

【大学間協定留学】留学近況報告書

| | |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 記入日 | 2025年 11月 1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 Universitet(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: Faculty of Humanities <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1月 |
| 明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等 | 国際日本学部国際日本学科 |
| 学年 ※出発時の本学での学年 | 3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。

主に、留学報告書・YouTube・ブログで情報収集しました。

特に、同じ半年間留学された方の留学報告書は何度も読ませていただきました。かなり詳細に書いてくださっていたおかげで、手続きや寮の様子などをイメージしやすかったです。

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: ST1 | 申請先: SIRI |
| ビザ取得所要日数: およそ1か月 5月23日に訪問し、6月30日にメールを受け取った (申請してから何日/何週間要したか) | ビザ取得費用: 2500DKK+4500円 |

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?

- ST1
コペンハーゲン大学からメールで受け取ります。大学側が記入するべきところが記入された状態で受け取るため、残りを自身で記入するかたちです。
- パスポートコピー
「表紙、裏表紙」を含めて一全ページカラーコピーで印刷しなければいけません。
- 「自分名義の口座の」残高証明書
デンマーククローネ表記にすることが可能であったため、そうしてもらいました。
- 明治大学の英文在学証明書
- Case order IDの支払い画面のコピー ←わかりにくいですが、必ずダウンロードしましょう。不安だったので、念のためスクリーンショットもとりました。
- パスポート原本
- VFSの予約の確認書

2. 具体的な申し込み手順を教えてください。

1. New to Denmark で登録し、申請料金を支払います。
2. VFS の予約をします。
3. VFS に行き、上記の 5 つの書類を提出+生体認証を受けます。
1 時間以内には終わりました。ただ書類の確認をされただけなので、面接のような雰囲気ではなかったです。やり取りも日本語でした。
4. VFS からメールを受け取り、ビザを受け取りに行きます。
追加料金を支払えば、国内やデンマークで郵送での受け取りが可能です。

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？

面接はありません

4. ビザ取得に関して困った点・注意点

☆他の方の報告書でも触れられていると思いますが、—ビザの申請に関しては特に早めの準備を強くお勧めします—特に急いで準備に取り掛かるべきものは、—残高証明書の取得—と—VFS の予約—です。

残高証明書は銀行によりますが、手元に届くまでに 1 週間以上要する場合があります。また、効率よく証明書を取得するために、証明書の条件を new to denmark というサイトでしっかりと確認する必要があります。デンマークの場合は、—自分名義の口座—の証明書を用意しなければならず、家族名義のものは受け付けてくれません。さらに、VFS 訪問日の何週間以内のものを用意しなければならないといった条件もあります。このような条件を事前に確認することによってスムーズに手順を踏むことができ、再発行など余計な時間を費やさずに済みます。

VFS の予約は、コペンハーゲン大学から ST1 が添付されたメールを受け取り、case orderID(ビザ申請の番号)を作成+支払いをした後にしました。VFS には日本全国からビザを申請しに来る人がおり、デンマーク以外の国の取り扱いもあるため、予約があつという間に埋まってしまいます。一回予約を取った後でもリスケジュールすることが可能であるため、プレセメスターに参加する人や出国直前にドキドキしたくない人は必ず早く予約を取りましょう。

☆ビザを VFS で受け取る際にも必要となる書類があります。

VFS から送られてくるメールには公的身分証明書(パスポート等)、申請の際に受け取った白いレシートの原本のみが記載されています。しかし、私は申請時に受け取ったバーコード付きのパスポートコピーの提示も求められました。心配な場合には、申請時に受け取ったものをすべてまとめて持っていくと問題ないと思います。

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)。

—現金— 日本円で 3 万円持っていました。成田空港でデンマークの通貨に換金できる場所がなかったため、コペンハーゲン空港で 1 万円分換金しました。ただし、今のところ(11 月現在) 現金を使う機会はフリーマーケット以外ほぼないと思います。

—sim— 初めの一か月間は airalo(エラロ)の esim を利用していました。こちらの esim を問題なく使えたことに関しては大変満足していました。しかし、airalo を利用していると携帯電話番号を使用できないため、mobilepay の登録をする際や rejsekort の初期設定の際に支障が出ました。それゆえ、2 か月目以降は Lebara の物理 sim を利用しています。Lebara の sim は私の知る限り一番安くて、その他の EU の国でも使うことができるためお勧めです。

※esim を使う際の注意点としては、携帯電話番号が利用できなくなってしまうことが挙げられます。そうすると、SMS 認証を利用できません。そのため、渡航が近くなると国際連携事務室の方から案内していただけないと思いますが、——Oh-o!Meiji などは必ず SMS 以外の認証方法でログインできるように設定しましょう——。

Ⅲ. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

| | | | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|
| 利用航空会社 | カタール航空 | | | | |
| 航空券手配方法 | <p>はじめは、Skyscanner で値段や所要時間、現地(デンマーク)到着時間を比較していました。偶然見えていたブログで学割を利用できる航空会社があることを知り、条件の中に学割を加えました。その結果、航空会社のランキングで何度も 1 位を獲得して評判も良く、スチューデントクラブ(無料)に入会し学割を利用すると様々な特典を受けられるというメリットがあったカタール航空を選びました。</p> <p>※学割を使うには、Skyscanner などの料金比較サイトではなく、カタール航空の公式ウェブサイトもしくはアプリからチケットを購入する必要がありますので注意してください。</p> <p>【補足】 ドーハ・ハマド国際空港は大きいと聞いていたため、トランジットには大変緊張しました。しかし、ドーハについた時間が夜中の 1 時頃だったこともあり空港が非常に空いていたためパニックにならず無事に乗り換えることができました。</p> <p>他大学の日本人学生は、タイやフィンランドを経由してきている人が多いイメージです。</p> <p>※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</p> | | | | |
| 大学最寄空港名 | コペンハーゲン・カストラップ国際空港 | 現地到着時刻 | 7:15 | | |
| 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 | ～空港から寮まで～ 20 分ぐらい(電車 5 分＋徒歩 15 分) | | | | |
| <p>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</p> <p>～到着日にはキャンパスに向かわなかったため、空港から寮(Signalhuset)までの移動について記載します～</p> <p>私は、スーツケースは小さいものと大きいものの 2 つと、大きめのリュックサックを持っての移動でした。友人と一緒に行動していて心強かったことや交通費を抑えたいと思ったことから、電車利用を選択しました。空港にある赤色の券売機で寮の最寄りの駅までのチケット(24DKK、571 円)を買いました。券売機の使い方は少しわかりにくいですが、英語モードにして落ち着くときちゃんと買えるはずでした。最寄りの駅に着いたら、寮まで歩きました。途中階段を使う場面はありませんでしたが、ヨーロッパ特有のぼこぼこしている道を歩かなければならないため、スーツケースを運ぶことに大変苦労しました。</p> <p>しかし、結果的には電車利用でよかったと思います。歩いたら 1 時間 15 分程度で寮に到着できるのですが、たとえ力持ちの方でもフライトの後では困難だと思います。また、タクシーであれば 7000 円程度かかるそうです。そのため、特に signalhuset に滞在する方には電車での移動をお勧めします。</p> | | | | | |
| 大学到着日 | 8 月 4 日 10 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 checked="" type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> その他(キッチン、バスルームをシェア) | |
| 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 | まず、コペンハーゲン大学に Housing Foundation 経由で寮を予約する意思表示をしました。 Housing Foundation から 6 月 24 日に予約が始まるというメールが届いて、寮の候補をチェックします。 6 月 24 日から争奪戦開始という形です。 | |
| 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>渡航前に見つかりました。</p> <p>ただ、申し込み開始当日に Signalhuset を予約することができませんでした。初日には家賃の高い寮かシェアルームといった 2 択でした。開始から 2.3 日経った朝 6 時くらいに偶然空きを発見し、予約をすることができました。デンマークに来てから様々な人に聞いた話ですが、初日に希望する寮を予約できた人は半分くらいのイメージです。残りの半分は、私のように粘って希望の寮を予約していたようです。</p> <p>真相はわかりませんが、Housing Foundation の予約ページで私たちは寮の空き情報を確認することができないため、最初に家賃の高い寮だけを見せて契約を結ばせようとしているのではないかとこの噂もあります。</p> <p>寮を予約するときに必ずお勧めしたいことが、—GoogleChrome を利用すること—です。理由はわかりませんが、Housing Foundation からも GoogleChrome の利用が推奨されていました。当初、safari や Microsoft Edge を利用していましたが、GoogleChrome と比較するとサイトの情報の反映が遅いように感じます。</p> <p>部屋に何らかの問題があると基本的に Signalhuset の管理人と連絡を取るようになります。私は火災報知器の電池切れと冷蔵庫の故障でメールで連絡を取りました。彼らはどちらの件も翌日には対応してくれました。</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 29 日 | |
| 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？ | 学部ごとに行われていました。デンマークに関するクイズなどを通して、留学生同士の交流の場が設けられていました。コペンハーゲン大学の学生が運営していました。 | |
| 留学生用 特別ガイダンス | <input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった | |
| 授業開始日 | 9 月 4 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？

CPR ナンバーの取得が必要です。お金はかかりません。

オンラインで—ビザ・パスポート・Housing Foundation の契約書を提出します。1, 2 週間後にメールが届いたら、訪問日を指定して、インターナショナルハウスに行きます。持ち物は、パスポートのみで大丈夫でした。

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？

なし。

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？

はい。

lunarというオンライン銀行口座を開きました。日本のアップルアカウントではlunarのアプリを登録できません。そのため、デンマーク用のアカウントを用意しました。もしかしたら、もっと良い方法があるかもしれません。

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？

いいえ。

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(7 月 15 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？

DCC という留学生のみ履修可能な授業がありました。

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

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？

現地でも追加や変更は可能であると聞きました。しかし、定員に限りがあるため希望が強いものは早めに登録しておくべきだと思います。

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 | | | | | | | 起床 |
| 7: 00 | | | | | | | 朝食・準備 |
| 8: 00 | | 起床 | | 起床 | | | ↓ |
| 9: 00 | | 朝食・準備 | 起床 | 朝食・準備 | 起床 | 起床 | 家出発・メロに乗る |
| 10: 00 | | ↓ | 洗濯 | ↓ | 朝食・準備 | 朝食・準備 | バス移動 |
| 11: 00 | 起床 | 家族と連絡をとる 授業の内容確認 | ↓ | 昼食 | ↓ | ↓ | ルイジアナ美術館(校外学習) |
| 12: 00 | 朝食兼昼食 | ↓ | 昼食 | 家出発・メロに乗る | Rema1000で食料調達 | 気になっていた雑貨屋・カフェ巡り | ↓ |
| 13: 00 | 部屋の掃除 | 昼食 | Fields 散策 | 授業(Danish Culture) | | ↓ | ↓ |
| 14: 00 | YouTubeを見る・編み物をする | 家出発・自転車移動 | 授業の予習 | ↓ | | ↓ | ↓ |
| 15: 00 | ↓ | 授業(Architecture and Urban Design) | ↓ | 友人の部屋に訪問(ティータイム+夕食) | 家出発・メロに乗る | 自転車に乗る・帰宅 | バス移動 メロに乗る |
| 16: 00 | 授業の予習 | ↓ | YouTube 見て だらだらする | ↓ | ピラティス | | Bilkaで食料調達 |
| 17: 00 | ↓ | 自転車移動・帰宅 | | ↓ | ↓ | 友人と自転車に乗って移動・ベーカリーでパン購入 | |
| 18: 00 | ルームメイトと夕食を作って食べる | 夕食 | 夕食 | ↓ | メロに乗る・帰宅 | 公園で夕焼けを見ながら夕食 | 夕食 |
| 19: 00 | ↓ | 旅行の計画を立てる | ルームメイトと話す | ↓ | 夕食 | 自転車移動・帰宅 | 最終レポートを書く |
| 20: 00 | 映画鑑賞 | ↓ | 旅行の計画を立てる | メロに乗る | 最終レポートの構成を考える | 「千と千尋」を鑑賞 | ↓ |
| 21: 00 | ↓ | 授業の復習 | ↓ | 帰宅 | ↓ | ↓ | ↓ |
| 22: 00 | ↓ | ↓ | シャワーを浴びる | ドイツ旅行について相談 | ↓ | ↓ | シャワーを浴びる |
| 23: 00 | シャワーを浴びる | シャワーを浴びる | 就寝 | ↓ | シャワーを浴びる | たくさん話す | 就寝 |
| 24: 00 | 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。

ーコペンハーゲン大学についてー

私の学んでいる南キャンパスはメトロの駅から近く、施設も非常にきれいで満足しています。私は、DCCという留学生のみが受講できる授業を 2 つ受講しています。一つは、デンマークの文化について学ぶことができるコースです。こちらは、数種類の中から自分の希望する成績評価方法を選択することができます。私は、出席率 80%で単位を取得できるものを選択しました。二つ目は、デンマークの建築や都市デザインについて学ぶ講義です。こちらは中間課題と最終レポートがあります。どちらの講義も、2.3 回校外学習のような形で美術館に行ったり、コペンハーゲン市内やスウェーデンのマルメに行って建物を見に行く機会があったりして、実際に講義内で説明されたことを直接確認できる機会があります。講義では高度なことを学んでいるというわけではないですが、日本で学ぶことがなかった範囲であるため、授業前の予習をしておくことが授業を理解するうえで重要であると思っています。総じていえることは、明確に意図をもって留学しに来ている人と、留学をしに来たのか旅行をするために来たのかよくわからなくなっている人が一定数いるように感じます。楽をしようと思えばいくらでも楽をすることができる環境でもあるため、自分がなぜコペンハーゲン大学に留学をしたのかという目的を見失わないことが非常に大事だと思いました。

コペンハーゲン大学に留学したなかで気になったことは、日本人留学生が多すぎるということです。同じ空間に日本人がいることによって安心する場面がありますが、それ以上に息苦しさを感じたことも事実です。もし、日本人の少ない環境での留学を望むのであれば他の大学を選ぶべきだと私は思います。

ー寮(Signalhuset)についてー

私が Signalhuset を選んだ理由は、Housing Foundation 経由で予約することのできる物件の中で最も安かったこと、完全プライベートな部屋を持ちつつ、共用エリアで他の留学生との交流を図ることができる環境であることが魅力的だと感じたからです。実際住んでみて気が付いたことは、シェアハウスだからといって努力なしに勝手に仲良くなるわけではないということです。正直、最初の 1, 2 か月はシャイな性格もあり自分から積極的に何かをしようとせず、かなり気まずい思いもし、強いストレスを感じていました。しかし、一度私から「一度みんなで一緒に晩御飯作って食べない？」と誘ってみると、そこから毎週のように夕食会を開いて映画を見に行ったり、ボーリングをしに出掛けたりしています。今となっては、遅すぎたことには後悔しているものの、自分からルームメイトを誘って交流の場を作り出したことが非常に良かったと思っています。

寮の施設に関しては、部屋によって当たり外れがあると思います。例えば、部屋によっては日当たりが悪く、ずっと暗い部屋があります。また、前に住んでいた人が、たくさん備品(皿や調理器具等)を買っていると新たに買い足す必要がなく、反対に備品が少ないと新たに自分達で買い足す必要があります。

安全性に関しては、いい方ではあると思います。寮のあるオアスタッドは穏やかで、落ち着いた雰囲気もありつつ、活気もあります。基本的に、Signalhuset の建物内に入るためにはチップが必要になるため部外者は入れないような造りになっています。たまに寮内で不審な動きをしている居住者もありますが、そういった内容はグループチャットで共有されるようになっています。ただ、中庭には部外者でも入ることが可能であるため、中庭に置いていた自転車を盗まれてしまったということは何度か耳にしました。

ーデンマークでの生活についてー

デンマークの治安は非常にいいです。デンマーク人もリュックサックを使っていたり、ズボンのお尻のポケットにスマートフォンをいれていたりする人を何度も見かけました。ただ、スリが原因でメトロが遅延していたことがあるので、100%大丈夫というわけではなさそうです。人種差別に関しては、一切感じたことはありません。デンマーク人は困っていたら、スッと手を差し伸べてくれる温かい方が多いです。私も何度も助けてもらいました。

コペンハーゲンに到着した 8 月初旬は 20 時頃まで外が明るかったのですが、現在(11 月)には 17 時ごろには日が沈んでしまいます。また、10 月下旬から雨の日が続いており、晴れの日がほとんどありません。こういった気候の違いにも面白さを感じられます。

デンマークで生活するうえで役に立ったアプリがいくつかあったため、紹介します。

rejsekort:公共交通機関を利用する際に使えます。あらかじめ登録したクレジットカードから引き落としされます。乗車の際に右にスライド、目的地の最寄りの駅やバス停に到着したら左にスライドします。乗り換えの時にはスライド不要です。他

にも DSB や DOT といったアプリもありますが、一番楽で、オフピーク割引でお得に利用できるためお勧めです。

注意点として、登録の際に SMS 認証(電話番号)が必要になる場合があります。人によっては、ゲストとして利用することで SMS 認証を回避することができたということを聞きました。

rejsekort にはフィジカルのカードもあり、無記名のタイプであると大きな駅の券売機で発行することが可能です。また、MitID があると記名タイプのものを発行することが可能です。こちらは、無記名のタイプより発行手数料が少なく、割引率が高いみたいです。ちなみに、アプリは発行手数料はかかりません。

Canvas:コペンハーゲン大学から案内が来たため登録しました。Oh-o!Meiji のようなものです。

e-vaskeri:Signalhuset のランドリールームの利用状況を確認できるアプリです。

DonkeyRepublic:自転車のレンタルができるアプリです。デンマーク、特にコペンハーゲンでは Donkey のものが一番多いのではないかと思います。

GoogleMaps:行きたい場所や行ったことがある場所にマークをつけてみると面白いです。

Google 翻訳:スーパーの商品の表記は基本デンマーク語のため、このアプリは必須です。

両替電卓:1 丹 = 23 円くらいで計算が面倒なので、正確な数字を知りたいときに使ってます。

Facebook:デンマークでは Facebook が主流みたいです。コペンハーゲンに住む日本人のグループもあります。

ISIC:学割が利用できます。主に旅行に行くときに使っています。

MitID:銀行口座を開設するときに利用しました。

Too good to go:賞味期限切れ間近のものを手ごろに購入できます。日本のアップルアカウントでは利用できませんでした。

—留学を経験して気づいたこと—

デンマークに来て一人暮らしをしていると、日本にいる家族や友人の大切さを強く感じています。留学前はゼミ・就活・期末試験・アルバイト等やらなければならないことがあって大変ではあるとはいえ、自分を応援してくれている人を大切にすべきです。これから留学に行く方には「留学が終わった後はもちろん、始まる前にも自分をサポートしてくれることに対して感謝を伝えるべきだ」と伝えたいです。