

【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 10月 28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 University of Copenhagen(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: 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
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。

留学報告書、北欧の留学についての動画や、同じ明治の留学する友達に聞くなどして情報を集めました。
TOEIC などの日本の参考書は現地で買えないもしくはとても高価なため、もってこれば良かったと後悔しています。

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: ST1	申請先: 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: 5.6 万円程度

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?

- ①申請書類
コペンハーゲン大学より必要事項が記入された書類がオンラインで送られてきます。届き次第残りの箇所を自分で記入しました。
- ②パスポート本体
- ③空白のページも含めたパスポート全ページのコピー
- ④明治大学の英文在学証明書
- ⑤留学先大学の入学許可書
- ⑥銀行の残高証明書
私自身、東京で一人暮らしをしていて、口座の住所が実家だったため、親に書類を用意してもらいました。
- ⑦申請料の支払い領収書

2. 具体的な申し込み手順を教えてください。

まず、申請料の支払いを行って Case Order ID を取得します。その後、コペンハーゲン大学から受け取った ST1 書類に必要事項を記入したのち VFS global に生体認証の予約を取り、予約日に VFS global センターでビザ関係書類の提出と生体認証をして、郵送で送られてくるのを待ちます。

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?

なし

4. ビザ取得に関して困った点・注意点

私自身は留学前にビザの書類が届いたので問題ありませんでしたが、生体認証してから郵送で届くまでかなり時間がかかり焦ったので早めの予約をお勧めします。また、私はヘルシンキ経由でデンマークに入国したため、ビザに関してはヘルシンキでの入国手続きの際は特に聞かれませんでした。シェンゲン協定内の移動のため、コペンハーゲンでの入国審査はありませんでした。

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)。

事前に現金を 3 万円分ほど換金して行きました。しかし、現地で現金を使ったのは、プリマにいった時のみです。カードが使えなくなる可能性もあるので、持っていれば安心だと思います。

sim に関しては、私は留学前に 1 週間分の旅行用の esim をダウンロードして行きました。その後、現地で物理 sim の Lebara を購入しました。sim カードを変えると日本の携帯番号が使えなくなりますが、私は特に問題はなかったです。

荷物は大きめのスーツケース 2 個とリュック 1 個に全て詰めて渡航しました。現地で旅行用に機内持ち込みが出来る小さいサイズのスーツケースを購入しました。

III. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	JAL, Finair				
航空券手配方法	JAL のサイト ※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	コペンハーゲン空港	現地到着時刻	8:00		
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	20 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

空港から直接寮に向かいました。私の寮はその場で部屋の鍵をもらい、管理人の方に部屋の説明を受ける流れだったので楽でした。電車のチケットは空港で買えます。係員の方に聞いて手伝ってもらいました。

大学到着日	8 月 1 日 9 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 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 checked="" type="checkbox"/> その他(デンマークの学生)	
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	Housing Foundation で予約しました。6 月 24 日に招待メールが届き、そこから先着順で申し込みです。明治のコペンハーゲン大学に留学する人の LINE グループで情報交換しました。	

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?

自分が希望する寮がでてくるまで、数時間パソコンの前で待機していました。

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?	私は、現地でできた日本人の友達と途中から参加しました。大体すでに出来ているグループで皆参加しているため、プレセメスターに参加していた人は行っても行かなくても良いと思います。8 月末から留学が始まった人は、日本人など多くの留学生がいるため参加するのをおすすめします。
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 ナンバーの申請が必要です。私は、現地についてからネットで予約をして、international house で手続きをした後、2～3 週間で保険証のカードなどが郵送されました。その後、オンラインで MitID を作成しました。	
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?	
なし	
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?	
なし	

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(月 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？

オンラインで、大学からの案内の通りに履修登録をしました。特に難しい点はなかったです。8 月でも変更できるため、わからないことがあればメールで直接聞いたり、現地のサポートセンターに行って手伝ってもらうこともできます。

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？

出発前に履修登録が出来ましたが、留学が始まってから、プレセメスターコースでできた友人の助言で、8 月中に履修する授業の変更をしました。オンラインですぐに変更でき、数日で反映されたため不安はありませんでした。また、結果的に自分の関心のある授業を履修することができたため満足しています。



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						おでかけ、買い物、旅行、パーティー、自主学習など	おでかけ、買い物、旅行、パーティー、自主学習など
6: 00							
7: 00							
8: 00				起床			
9: 00	起床	起床	起床		起床		
10: 00	共用部の掃除		散歩	授業	散歩		
11: 00	共用部の掃除			授業			
12: 00		予習		友達と昼食			
13: 00	自主学習	予習		友達と昼食	自主学習		
14: 00	自主学習		予習、復習		自主学習		
15: 00	自主学習	授業	予習、復習	japanese cafe	自主学習		
16: 00		授業	予習、復習	japanese cafe			
17: 00	自主学習		予習、復習	japanese cafe			
18: 00	自主学習			japanese cafe			
19: 00		友達と夕食	スケボー		Friday Bar		
20: 00	スケボー	友達と夕食	スケボー	友達と夕食	Friday Bar		
21: 00	スケボー	友達と夕食		友達と夕食	Friday Bar		
22: 00	スケボー	友達と夕食		友達と夕食	Friday Bar		
23: 00					Friday Bar		
24: 00	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。

授業の数は日本にいたときよりも少ないので、時間に余裕はありますが、授業は毎回 2~3 の論文を読んでから参加するため、1 つの授業にかかる時間が長いです。授業内のディスカッションも活発なため、予習復習が授業についていくためには必要です。日本でその習慣があまりなかった私にとっては少し大変です。私は、都市デザインに関する授業を履修しています。デンマークは、自転車用の道が整備されており、寮の近くの市民体育館のような施設は朝から夜遅くまで開いています。趣味のスケートボードもその施設や、その他街中に多くあるパークで練習しており、私は、スケボーパークという公共空間の設計と使われ方をテーマに、研究を進めています。CPR 番号があれば、医療費も無料なので、今のところ怪我はありませんが、特に心配はなく過ごせています。

また、私は 8 月の 3 週間にわたって行われる、留学生向けのプレセメスターの授業に参加しました。この期間で、外国人留学生と交流したり、英語を使う時間ができとても有意義でした。それだけでなく、多くの日本人の友達を作ることができました。半年間の留学で、劇的に英語力が向上することは、簡単ではないですが、ルームメイトとの日常生活を送っていく中で、だんだん慣れてきたように感じます。また、留学に対する考え方にもよりますが、デンマークには私が想像していたよりも多くの日本人がおり、たくさんの友達を作ることができました。一緒に旅行に行ったり、唐揚げや餃子などの日本食を作ったり、誕生日パーティーをしたりと、日々楽しい生活を送っています。同じ悩みや考えを持つという点でも、日本人が多くいたことは良かったと思います。同じ寮に気軽に話せる人がいると安心できます。

デンマークは、物価こそ高いですが基本的に住みやすいと思います。道路も綺麗に整備されていますし、日本食なども探せばスーパーに売っています。また、他のヨーロッパの国と比べ、落書きなども圧倒的に少なく、治安も良いです。メトロも 24 時間動いているので、友達と外出したり、早朝の便で旅行に行くこともできます。また、差別を受けたことも今のところありません。また、英語が通じなくて困ったというトラブルもないです。物価と秋冬の天候以外は、私は日本と同じくらい住みやすいと思います。

コペンハーゲンでの留学は自分を見つめ直す良い機会になっています。金銭面で支援してくれている両親や、心細い時に電話して励ましてくれる日本にいる友達や恋人、デンマークでの暮らしでいつも遊びや外に連れ出してくれる友達など、普段自分を支えてくれている周りの人々に感謝しながら、残りの留學生活を頑張りたいと思います。

