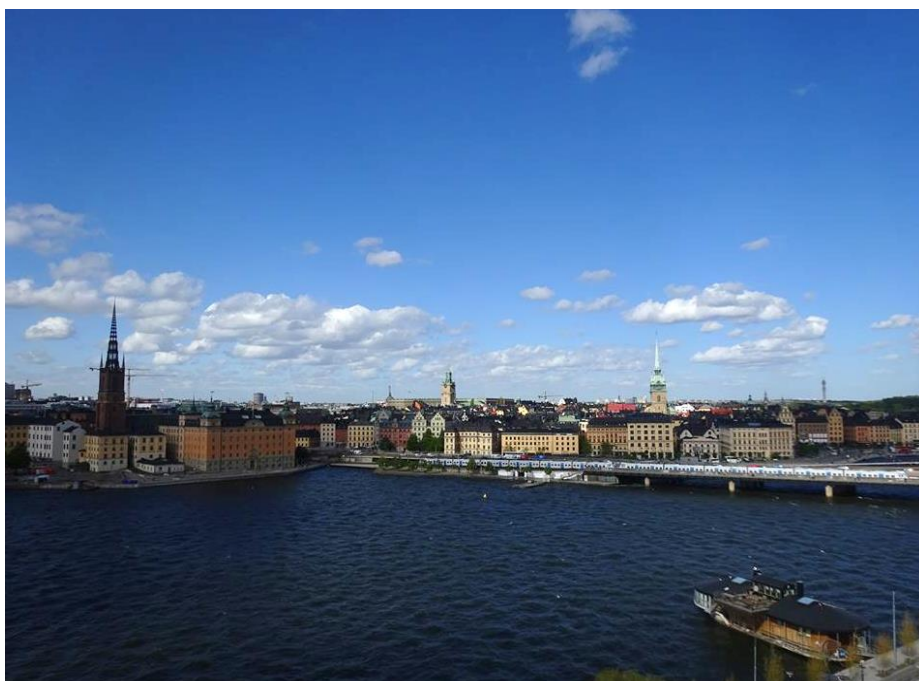


留学報告書

記入日:2015年6月15日

| | |
|--------------------------|---|
| 所属学部／研究科・学科／専攻 | 国際日本学部国際日本学科 日本社会システムコース |
| 留学先国 | スウェーデン |
| 留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語) | 和文: セーデルトーン大学 現地言語: Södertörns Högskola |
| 留学期間 | 2014年8月～2015年6月 |
| 留学した時の学年 | 3年生(渡航した時の学年) |
| 留学先での学年 | 特定の学年配当はありませんでした。 |
| 留学先での所属学部等 | <input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。 |
| 帰国年月日 | 2015年6月12日 |
| 明治大学卒業予定年 | 2016年3月 |



| 留学先大学について | | | |
|-----------|---|-------------|--|
| 形態 | <input checked="" type="checkbox"/> 国立 <input type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> その他 | | |
| 学年暦 | 1 学期:9 月上旬～1 月中旬 2 学期:1 月下旬～6 月上旬 | | |
| 学生数 | 13,000 人 | | |
| 創立年 | 1996 年 | | |
| 留学費用項目 | 現地通貨 (SEK) | 円 | 備考 |
| 授業料 | 0 | 0 円 | 協定留学のため授業料免除 |
| 宿舍費 | 36,000 | 576,000 円 | 4000SEK×9 か月 |
| 食費 | 7,200 | 115,200 円 | 800SEK×9 か月 |
| 図書費 | 500 | 8,000 円 | 基本PDFで印刷のため低コスト |
| 学用品費 | 300 | 4,800 円 | ノートやペンや付箋,印刷代など |
| 教養娯楽費 | 9,000 | 144,000 円 | 1000SEK×9 ヶ月 |
| 被服費 | 0 | 0 円 | 持って行った分でしのぎました。 |
| 医療費 | 0 | 0 円 | 病院には行かず、日本から持って行った薬で対応 |
| 保険費 | 7,500 | 120,000 円 | 形態:明治大学指定の海外保険 |
| 渡航旅費 | 10,550 | 168,750 円 | 往復航空券 |
| 雑費 | 9,000 | 144,000 円 | その月々でかかる雑費。主に外食や旅行など |
| 合計 | 80,050 | 1,280,750 円 | ※1SEK=16 円で換算した場合。 おおよその金額で表記しています。 |

渡航関連

渡航経路:

往路:東京成田国際空港～UAEドバイ国際空港(経由)～ストックホルムアーランダ国際空港(エミレーツ航空)
復路:ストックホルムアーランダ国際空港～カタールハマド国際空港(経由)～東京羽田国際空港(カタール航空)

渡航費用

| | |
|---------|-------------|
| チケットの種類 | 片道格安航空券 |
| 往路 | 約 98,750 円 |
| 復路 | 約 70,000 円 |
| 合計 | 約 168,750 円 |

渡航に際して利用した旅行会社やガイドブックを教えてください。

往路と復路は別々に予約しました。往路は出発二か月前にHISを通して予約。店頭に出向くのではなくオンラインで手配しました。復路はスウェーデンで12月頃にカタール航空のHPから手配しました。金額は為替レートや手数料を考えると断定できないので”約”と表記しています。

滞在形態関連

1)種類(留学中の滞在先)(例:アパート、大学の宿舍など)

アパート(大学がアパートのうちの半分くらいの部屋を借り切っているような感じ)

2)部屋の形態

個室 OR 相部屋(同居人数)

3)住居を探した方法:

大学側が住居を斡旋してくれます。個室や相部屋、学校から近い住居から中心街に近い住居までさまざまなタイプがあります。大学側からの住居希望調査のようなものに期限内に回答すれば、EU圏外の学生は優先的に住居を確保してもらえます。

4)感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)

基本的に静かな森の中にあり、ウサギや鹿、リスがいるくらいなのでのどかで過ごしやすいです。部屋の中は暖房設備、トイレ、シャワー、冷蔵庫、コンロなど、生活に必要な設備が整っています。しかし、住居にはインターネット環境がついておらず、近所の方からシェアしてもらいました。自分で回線を用意することも可能ですが、近所の人に分けてもらった方が低価格で接続もしっかりしているのでオススメです。

現地情報

1) 現地で病院にかかったことはありますか？ 大学内の医務室/診療所や付属病院等で医療サービスを受けることは可能でしたか？

- 利用する機会が無かった
 利用した：

2) 学内外で問題があったときには誰に相談しましたか。留学先大学に相談窓口はありましたか。

留学先大学にも窓口はありますが、自分のお世話係のスウェーデン人の学生が交換留学生にはついているので、その子に相談するのもありだと思います。治安は悪くないので、基本的な行動やモラル、秩序を守れば問題やトラブルに巻き込まれることはないでしょう。

3) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか？ その際どのように対処しましたか？

地元の英語で発行されている新聞に目を通したり、日本の外務省のホームページを確認していました。私が留学していた時は、フランスで大きなテロ騒ぎがあったこともあり、わりと念入りチェックはしていたと思います。盗難や犯罪は多くありませんが、常に最低限の注意を払って行動することが重要だと思います。事件に巻き込まれたことはありません。

4) パソコン、携帯電話、インターネット(接続について)現地での利用はいかがでしたか。

(例：寮のインターネット接続が不安定で1週間に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WIFI 接続が可能であったので、寮で使用できない時はカフェに行った。)

現地では携帯電話は購入せず、日本から持って行ったスマートフォンを利用していました。残念ながら私のスマートフォンはSIMロックがかかっていたため、現地の電波は利用できませんでしたが、ストックホルムでは至る所に wifi のネットワーク環境があったため、そちらの電波を利用して連絡を取っていました。寮では wifi は近所の人からネットワークを分けてもらっていたため、繋がらなくなる時が度々ありましたが、その場合は学校の図書館に行き、図書館の wifi を利用していました。

5) 現地での資金調達はどうに行いましたか？ (例：現地に銀行口座を開設して日本の親から送金してもらった。銀行口座は現地で外国人登録をしないと開設できない。また、クレジットカードも併用していた。)

現地で銀行口座を開設しましたが、それは家賃を支払うための口座だったので、送金はしてもらいませんでした。JTBのMoney T Globaを利用して、現地のATMから現地の通貨でお金を引き出していました。それ以外は基本的にクレジットカードを利用していました。スウェーデンはカード社会ですので、現金はあまり持ち歩きませんでした。!

6) 現地では調達できない日本から持っていくべき物があれば教えてください。

基本的な衣食住に関するものは全てストックホルムで調達できます。ただし、日本で買うより割高になるものも多いですし、質が劣るものもあります。荷物に余裕があれば、衣服や日本食など持っていてもいいと思います。また、スウェーデンはレジ袋が有料になりますので、日本からエコバックを持っていくことはお勧めします。

進路について

1) 進路

- 就職 進学 未定 その他：

2) 進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など

3) 就職を選択した方は、差し支えなければ内定先を教えてください。また、その企業を選んだ理由も教えてください。(内定を得た企業すべての名前、或は入社すると決定した企業の名前のみでも構いません)

今年度は就職活動期間が後ろ倒しとなったため、自分自身まだ就職活動をしっかり始めていない状況です。航空系、宿泊系など観光業界に関わる職種に焦点を当てて就職活動を進めていく予定です。留学中に得た観光学の知識や、日本で経験していた観光業に関わるイベント運営などのボランティア活動などから、これらの業界で働き、自分自身も成長していきたいと考えています。

4) 就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスがありましたらお書き下さい。

(例：留学中の就職活動へ向けた準備、帰国後に就職活動を始めるにあたり注意すること等。就職活動を不安に思い、留学を断念する方もいます。ご自身の経験を踏まえてアドバイスをお願いします。)

来年度以降、就職活動時期やフローがまたどのように変わっていくのかわからないので何ともいえませんが、留学中は時間がある時に、興味のある業界や職種に関して、どのような業界で規模はどのくらいかなど、大雑把でもいいので把握しておければいいのかなと思います。留学中は就職活動よりもそこでしかできない経験や発見がたくさんあるので、本当に留学中の息抜きのような形で就職活動を気にかけていいのではないかと私は思います。何しろ、就職活動があるからという理由で留学中の時間を無駄にしたくないですし、思い切って言えば就職活動は日本に帰ってからやりたいだけできるわけです。留学中しかできないことはたくさんありますから、留学の際はあまり就職活動を重く考える必要はないのではないかと思います。

5)進学を選択した方は、差し支えなければ進学先を教えてください。

6)進学を志す留学希望者に向けたアドバイス(準備、試験対策等)がありましたらお書き下さい。

7) その他を選択した方は、留学希望者に向けたアドバイスがありましたらお書き下さい。

学習・研究活動についてのレポート(履修した科目ごとに記入してください)

| | |
|---|---|
| 1)留学先で取得した単位数合計 | 本学で認定された単位数合計 ※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。 |
| 82.5 単位 | <input type="checkbox"/> 単位 <input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由:) |
| 2)以下は留学先で履修した科目についてのレポートです。今後留学をする人たちへのアドバイスも含めてお書き下さい。記入スペースが足りない場合は、A4 用紙で別途作成し、添付してください。 | |
| 履修した授業科目名(留学先大学言語): | 履修した授業科目名(日本語): |
| Modern Tourism | 現代観光学 |
| 科目設置学部・研究科 | School of Natural Sciences, Technology and Environmental Studies |
| 履修期間 | Period 1 (9月) |
| 単位数 | 7.5 ECTS |
| 本学での単位認定状況 | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい) |
| 授業形態 | 講義とセミナー |
| 授業時間数 | 1週間に 120 分が 2~3 回 |
| 担当教授 | Christian Widholm and various teachers |
| 授業内容 | 現代社会においてなぜ人々は旅行をするのか、観光学と国家、人々の生活と取り巻く環境ははどのように関わりを持っているのか、また現代の人々の旅行傾向はどのようなものを理論的・実践的にアプローチし、研究していく。 |
| 試験・課題など | 中間課題(個人)と期末課題(グループ)の二つ。期末試験はない。中間課題は与えられた文献を読んでレポートを書き、現代観光学の理論の習得を目指す。期末課題は、実際に観光地に出向いて観光客にインタビューを行い、実践的な知識と分析力の習得を目指す。 |
| 感想を自由記入 | 理論をもとにすれば基本的に観光地やテーマ設定を自由にできたので、自分の興味関心に近づけて研究を進めることができ、興味深かった。また、先生方も観光学学問において経験豊かな方が多く、観光学に対する見解がより深くなったと思う。最初の授業としては、とても取り組みやすいスタートが切れた。 |

| | | | |
|------------------------|---|-----------------|--|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語): | | 履修した授業科目名(日本語): | |
| Hospitality Management | | おもてなしの経営管理学 | |
| 科目設置学部・研究科 | School of Natural Sciences, Technology and Environmental Studies | | |
| 履修期間 | Period 2 (10月) | | |
| 単位数 | 7.5 ECTS | | |
| 本学での単位認定状況 | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい) | | |
| 授業形態 | 講義とセミナー | | |
| 授業時間数 | 1週間に120分が2~3回 | | |
| 担当教授 | Gustaf Onn and various teachers | | |
| 授業内容 | 宿泊業とは観光学の中でどのような役割を果たしているのか。実際のストックホルムにある宿泊業界はどのようにして観光客を魅了し、おもてなしを行っているのか。また、サービスとは何か、どのように定義づけられるかを考察していく授業。 | | |
| 試験・課題など | 課題大きなレポートが一つ(10枚程度)でグループ(4人程度)で取り組むもの。チームで一つ宿泊業界(主にホテル)を選び、フィールドワークを行う。ここ数年での宿泊業界の変化は何か、またホテルはそれにどう対応しているのかを授業で得た理論を踏まえながら、実践的に考察するというもの。これがテストの代わりとなる。 | | |
| 感想を自由記入 | 大きな課題が一つだけだったので、授業自体は大変ではなかったが、ホテルにインタビューのためにアポを取る際、相手の企業はスウェーデン語での高度なコミュニケーションを求めてきたり、留学生であるためスウェーデンの学生に比べて現地にコネがないので、インタビュー開始の準備が大変だった。この授業を履修していたスウェーデン人の学生はコネがある人が多く、私は最終的にスウェーデン人の学生とグループワークができたので、この問題に長く苦しむことはなかった。授業は現地の学生とディスカッションできる時間が多かったので面白かった。 | | |

| | | | |
|-------------------------------------|--|-----------------|--|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語): | | 履修した授業科目名(日本語): | |
| An Introduction to Business English | | ビジネス英語概論 | |
| 科目設置学部・研究科 | School of Culture and Education | | |
| 履修期間 | Period 3 (11月) | | |
| 単位数 | 7.5 ECTS | | |
| 本学での単位認定状況 | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい) | | |
| 授業形態 | セミナー | | |
| 授業時間数 | 1週間に180分が1回 | | |
| 担当教授 | Miriam Quiryns | | |
| 授業内容 | 将来的にビジネスフィールドで利用するような英単語やフレーズの学習、セールスプロモーションを想定した英語でのプレゼンテーション、社内でのビジネスメールの書き方や、顧客からのクレームの対応の仕方などをデモンストレーション形式で学んでいく。 | | |
| 試験・課題など | 一週間に一回し授業がなかったので、毎週多くの宿題が出された。しかし、基本的に単語やフレーズを覚えるものや、短いエッセイを書くといったようなものなので取り組みやすい。試験は全授業終了後に一つ、筆記形式のものがあり、企業研究と経営方針の提案レポート(上司に提出することを想定)を三時間以内に辞書なしで書き上げるというものだった。 | | |
| 感想を自由記入 | 英語力を磨くことに重点を置いた授業だったので、今までのスウェーデンでの授業とはまったく異なるものだったが、役に立ちそうな単語を多く学ぶことができ、なおかつスウェーデンではなかなか焦点を当てられなかった英語でのプレゼンスキルや、エッセイのライティングスキルを見直すことができたので非常に有意義だったと思う。 | | |

| | |
|--|--|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語): | 履修した授業科目名(日本語): |
| Quality Assurance of Tourism Destination | 観光目的地における観光品質保証論 |
| 科目設置学部・研究科 | School of Natural Sciences, Technology and Environmental Studies |
| 履修期間 | Period 4 (12月と1月中旬まで) |
| 単位数 | 7.5 ECTS |
| 本学での単位認定状況 | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい) |
| 授業形態 | 講義とセミナー |
| 授業時間数 | 1週間に120分が2~3回 |
| 担当教授 | Dennis Zalamans and various teachers |
| 授業内容 | ”観光地”をどのように作り上げるか、環境問題や観光収容力、交通機関や持続可能な観光の実現はどのように達成できるかを考えていく授業。地理的要因や社会情勢などが観光地の質にどれほど影響するか、また観光地ならではのホスピタリティや宿泊業位置づけはどのようなものかも、講義やセミナーでのディスカッションを踏まえて考察していく。 |
| 試験・課題など | 定期試験はないが、中間レポートと期末レポートの二つがある。中間はペアワークで5ページ程度の、期末は個人で10ページ程度のレポート。トピックは中間課題は都市観光(urban tourism)、海岸観光(costal tourism)、田舎観光(rural tourism)の比較をEUに関連する文献(指定)3つを読んでペアでレポートを書き、期末は二つの観光地(例:ストックホルムとオスロ)を選んで、それぞれの類似点と相違点を授業で取り扱った要因や father reading を踏まえて考察するもの。 |
| 感想を自由記入 | リアルタイムで起こっている事象を踏まえて、観光というものを論理的かつ批判的に考えられた授業だったので、非常に興味深く印象的だった。中間課題ではEUがどのような観光事業に力を入れているのか、ヨーロッパ内で人気の観光地はどこか、そしてそこではどんな取り組みが行われているのか把握できたので面白かった。また期末課題は自分で観光地を選んでリサーチができたので、観光地の新たな可能性や価値の発見につながり、とても感慨深かった。 |

| | |
|-----------------------------|---|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語): | 履修した授業科目名(日本語): |
| Sweden: Society and Culture | スウェーデンの社会と文化 |
| 科目設置学部・研究科 | School of Historical and Contemporary Studies |
| 履修期間 | Period 5 (1月中旬~2月中旬) |
| 単位数 | 7.5 ECTS |
| 本学での単位認定状況 | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい) |
| 授業形態 | 講義とセミナー |
| 授業時間数 | 1週間に120分が2回 |
| 担当教授 | Nadezda Petrusenko |
| 授業内容 | 題名通り、スウェーデンの社会や文化を歴史的背景や現在の情勢から考察していくというもの。スウェーデンとは本当はどのような国家なのか、福祉国家や実験国家と言われるスウェーデンの持つ光と闇とはどのように捉えられるか、国家主義と国民のアイデンティティの概念はスウェーデンではどう考えられているか、スウェーデンの移民に対する考え方はどのようなものか、最終的にスウェーデンらしさとは何を持って定義できるか研究していく授業。 |
| 試験・課題など | 中間レポート一つと期末レポートが二つ、合計三つのレポートに加え、計6時間のディスカッション授業への全出席で成績が決まる。一度ディスカッションを休むと、補足レポートを書く必要があり、二回以上休むと単位はもらえない。中間レポートは福祉国家とスウェーデンの家族政策がどのように関わり、今のスウェーデンを生み出したかの考察、期末はスウェーデンの小説(英語で出版されているもの)を自分の好きなもの一冊選び、感想と考察を書くもの、また国家主義と国民アイデンティティの違いを分析して、スウェーデンと日本の状況の比較、スウェーデンらしさと日本らしさの比較を理論的に論じるというもの。 |
| 感想を自由記入 | 留学生みんなが大変、きつい、厳しいと嘆く授業で、僕自身も一年間の中で一番学業面で苦しめられ、辛い思いをした授業だった。かろうじて単位を取ることができた(最初の段階では落としましたが補足レポートで単位をもらった)が、例年全受講者の4分の1は単位を落とすそうである。しかしながら、忍耐力と精神力はついたし、本当にしっかり勉強したい人にはお勧めしたい。文献も興味深いものが多く、英語力もついたと思うので、諦めずにこの授業に食らいついていけば、達成感と共に留学生活に対する自信が得られると思う。 |

| | |
|---------------------|---|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語): | 履修した授業科目名(日本語): |
| Tourism Operations | 観光事業論 |
| 科目設置学部・研究科 | School of Natural Sciences, Technology and Environmental Studies |
| 履修期間 | Period 6 (2月下旬~3月) |
| 単位数 | 7.5 ECTS |
| 本学での単位認定状況 | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい) |
| 授業形態 | 講義とセミナー |
| 授業時間数 | 1週間に120分が2~3回 |
| 担当教授 | Kjell ljungbo and various teachers |
| 授業内容 | 観光業に属する企業がどのような事業を行って企業経営を行っているのか、また企業戦略とはどのように組み立てられ実行されるのか、持続可能なツーリズム実現のために企業が行う政策はどのようなものかを実際の企業を調査して、理解していく授業。企業経営や戦略に関連する理論は教科書や講義の中で学び、実践的な部分は実際にフィールドワークを通して研究していく。 |
| 試験・課題など | 試験はないが、レポートが二つありグループで書くものと個人で書くものがある。グループレポートは上記で触れたように、実際の観光業に関連する企業を訪問し、どんな試みを行っているか、企業戦略及び人材育成をどのように図っているかを調査し、理論を含みながら論じるというもの。個人レポートは観光業に属する企業もしくは組織と観光業以外の企業もしくは組織を比較して、どのような事業展開の違いがみられるかを論じるというもの。 |
| 感想を自由記入 | グループワークの課題が非常に面白かった。私たちの班は、北欧でフェリー事業を展開しているタリンクシリヤラインに企業訪問をし、実際に運行されている豪華客船を視察したのだが、マネージャーから話を伺うことができ、大変勉強になった。授業全体としては、ビジネス系の話を中心になるので、観光的な視点からは少し離れるが、関連性はあるので、将来的に実際に働いたときに役立つのではないかなと思う。個人課題に関しては完全に視点がビジネス系になり実際の状況を論じることとなったので、現実的な視野を培うことができて良かった。 |

| | |
|---|---|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語): | 履修した授業科目名(日本語): |
| Gender and Sexuality in Modern Sweden in a Historical Perspective | 歴史の見解における現代スウェーデンのジェンダーと性別 |
| 科目設置学部・研究科 | School of Historical and Contemporary Studies |
| 履修期間 | Period 7 (4月) |
| 単位数 | 7.5 ECTS |
| 本学での単位認定状況 | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい) |
| 授業形態 | セミナー |
| 授業時間数 | 1週間に120分が2回 |
| 担当教授 | Ann-Judith Rabenschlag |
| 授業内容 | スウェーデンのジェンダーと性別に関するトピック(男女平等、同性婚、セクシャルマイノリティの権利、性に対する考え方)やそれらが福祉国家としてスウェーデンの歴史的発展、及び家族政策や優生学がどのように現代のスウェーデンに影響を与えてきたか、スウェーデンのジェンダー表象はどのようなもので現代と近代で違いはあるのかなどを研究し、討論していく授業。 |
| 試験・課題など | 試験はなく、期末レポートのみ。しかし、毎回講義の前に自分でディスカッション用の質問を二題考え、事前に先生にメールで知らせること、授業中に必ず発言することが単位取得のための必須条件。この点が欠けていると、補講レポートを授業の文献に基づき書く必要がある。また授業全出席が原則で、一度までは許されるが、その場合も補足レポートを書く必要がある。期末レポートの内容は質問が二つで、スウェーデンのジェンダーの歴史的変容を論じるもの、スウェーデンの福祉国家形成と男女平等がどのように関わっているかを論じるものである。 |
| 感想を自由記入 | 日本の大学では制限がかかってしまうくらいの過激な用語や表象が授業内で扱われ、私自身も受講していてびっくりしたが、それもスウェーデンの性に対する考え方、すなわちジェンダーをオープンに受け止める姿勢の表れなのだと感じた。しかしながら、とても面白い考え方や視野を身につけることができたし、先生もとても面白く議論を活発にしてくれるので、過激なトピックながらも取り組みやすかった。この点では、日本の学びの場ではなかなか議論できないジェンダーという議題を、みんなが真剣に考え、考えを深めていくので、履修して良かったと思う。 |

| | |
|------------------------------|--|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語): | 履修した授業科目名(日本語): |
| Event and Project Management | イベント及び企画の運営管理学 |
| 科目設置学部・研究科 | School of Natural Sciences, Technology and Environmental Studies |
| 履修期間 | Period 8 (5月~6月上旬) |
| 単位数 | 7.5 ECTS |
| 本学での単位認定状況 | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい) |
| 授業形態 | 講義とセミナー |
| 授業時間数 | 1週間に120分が2~3回 |
| 担当教授 | Christian Widholm and various teachers |
| 授業内容 | 授業名の通りイベントや企画の運営方法を理論やケーススタディを元にしながらかんいでいく。イベントとは何を指すのかという初歩的な考えから、イベント運営にはどのような人材、コンテンツ、経営管理が求められるかを考えていく授業。 |
| 試験・課題など | 試験はなく、グループレポート一つとそれを元にしたプレゼンで成績が決まる。グループレポートは、グループ全員でゼロから一つのイベントを作っていくという課題が出された。教科書の理論や、ケーススタディを元にしたデータから、どのようにイベントをマーケティングするか、コンセプトやミッション、ターゲット層及び人材管理はどのように行うべきかなどをグループで討論しながら一つのイベントの企画をしていく。最後の授業でプレゼン発表をして、他の生徒からのフィードバックをもらう。 |
| 感想を自由記入 | この授業が一番最後の科目だったが、正直授業に沿って学ぶことよりも自分の時間を授業以外の自分の学びたい分野に割くことができたので、授業自体は中身が濃いものではなかったと思う。また、授業自体もとても軽く、先生も柔軟すぎるので、よく言えば融通が利く授業、悪く言えばしまりのない授業だった。しかし、私のグループは他のメンバーがとても賢く、彼らから学んだことが多かったため、自分としては履修して良かったかなと思う。 |

| | |
|---|--|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語): | 履修した授業科目名(日本語): |
| Swedish for Exchange Student 1,2, and 3 | 留学生のためのスウェーデン語レベル 1,2,3 |
| 科目設置学部・研究科 | School of Culture and Education |
| 履修期間 | Period1~6 (9月~3月) |
| 単位数 | 22.5 ECTS |
| 本学での単位認定状況 | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい) |
| 授業形態 | 講義形式 |
| 授業時間数 | 1週間に120~180分が1回 |
| 担当教授 | Ann-Charlotte Siwertz |
| 授業内容 | スウェーデン語を会話表現や新聞、絵などを通して学習していく。授業内でスウェーデン語をアウトプットして話すためのスウェーデン語の強化、エッセイを通して書くためのスウェーデン語の強化、また先生のスウェーデン語を聞いて聞くためのスウェーデン語を強化していく授業。 |
| 試験・課題など | どのレベルにも最終試験があり、半分以上点数が取れば単位がもらえる。またすべてのレベルに最低3つのスウェーデン語のエッセイの提出、毎週教科書の練習問題の宿題、上級レベルでは1回スウェーデン語でのスピーチが入る。 |
| 感想を自由記入 | 最初はスウェーデン語を難しく感じたが、だんだん勉強していくうちに楽しくなってきた。先生も優しく、面白くていい人なので、スウェーデン語を頑張って勉強したいと思えたり、質問をすればとことん教えてくれる。また、スウェーデン語の添削をスウェーデン人の友達に頼んだりもしたので、この授業を通して、スウェーデン人の友達との話題作りになり、仲良くなれたかなとも思う。 |

留学に関するタイムチャート

留学するまでの準備、試験勉強、留学中、留学後、特に留学に関連して発生した事項を記入してください。例：語学試験の勉強、選考、出願、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等（形式は箇条書きなど簡単なもので構いません）

| | |
|----------------|---|
| 2012年 1月～3月 | 明治大学国際日本学部を受験。合格。 |
| 4月～7月 | 国際日本学部の英語の授業を通して、英語を”学ぶ”から”使う”に将来的にシフトしたいと考え始める。 |
| 8月～9月 | 夏季休業期間にTOEFLの勉強をざっくりとだが始める。 最初のTOEFLはボロボロの点数だった。 |
| 10月～12月 | 留学をなんとなく意識し始める。TOEFLで一つの中間の目安である61点以上を取ることができた。 周りの友達が留学の話をしていて、自分もそれに影響されて、国際日本学部の独自プログラムであるディズニーインターンシップに出願。 |
| 2013年 1月～3月 | 学部内の書類選考と一次面接に合格。しかし、ディズニーの現地の採用担当者との最終面接で不合格。”ざっくり”や”なんとなく”では留学は実現できないし、意志が弱く自分のためにもならないと思い、留学の意味を考え直す。 |
| 4月～7月 | 二年生になり、再度TOEFLを受験したところ点数が伸びていた。 自分が大学で学びたい(研究したい)分野がだんだんと明確になってくる。 |
| 8月～9月 | 国際観光学と言語学を意識しながら、それに関わる文献を読んだり、将来の学びについて考える。 国際日本学部では国際観光学を深く学ぶのが難しいとわかり、海外の明治大学の協定校で国際観光学が学べる場所はないか探し始める。 |
| 10月～12月 | 協定留学の出願が始まる。 英語を使って自分の学びたい分野を専攻できる大学を発見(セーデルトーン大学)。スウェーデンなら言語的視点も意識しながら学べると実感。(スウェーデン語の学び、第二言語としての英語) |
| 2014年 1月～3月 | 協定留学派遣候補者として学内選考合格。 協定留学合格者オリエンテーションを通して、セーデルトーン大学で勉強するんだという実感がわく。 |
| 4月～7月 | 留学資金を貯めるためにアルバイトの掛け持ちをしたり、学校の成績を落とさないように学業に励む。 |
| 8月～9月 | 留学開始。最初は英語もスウェーデン語も分からないことが多く戸惑う毎日だった。現地の学生や他の交換留学生との交流を通して、スウェーデンに溶け込んでいった。 |
| 10月～12月 | だんだんと留学生活に慣れてくる。少し余裕が出てきたところで、スウェーデン以外の国に行って自分の世界観や価値観を磨く。 |

留学体験記

| | |
|---------------------------|--|
| 留学しようと決めた理由 | 留学しようと思った最大の理由は、日本以外の国で学び生活をする中で、新たな発見やかたつてない体験がしたいと思ったからです。日本での常識は世界ではどれほど通用しないのかを体感したい、また自分自身の”日本”という枠の中で形成された考え方に刺激が欲しいと感じたことから、留学を決意しました。さらに、国際日本学部には日本で学ぶ留学生が多く在籍し、彼らが一生懸命に学びながら留学生活を楽しんでいたのも、私も異国でそのような留学生になりたいと思いました。 |
| 留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備 | 語学力の向上と、日本文化や歴史に対して深く勉強するべきだったと思います。スウェーデンでは英語のほかにスウェーデン語があるので、最初にスウェーデンに着いた時はスウェーデン語が大きく目に飛び込んで来て、気持ちが焦ってしまったので、出国前に少しでもいいのでスウェーデン語に触れ、親しみを持っておくといいと思います。また、英語も第二言語としてスウェーデンでは使われているので、若干ネイティブ英語と異なって聞こえます。事前にネイティブ以外の英語に耳を慣らしておくことと楽だと思います。さらに、現地では日本文化や歴史について聞かれることが多く、自分の自国に対する理解度の低さに唖然としたこともあったので、日本の事はしっかり勉強してから留学先に行った方がいいと思います。 |
| この留学先を選んだ理由 | セーデルトーン大学は、2014年度が明治大学との初めての協定交換留学実施年だったため、私の前には留学した先輩もおらず、先輩方の経験談や情報提供などが全くありませんでした。しかし私は、その状況に逆に目を付けて、今まで明治大学から誰も派遣されていない大学かつ英語以外の言語も学べる大学ということで、セーデルトーン大学を選びました。セーデルトーン大学のコンセプトや、大学で観光学とスウェーデン歴史学が学べること、スウェーデンの首都ストックホルムに位置し、多くの交換留学生を世界中から受け入れているところにも魅力を感じ、絶対この大学に留学したいと思いをしました。 |
| 大学・学生の雰囲気 | 1990年代に創立されたことから、まだまだ歴史が浅く、ストックホルム以外では未だに無名校のような扱いを受けることもあります。学校の雰囲気は、規模が小さい分アットホームな雰囲気、先生と生徒の距離も近いように感じました。先生方は面倒見がよく、質問をすれば教えてくださるだけでなく、参考文献を紹介してくれたりします。学生間の雰囲気は学内にサークルがないためか、冷たい印象を受けることもあります。しかし、授業内で仲良くなったり一緒に研究を進めると、勉強熱心な方が多く刺激を受けますし、専攻が同じだと共通の趣味が多かったりするので、比較的仲良くわいわいとした雰囲気です。 |
| 寮の雰囲気 | 私の住んでいた寮は一般の方との共同住居だったので、学生同士でわいわいやるといよりは、近所のよしみで話をしたり、ご飯を一緒に食べたりということが多かった。セーデルトーン大学の学生は同じ地域の中で何か所かのビルに分かれて、共同住居で一般の方と共同キッチンやランドリーをシェアします。もちろん、学生同士でのパーティーやゲーム大会もか所のビルにみんなで集い、楽しみましたし、バーベキューやピクニックなどの環境も、周りが自然に囲まれていることから気軽に楽しむことができます。寮では学生の友達に加え、スウェーデンに長く住んでいる一般の方や移民の方との交友関係も広がりました。 |
| 交友関係 | スウェーデンはEU加盟国で、多くの留学生をヨーロッパ各国から受け入れていますので、私は最初ヨーロッパのマジョリティさに圧倒されてしまいました。もちろん、アジアからの留学生の方が圧倒的に少ないので、私自身ヨーロッパのスタイルに慣れるまでに時間がかかり、友達作りにも苦労しました。しかしながら、挨拶をしっかりとしたり休み時間にいろんな人と話したり、みんなでご飯を食べたり、パーティーをするうちに自然と打ち解けていきました。また、ヨーロッパの学生もアジアの学生にだんだんと興味を持ってくれるようになり、お互いの異文化理解交流ということにもつながったので、小さなきっかけからでもいいので、いろんな人と話をし、交流の輪を広げることが大事だともいます。 |
| 困ったこと、大変だったこと | スウェーデンはやはり自然に囲まれた国ですので、大変な出来事は天候や自然災害によるものが多かったと思います。例えば、冬に電気の供給量が寮内で多くなった日には一斉停電になってしまったこともありましたし、市内に行く電車も遅延もしくは運休となります。私自身、日本の首都圏で生まれ育ったこともあり、初めてこの状況に直面した時は戸惑いましたが、現地の方は日常茶飯事のような雰囲気でしたのですぐに慣れました。また、スウェーデン語は移民国家ということもあって、誰でも最初はスウェーデン語で話しかけてくる印象がありました。あいさつくらいはスウェーデン語で話しましたが、盛り上がってくるとスウェーデン語だと厳しくなってきた英語にスイッチしてもらったこともありました。 |

| | |
|-------------|---|
| 学習内容・勉強について | 私は観光学を主な専攻として学び、副専攻として歴史学を学んでいました。観光学は座学よりもフィールドワークやペアワークなど、実践的でアクティブな勉強スタイルだったので、自分から意見を言うことの重要性はもちろん、独創性やひらめき力が問われることもありました。授業用語や内容が難しいというわけではありませんでしたが、授業の形式が日本と違うことが多かったです。いい経験にはなりましたが、慣れるのに時間がかかりました。また、副専攻の歴史学は座学で文献に基づいたディスカッションと知識が必要とされたので、文献を理解するのにとても時間がかかりました。読む量も比較的多く、単語のレベルも高めだったので、観光学よりも苦労したのを覚えています。しかし、食らいついていけば乗り切れますので、やる気次第でしっかり勉強できると思います。 |
| 課題・試験について | 観光学も歴史学も筆記試験はなく、全てレポートだったので精神的な負担はそこまで大きくはなかったと思います。しかしながら、10ページのライティングを毎回毎回やっていると英語力がつき、慣れていく反面、慣れていくがゆえに文型がマンネリ化してしまったり、勉強の意識が低下していったことがありました。スウェーデンは英語が母語の国ではないので、英語のきれいさや流暢さよりは、理解できるかどうかに重点が置かれていたので、これも英語でレポートを書くときのモチベーションの低下につながってしまったのかなと思います。しかしながら、レポートを元に最終プレゼンを授業の最後に行うことがほとんどだったので、文語でうまく表現できなさそうところは口語で噛み砕いて表現するようにしました。 |
| 大学外の活動について | 自分が大学外でどんな活動をしたかを考えると、大きく分けて3つあります。まず、大学の最寄駅から二つ離れた駅にある高校の生徒に日本語を教えていました。彼らは高校の授業で日本語を履修しており、まだ始めたばかりだったので、英語で日本語を教えるという形で非常に印象深い経験になりました。また、彼らも私にスウェーデン語を教えてくれたのでありがたかったです。次に、学校が休みの期間を使ってヨーロッパ内18か国を旅しました。スウェーデンでは毎日授業がないので、上手く日程が合えば気軽にヨーロッパ内を旅できます。費用もそんなにかかりません。最後に、ストックホルムで開催されたフルマラソンに参加し、完走しました。チェコ人やスロバキア人の友達と一緒にトレーニングを続けて、最終的に目標タイムは上回る結果を出せたので、満足しています。大学外でもさまざまな活動ができたので良かったです。スウェーデンでは自分で使うことのできる時間を多く持てるので、それが学外活動の充実に繋がったのだと思います。 |
| 留学を志す人へ | 留学は自分次第で良い方向にも悪い方向にも変わりうる経験だと思います。自分の中でしっかりと目標意識を持ちながら、悔いのない生活を送れるように心がけてください。これは留学準備の段階から言えることです。留学前になぜ自分は留学するのか、留学先で何がしたいのか、留学後どのように留学経験を反映させたいのか、考えて留学生活を送るだけで、自分の考えている以上のチャンスが訪れたり、自分の中で良い変化が起こってくると思います。留学は楽しいことばかりではありませんが、どのような形の経験でも、必ず自分の糧になったと思える日が来ます。充実した留学を実現するためにも、諦めずに準備から最後まで、全力でやりきってください。応援しています。 |

一週間のスケジュール(例)

| | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 |
|-----|---------|--------|--------|-------------|----------|---------------------|-----|
| 午前中 | 自習 | 授業(講義) | 授業(講義) | ボランティア準備等 | 授業(セミナー) | 週末イベント(終日で遠足やハイキング) | 休養日 |
| | | | | | | | |
| 午後 | 自習 | 復習 | 授業(語学) | 日本語教育ボランティア | 復習 | | |
| | 友人とFIKA | | | | | | |
| 夕刻 | トレーニング | 友人と夕食 | トレーニング | 生徒たちとFIKA | トレーニング | | |
| 夜 | 予習 | 予習 | 復習 | 予習 | パーティー | | |