です。シリコンスチーマーを持参してとても役に立ちました。米は売っていて、炊飯器は運が良ければ寮にあります、たいていは鍋かほかのもので炊くしかありません。シリコンスチーマーは簡単にたくことができますし、後は、野菜や肉魚を簡単に蒸すことができるので、大変重宝しています。

II-1. 留学のための渡航前手続き（留学ビザ） ※詳細に記入して下さい

ビザの種類：居住許可	申請先：スウェーデン移民庁
ビザ取得所要日数：2週間から1ヶ月 出発に合わせてきます。早く提出したからといって、早く来るわけではなく、遅く申請しても、必ず出発前に来るようになっています。 (申請してから何日/週間要したか)	ビザ取得費用：0円
ビザ取得のためにどのような書類の提出が求められましたか？また、どのように手配しましたか？	
<ul style="list-style-type: none"> ・パスポートのコピー（PDFファイル） ・海外旅行保険証券 ・入学許可証 ・残高証明書（自分の名前の口座） 	

具体的な申し込み手順を教えてください。				
上記の書類をそろえPDFファイル化し、移民庁のホームページで情報を入力すれば、申込みできます。				
ビザ取得の際に、留学先国大使館で面接のあった方は、どのような質問を受けましたか？				
面接はありませんでした。				
ビザ取得に関して困った点・注意点				
今年から制度が変わったため、だれもわからず、さらに大使館の人もわからなかったため、大変苦労しました。大使館に電話しても、大した情報は得られないので、期待はしない方がいいと思われまます。				
II-2. 留学のための渡航前手続き(その他の事前準備について)				
その他済ませておくべき準備があればお書き下さい(現地での現金調達準備, 携帯電話購入, 荷物運送など)				
クレジットカードはカード社会なので、用意しておくべきだと思います。 後は、意外とスーツケースに荷物が入りきらないので、荷物を送ることを勧めます。 私は、郵便局のEMSという配達制度を利用しました。基本的に1週間程度で届きます。リンショーピンは日本の宅配便の配達可能地域ではないので、郵便局の配達制度を利用するべきだと思います。 パソコンのWiFiの設定をしておいた方が良いでしょう。学校はどこでもWiFiを使用することができますが、私の持ってきたノートパソコンははじめまったくつながらず、使用できなくて困りました。 浴衣や着物は持ってなければ、用意しておくべきです。意外と着る機会が多くあります。日本から送ってもらうとお金が余計にかかってしまうので、気を付けてください。				
III. 現地到着後のなぐれ				
1. 到着時の様子				
利用航空会社	Swiss international airline			
航空券手配方法	HIS ※利用した旅行社・旅行サイト, 格安航空券情報等があれば記入して下さい。			
大学最寄空港名	リンショーピン空港 (私はストックホルムのアーランダ空港を使用しました。)	現地到着時刻	22:30 現地の到着時間がとても遅かったため、空港にあるホテルに一泊しました。Radisson Blu Sky City Hotel, Arlanda Airportというホテルでしたが、SJの駅が目前なので、迷わず電車に乗ることができました。	
キャンパスへの移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 知人の出迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関 (<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> 電車)	<input type="checkbox"/> タクシー <input type="checkbox"/> その他
移動の所要時間	ストックホルムからリンショーピンまで電車で2時間ほど、リンショーピン中央駅からRydまでは15分から20分ほどです。			
空港からキャンパスへの移動の際の注意点, タクシー・公共交通機関で移動する際の行き方, 料金等				
ストックホルムのアーランダ空港からリンショーピンまで、SJという電車で移動しました。日本でチケットを取っていくと安く済みます。私は日本で購入しプリントアウトしていきましたが、最近スウェーデンのカードでしか支払えなくなったようで、もしかしたらできないかもしれません。試す価値はあります。現地でもチケットは買うことができます。				
大学到着日	7月30日 13時頃			
2. 住居について				
到着後すぐに住居 入居できましたか？	<input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ	いいえを選んだ方: 8月1日から入居可能だった。		
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮	<input type="checkbox"/> アパート	<input type="checkbox"/> その他 ()	
部屋の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 一人部屋	<input type="checkbox"/> 二人部屋	<input type="checkbox"/> その他 ()	
ルームメイト	<input checked="" type="checkbox"/> 日本人学生	<input checked="" type="checkbox"/> 他国からの留学生	<input type="checkbox"/> その他 ()	
住居を探した方法	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋	<input type="checkbox"/> 自分で探した	<input type="checkbox"/> その他 ()	

住居の申込み手順	大学に提出する書類の中で、授業の申し込みの書類と一緒にAccommodationの項目があり、それを記入します。ただチェックを入れるだけの簡単な方法でした。
住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか？トラブルはありましたか？	
<p>すぐに見つかりました。ただ、寮のキッチンが寮によって使い方がとても荒く、汚いことがあります。私は、最初到着した時に同じ寮に住んでいるパキスタン人の学生の使い方がとても荒く、とても困りました。話し合い等によって以前よりはよくなりましたが、時々汚くなります。基本的に日本人はきれい好きで清潔であることを知っておくといいいと思います。また、困ったりしたときは、直接言って話し合うことで解決していく必要があると思います。</p> <p>スウェーデン語の集中講義を履修していたので授業が8月2日からでしたが、8月1日からしか入居することができず、渡航前に困りました。やはり時差ボケは気候も違うので、余裕をもって渡航することをお勧めします。集中講義期間はpeer studentは帰省中で出迎えに来られなかったりします。集中講義に参加したい場合は、先輩から現地の友人を紹介してもらうことをお勧めします。私も前の年に留学していた先輩から紹介してもらい、授業開始までその友人の家に滞在させてもらうことができ、授業開始までに準備を終わらせることができました。大学の到着時間は早めの到着と滞在により、少し遅れました。</p>	
3. 留学先でのオリエンテーションについて	
オリエンテーションの有無	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
日程	8月2日
参加必須ですか？	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は？	<input checked="" type="checkbox"/> 無料 <input type="checkbox"/> 有料（金額： ）
内容と様子は？	大学の概要、使い方、スウェーデンの警察、病院のシステムについての説明がありました。あとは、ESNという留学生をお世話してくれる学生団体の紹介があり、ちょっとしたゲームをしたりしました。ESNという団体の活動を通して、たくさんの留学生と知りあうことができるので、積極的に参加することをお勧めします。
留学生用特別がイダンス	<input type="checkbox"/> あった <input checked="" type="checkbox"/> なかった
授業開始日	8月2日から
IV. その他、渡航してから必要な手続きについて	
1. 現地で滞在許可等の申請の必要はありますか？いつ、どこで、方法は？日数、料金は？トラブルは？	
<p>正式な居住許可の手続きは、スウェーデンに到着後でしかすることはできません。スウェーデンに入国後3か月以内に申請すればよいので、そこまで急ぐ必要はないと思います。ただ、銀行の口座を作るときに、居住許可の登録完了の確認がなければならないので、なるべく早めに行くことをお勧めします。</p> <p>スウェーデン語の集中講義の間は、正規の学生は休みなので、キャンパスバスを使うことはできませんが、正式な授業の開始後は、ノルショーピンに行く際利用できます。学生書を見れば誰でも利用でき、無料です。日数は、登録後オフィスから郵送で一週間以内に送られてきました。指紋、サイン、写真を撮るだけで、お金もかかりません。</p>	
2. その他現地でした手続きは？（健康診断、予防接種等）いつ、どこで、方法、日数、料金は？トラブルは？	
特にありませんでした。	
3. 現地で銀行口座を開きましたか？手続方法、必要書類、日数、料金は？トラブルは？	
<p>銀行口座は開設しました。スウェーデンはクレジットカード社会ですが、寮やインターネットの使用料金の支払いの際に、口座のデビットカードか現金で払わなければ手数料がかかってしまうのと、現金を使用する場面がそれなりにあったので、作りました。</p> <p>銀行はいくつかありますが、Swedbankで作ることをお勧めします。短期滞在の留学生が銀行口座を作り閉鎖せずに帰国する学生が増えたために、ほかの銀行では開札することができないということを知りました。スウェーデンはインターネット口座が主流になってきていて、国際交流事務室の方にはそちらをお勧めされました。しかし、インターネット口座には、一年以上の滞在が必須となるパーソナルナンバーが必要なので、口座を作ることはできませんでした。</p> <p>居住許可の登録が完了した後に、パスポートと入学許可を持っていけば作成することができます。</p>	

4	Children and Families in a World of Education	7.5
<p>各国の文化の違いや、教育制度の違いについて比較する授業です。題名からは子供や家族について勉強するように思われますが、授業でその二つについて扱われることは全くありませんでした。スウェーデンの中学校を訪問し、実際に教えている先生から話を聞く機会もありました。テストは、各国の教育制度の違いについて比較しまとめ、発表しました。</p>		
5	The Global Teacher in a Multicultural World	7.5
<p>今までの二つの授業をまとめ、さらにもっと現場に近い状態で勉強する授業です。5日間の教育実習が必修です。私は中学校に行き英語の先生のお手伝いをしながら、授業を見学したりしました。運がよく自分の授業の時間も先生がくださり、日本の文化などを教えました。セミナーでは、PISAについて話し合い、各国の教育の状況を比較しました。テストは各国の教室の様子を自分たちで再現し、映画を作って発表しました。</p>		
6	Nordic Culture - Area of emphasis: Educational Science	7.5
<p>Nordic Cultureの授業の生徒と基本的に同じ授業を受け、教育に関する授業が追加される形で授業が進んでいきます。スウェーデンに限らず、ほかの北欧諸国についても授業では扱われます。レポートを書くために2回の旅行に行く必要があります、一つ目は田舎の方に行きカヌーを漕いだり、サウナに入ったりしました。二つ目の旅行はストックホルムに行き博物館を回る予定です。旅行を通してクラスメイトと中夜なることができます。</p>		

VI. 一週間のスケジュール 授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください。

	月	火	水	木	金	土	日
7:00	バスでリンショーピンからノルショーピンに移動						
8:00	教育実習		バスでリンショーピンからノルショーピンに移動				
9:00	↓		教育実習				
10:00	↓	The Global teacher in a multi-cultural world (インターネットでディスカッション)	↓	教育実習の授業準備と勉強	勉強		
11:00	↓	↓	↓	↓	↓		
12:00	昼食	昼食	昼食	バスでリンショーピンからノルショーピンに移動	昼食		
13:00	↓	↓	↓	The Global teacher in a multicultural world (Seminar)	勉強		
14:00	↓	↓	↓	↓	↓		
15:00	↓	↓	↓	↓	↓		
16:00	バスでノルショーピンからリンショーピンに移動	↓	バスでノルショーピンからリンショーピンに移動	バスでノルショーピンからリンショーピンへ移動	↓		
17:00	勉強	East Asian Associationの conversation コーナーに参加	Nordic Culture - Area of emphasis: Educational Science (Lecture)	スウェーデン語の授業	↓		
18:00	↓	↓	夕食	↓	夕食		
19:00	↓	ディナーパーティー	勉強	↓	勉強		
20:00	Swedish Folk Musicのクラブ活動に参加	↓	↓	夕食	↓		
21:00	↓	↓	↓	勉強	↓		
22:00	↓	↓	↓	↓	FIKA		
23:00	勉強	↓	↓	↓	↓		
24:00					↓		

VII. 現在までの感想

留学先大学、プログラムについて、授業、宿舎、生活全般についてなど、自由に書いてください。

リンシェーピング大学は、留学先としてとても充実した大学だと思います。基本的にアジアの人が少なく、ヨーロッパや中東から来ている人が多いので、今まで会ったことのないような国の人とたくさんコミュニケーションをとることができます。授業は留学生は基本的に多くありませんが、言語が日本語でない分、準備や理解に時間がかかります。また逆に言えば、自由に過ごすこともできるので、英語のうまいドイツ人やほかのヨーロッパの学生は頻繁に空き時間を利用して旅行に行きます。

寮は大変充実していると思います。寮があるRydという町自体、留学生とスウェーデン人の学生の住居が8割占めており、友達の家を頻繁に遊びに行きます。寮のパーティーもよくあり、自分で日本食を食べるパーティーや友達のお誕生日パーティーを開いたりもして、とても楽しい時間が過ごせています。無料でサウナを利用することもでき、週末によく利用します。スウェーデンのサウナはとても気持ちいいです。

町の中心へはバスや自転車で15分ほどで行くことができ、大体何でもそろえることができると思います。私は、East Asian Associationという学生団体とFolk musicのクラブに所属しています。East Asian Associationは日本語と中国語を勉強しているスウェーデン人の学生と日本や台湾、中国からの留学生の文化交流の団体です。毎週火曜と木曜の放課後にLanguage Exchangeのコーナーがあり、そこでお互いの言語の勉強のお手伝いをしたり、会話を楽しんだりします。また年に2回大きなパーティーがあり、その中心で活動させてもらいました。基本的に留学生と正規の学生がかかわれる機会が少ないため、スウェーデン人とかかわるととても良い機会となっています。

Folk MusicクラブはNordic Cultureの授業の北欧の音楽の授業の際、演奏しに来てくれた団体で、バイオリンを持ってきていて、ぜひ一緒に演奏させてほしいということを伝えて、参加させてもらえました。はじめオーケストラへの参加を希望していましたが、授業とかぶって参加できなかったためあきらめてしまいました。結果的にスウェーデンでしかできない音楽のクラブに参加できたので、とてもうれしかったです。