

【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 10月 25日
留学先大学/国名	コペンハーゲン大学(日本語名) 国名:デンマーク Københavns Universitets(現地言語名)
留学先の所属学部等	<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 日本語名: 人文学部 現地言語での名称: Det Humanistiske Fakultet <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	2025年8月～2026年2月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	文学部 史学地理学科 考古学専攻
学年 ※出発時の本学での学年	2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。

・かつての先輩方が書いて下さった報告書やネットを活用して、事前に提出する書類とその期限、注意事項などを日記にメモしていたため、留学前に特に慌てることなくスムーズに手続きを行うことができました。

・日本食をいくつか持って行ったこともあり、同じ寮の学生と一緒にシェアして楽しく交流することができたため、持って行って損はないと思います。日本食が恋しくなった時に食べる用でもいいですし、何より消耗品なので帰国する時には空いたスペースにお土産等を入れることもできるのでおすすめです。

・準備不足だと感じていることとして英語の勉強を上げることができます。国際・言語系の学部ではないため英語を学習する時間が限られているとはいえ、今でも複雑なトピックのディスカッションの際に上手く自分の考えを表現することができないことがよくあるので、日本にいる間に自身の専門分野を中心に事前に語学力を固めておくことをお勧めします。

・時おり他国の留学生と会話する際に話題作りに困ることがありますが、多少なりとも英語圏の文化や各国の地理的な情報を知っていると初対面の人とでも会話の輪が広がるので、留学前に興味を持って学んでおくとなかなか後々活かせる場面が沢山あると思います。

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: 居住許可証	申請先: the Danish Agency for International Recruitment and Integration (SIRI)
ビザ取得所要日数: 1ヶ月 (申請してから何日/ 何週間要したか)	ビザ取得費用: ¥53,000

1. 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?

- ①ST1(学生用居住許可証の申込書)
申請後、事前にメールにて ST1 の word フォーマットが送られてくるので指示に従って記載
- ②パスポートの全ページのカラーコピー(表紙および裏表紙を含む)
自宅付近のコンビニにてスキャン・印刷
- ③居住許可証申請時の領収書
申請料の 2,255DKK を支払った後に領収書ダウンロードの画面が出てくるのでそこから入手
- ④明治大学の在学証明書(提出日から 1ヶ月以内に取得したもの)
キャンパス内の証明書自動発行機で入手

2. 具体的な申し込み手順を教えてください。

- ①上記書類を集める(pdf も必要)
- ②メールに記載されている説明の通りに SIRI のホームページから申請画面に移行
- ③Order number を作成(ST1 に記載が必要)
- ④上記書類の pdf を添付・個人情報の入力を経てオンライン申請完了
- ⑤メールにて東京都築地のビザ申請センターの予約リンクが送られてくるため任意の日付で予約
- ⑥同センターにて上記書類(紙媒体)を提出後、生体認証(顔写真・指紋)を行い申請完了
- ⑦郵送または同センターにて(申請時に選択)居住許可証を受け取る

3. 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？

特に面接等はありませんでしたが、個人情報の確認及び出国・帰国予定日は確認されました。

4. ビザ取得に関して困った点・注意点

ビザ(居住許可証)取得の日数に関して、SIRI のホームページでは 2 ヶ月と記載されていましたが、実際は 1 ヶ月弱で受け取ることができました。とはいえ、早めにビザを取得するに越したことはないので取得には 2 ヶ月かかる前提で行動したほうが後々慌てずに準備できると思います。

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、荷物運送等)。

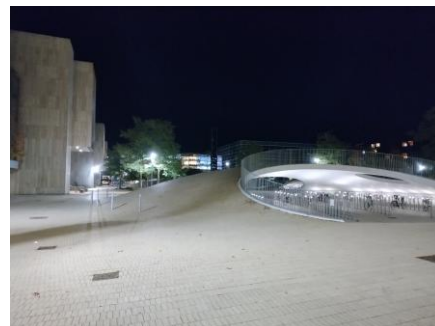
- ・国際輸送費はとても高いので基本的に日本からは追加の荷物が送れないことを想定して持ち物等の準備を進めると良いと思います。
- ・携帯電話に関しては eSIM を月額購入しているため、特段現地で SIM カードや携帯電話を購入したりといったことは必要ありませんでした。
- ・デンマークはクレジットカード決済が基本なので、1 枚しか持っていない方は予備にもう 1 枚作ることも良いと思います。現在約 3 か月間デンマークで過ごす中で現金を一度も使ったことがないので過度に現金を持っていく必要はないかと思います。ただし、他のヨーロッパ圏を旅行する中で現金のみしか受付けていない場所もあるので、デビットカードなどの現金調達手段は用意していて損はないと思います。事前に日本円をユーロに替えて持っていくのも良いかもしれません。

III. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	フィンエアー				
航空券手配方法	JAL アプリ ※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				
大学最寄空港名	コペンハーゲン国際空港	現地到着時刻	8:05		
キャンパスへの移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え	<input type="checkbox"/> 知人の出迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関 (<input 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	25 分				
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 地下鉄:M2Line København Lufthavn St.-Christianshavn 乗換後 M1Line Christianshavn-Island Brygge 料金:700 円前後 注意点:日本と違い、利用する区画によって料金が決まり、有効期限がチケットに印刷されています。改札はありませんが定期的にチケットを確認している方が電車内で巡回しているので事前に購入する事を強くおすすめします。私は慣れてからは紙媒体ではなく"DOT Ticket"というアプリを使って購入するようにしました。					
大学到着日	7 月 30 日 9:00 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 checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	いいえを選んだ方： 月 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 type="checkbox"/> 一人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> 二人部屋 <input type="checkbox"/> その他()	
ルームメイト	<input 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	斡旋会社からメールを受け取る(事前に日付・日時に関するメールを受け取るが現地時間であることに注意)→メール記載のリンクから申し込みフォームに移る→自分の希望する住居・形式を探し、入力フォームに沿って申し込みを完了させる	
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？		
渡航前に事前にオンラインで希望の住居をブッキングする形式でした。現地時間の指定の日付・日時にリンクに飛びましたが 25 分ほど待たされ、その時には既に第一希望の寮の選択肢が無くなっていたので第 2 希望の寮を確保しました。他の同じ留学生の話によると、何度も更新ボタンを押していると稀に第一希望の寮の選択肢が出てくるとのことなので、粘ってみるのも大事だと思います。		
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	2025/8/29 10:00-16:00	
参加必須ですか？	<input type="checkbox"/> 必須 <input checked="" 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？	最初のアイスブレイクを経て周りの留学生と軽く交流した後に、コペンハーゲンでの生活や大学に関する理解を深めるための説明やワークショップがありました。雰囲気は一貫して柔らかく、周りの留学生もとてもフレンドリーなので話しかけやすかったです。ランチブレイクを挟むので一緒にお昼ご飯を食べることができて沢山の人と交流することができました。	
留学生用 特別ガイドンス	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった	
授業開始日	9 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？

特にありません。

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？

デンマークに到着してから 5 日以内に国民識別番号の CPRnumber が記載されたイエローカードの発行手続きを行う必要があります。事前にイエローカードの手続きについて場所や方法、予約フォームが記載されたメールが送られてくるのでスムーズに申請することができます。原則指定の場所に行くことでしか申請できないので予約が必須です。着いてからは受け付けを済ませ、自分の受付番号が呼ばれた後にパスポートと居住許可証の確認を経て申請が完了しました。料金は特にかかりませんでした。イエローカードの取得が終わった後は追加で自身の ID カードとなる“MitID”を申請することになります。これはイエローカード申請時に受け取るガイドブックにリンクが記載してあるのでそこから予約・申請をしました。

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？

開設していません

4. 現地で携帯電話を購入しましたか？ 手続方法、必要書類、日数、料金は？ トラブルは？

購入していません

Ⅴ. 履修科目と授業について

1. 履修登録はいつどのような形で行いましたか？

- ☒ 出発前に(5 月 9 日頃)
☒ オンラインで登録 ☐ 志願書類に記入して登録 ☐ できなかった ☐ その他()
- ☐ 到着後に(月 日頃)
☐ オンラインで登録 ☐ 国際オフィス等の仲介 ☐ できなかった ☐ その他()

登録時に留学生として優先されることはありましたか？

- ☐ あった ☒ なかった

優先が「あった」方はどのように優先されましたか？

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

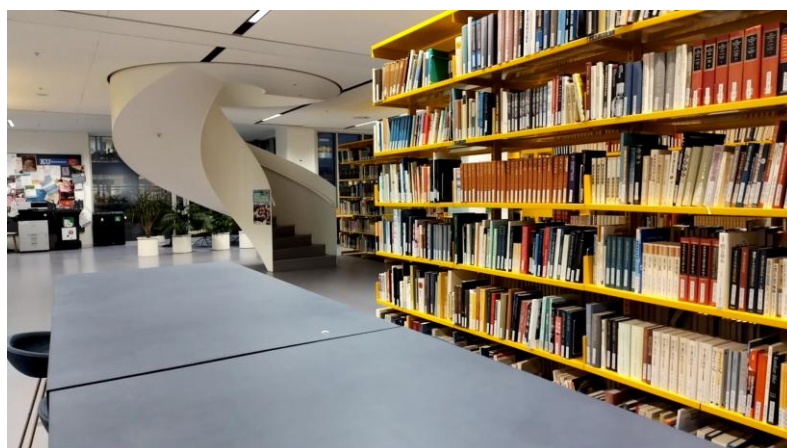
登録日になるとメールが送られてくるため、登録サイトに移行して自分の履修したい授業を入力することで申請することができました。履修許可に関しては 6 月の中旬頃に下りました。

2. 出発前に授業を登録した方は、現地で変更・追加できましたか？ また希望通りの授業が取れましたか？

私は特に授業の変更・追加は行っていないませんが、メールによると 6 月から 8 月の間に変更・追加が可能とのことなので、もしかすると渡航後でも行うことができるかもしれません。一方で変更・追加は早ければ早いほどいいとも記載してあるため、変更を希望する際は時間に余裕を持つことが大切だと思います。

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

	月	火	水	木	金	土	日
5: 00							
6: 00							
7: 00		起床		起床			
8: 00	起床	朝食	起床	朝食	起床	起床	起床
9: 00				予習等			
10: 00		授業 ～12:00					
11: 00							
12: 00							
13: 00		授業 ～16:00		授業 ～16:00			
14: 00							
15: 00							ボルダリング ～18:00
16: 00							
17: 00		ボルダリング ～20:00		ボルダリング ～20:00			
18: 00							
19: 00							買い物
20: 00	筋トレ ～21:00		筋トレ ～21:00		筋トレ ～21:00	筋トレ ～21:00	
21: 00	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食
22: 00		予習等		予習等			
23: 00							
24: 00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝





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、生活全般について等、自由に書いてください。

私の留学先はコペンハーゲン大学人文学部ということで、いくつかキャンパスがあるうちのサウスキャンパスに通っていますが、キャンパス自体がとても現代的で内装も清潔感がありとても気に入ってます。カフェやレストランもあり、授業前にコーヒーを買ったり、昼食で日替わりのプレートを手頃な価格で食べることができるのでとても重宝しています。授業自体は週に 3 コマしかとっていませんが、どれもディスカッション重視の授業なので初めは日本とは全く違う方式に戸惑っていましたが、約 3 か月経った今は少しずつグループディスカッションで発言できるようになり、周りの生徒も私の英語を辛抱強く聞いてくれるため、いつも安心して授業に参加することができています。特に私の専攻である考古学に関する授業では、留学生の私 1 人を除いて他の 8 人は全員学部生ということもあり話しづらさを感じていましたが、教授や TA さんのアシスタントもあって何とかディスカッションに食いつくことができています。今月やっとの思いで中間レポートを終わらせることができたので、次は期末レポートに向けて残りの約 3 か月間を有意義な時間にできればと思っています。

宿舎に関しては、私は UMEUS(Valby: <https://www.umeus.dk/umeus-valby>)という学生寮に住んでおり、ここは比較的同じ日本人留学生が少ない寮のため、当初はとても不安でした(私が知っている限りここに住んでいる日本の方は私を含めて 5 人ほどだと思います)。しかし、各キッチンごとにルールを決めるミーティングがあり一堂に会する機会があったためお互いについて交流することができ、その日を境に毎回会うたびに会話することができてとても充実しています。日本食を持って行った甲斐もあり、フロアのメンバーの何人かにお茶を作ったり日本のお菓子を一緒に食べながら映画を観たりと楽しく過ごすことができています。寮全体のイベントやフロア毎のパーティーも頻繁にあり、違うフロアの人と沢山交流したりバーで一緒に飲んだり日本では全く経験してこなかったことをすることができてとても良い寮だと感じています。

生活全般に関しては、授業が週に 3 回しかないので空いた時間は膨大な量のテキストリーディングをこなしたり気分転換に散歩をしたりすることが中心です。その他に、8 月に受けた 1 か月間のプレセメスターの授業で知り合ったイタリア出身の方と馬が合い、クライミングが趣味だと言うことで偶然私もクライミングに興味があったので、同じクライミングジムに入会して行けられる日に一緒にボルダリングをすることが習慣になっています。もともと自重カトレニングをメインに鍛えていたので併設されたジムにも通っていますが、同じ自重カトレニングがメインの方やウェイトトレーニングをしている方など、色々な方と話す機会があるので、趣味を楽しみつつ英語を使って交流することができ日常生活の中でとても有意義な時間だと感じています。趣味が同じ人と出会うと一気に会話の幅が広がるので、今振り返ってもプレセメスターでの出会いはとても貴重なものだったと思います。

