

協定留学近況報告書

記入日	2022年 10月 15日
留学先大学	インランドノルウェー応用科学大学
留学先での所属学部等	<input 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): , (現地言語での名称): <input checked="" 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	2022年8月ー2023年6月
明治大学での所属	国際日本学部 国際日本学科
学年(出発時本学での学年)	学部 4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。

出発前には主に派遣先大学のサイトやノルウェー留学経験者、そして現地在住者のブログなどを見てどのような生活をしているのか、情報収集を行った。しておいてよかったことは留学用にクレジットカードを複数枚用意したこと。ノルウェーは電子決済がほとんどなため、万が一カードが使えなくなったりなくなってしまった時のためにカードを複数枚用意した。実際に一枚使えなくなったときにほかのカードを使って対応することができた。準備不足だったことは冬用の洋服を持って行かなかったこと。現地についてから思ったより早く気温が下がったため、秋用のカーディガンやシャツで数週間過ごす羽目になってしまった。

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: 滞在許可	申請先: UDI
ビザ取得所要日数: 2か月ほど (申請してから何日/週間要したか)	ビザ取得費用: 5900 NOK

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？

パスポート、パスポートのコピー、入学許可証、在留資格認定証明書(Certificate of Eligibility)、寮の契約書、白背景のパスポートサイズの顔写真、UDI のチェックリスト、UDI のサイトから印刷した署名用紙。

入学許可証、在留資格認定証明書は派遣先大学から送られてくるのでそれを提出した。そのほかの書類については自分で印刷して提出した。

具体的な申し込み手順を教えてください。

まず UDI というサイトから個人情報などを入力し滞在許可の申請を行う。この時点で申請費用の 5900 NOK を払う必要がある。その後、書類を提出するために VFS ビザ申請センターというところに予約を取っていく必要がある。書類を提出してから約 1 か月で自宅に滞在許可が下りた旨の通知が届くが、これで終わりではない。渡航後にその通知用紙、その他の書類を持って現地の警察署にて滞在許可の手続きを行う必要がある。手続き完了後 1 週間ほどでカード型の滞在許可証が届くので、そこでようやく滞在許可の手続きが完了となる。

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？

面接はなかった。

ビザ取得に関して困った点・注意点

私の場合必要書類が派遣先大学から届くのに時間がかかってしまい日本での手続きがぎりぎりになってしまった。たださえ滞在許可手続きには時間がかかり、何かの手違いや事故によってさらに時間がかかる可能性がある。早めに準備を始め進めることが重要である。また、先に挙げた書類は入国の際や現地の警察署での手続きの際に見せることになるので、複数枚コピーを取っておくことを勧める。

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)

私は一応日本で3万円ほど現金を現地通貨に換えて渡航したが、渡航2か月目にして5000円も使っていない。さらに、現地の ATM で現金が引き出せるので、日本で現金を準備していく必要性はないように感じられる。携帯電話に関しては現地の MyCall という SIM を申し込んで利用しているので、こちらも渡航後で問題ない。荷物運送に関しても私の場合渡航後に親に頼んで送ってもらっているので、特に渡航前に焦って送る必要はないように感じられる。

III. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	ターキッシュエアライン				
航空券手配方法	Expedia ※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	オスロ空港	現地到着時刻	午前 10 時ごろ		
キャンパスへの移動手段	<input checked="" 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	2 時間ほど				

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

空港から大学最寄り駅のリルハンメル駅までは電車で約 2 時間。私が現地に到着した次の日から線路の点検があったため、多くの学生はバスで空港から最寄り駅まで移動した。最寄り駅からはバディと呼ばれる現地の学生が滞在予定の寮まで案内してくれる。

大学到着日	8 月 8 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 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 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	入学許可が出た後寮に関する案内が来るためそれに申し込んだ。		

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?

寮は渡航前に見つけることができた。

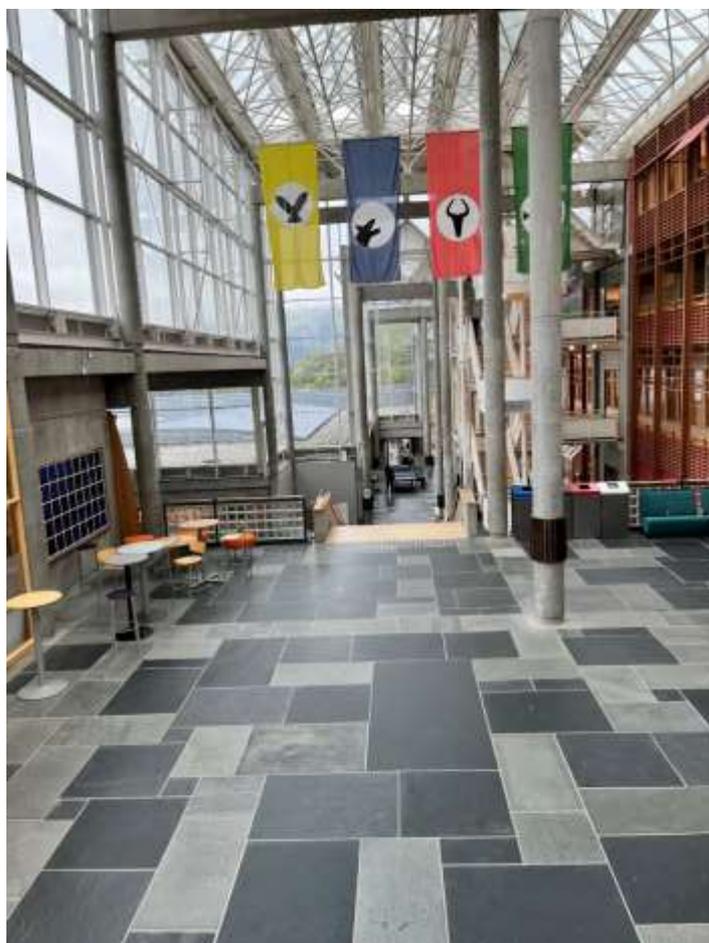


住んでいる寮 Storhove

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14日～21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:)
内容の様子？	多くの留学生が参加し、キャンパスツアーや市内探索、ハイキングといったイベントを通して各々が交流を深めていた。
留学生用特別ガイド	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	8月22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？	
上で述べたように現地の警察署に行って手続きを行う必要がある。予約が必要、お金はかからない。特にトラブルもなかった。	
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？	
滞在許可手続き以外には特にしていない。	
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？	
していない。	
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？	
MyCall という SIM をインターネットで購入して利用した。支払いにクレジットカードが必要。1か月6GB で 219 NOK。	
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？	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前に(月 日頃)	
<input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 志願書類に記入して登録 <input type="checkbox"/> できなかった <input type="checkbox"/> その他()	
<input type="checkbox"/> 到着後に(月 日頃)	
<input type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 国際オフィス等の仲介 <input type="checkbox"/> できなかった <input type="checkbox"/> その他()	
登録時に留学生として優先されることは	<input type="checkbox"/> あった <input checked="" type="checkbox"/> 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？	
留学生用の授業があったのでその中から選んで履修した。優先という概念はなかったように感じる。	
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？	
変更、追加はしなかったのですが定かではないが、パンフレットには可能と書いてあった。私は希望通りの授業を履修することができたが、中には定員を設けている授業もあるので必ず希望通りの授業が受けられるわけではないように感じた。	

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							
8:00	起床						
9:00							
10:00	自習	自習	自習	授業	自習	洗濯	
11:00				授業		自習	自習
12:00	授業	授業			授業	自由時間	自由時間
13:00	授業	授業			授業		
14:00		授業	授業				
15:00		授業	授業		買い物		
16:00	授業		授業	授業			
17:00	授業		授業	授業			
18:00	授業			授業			
19:00	夕食						
20:00	自由時間						
21:00							
22:00							
23:00	就寝						
24:00							



大学構内

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。

インランドノルウェー応用科学大学という名前から先入観を持っている人もいるかもしれないが、実際には法や経済、観光や国際関係といった文系の授業も数多く存在する。私は北欧の文化に興味があったため、Scandinavian Culture in Film and Television という授業を秋学期は履修した。この授業では映画やテレビドラマの中に文化がどのように反映されているか分析することを目的としており、授業の中で様々な北欧の映像作品を視聴した。もちろん日本語字幕などはないので内容を理解するのに少し苦労したところもあったがとても興味深い授業だった。寮は SINN という学生支援団体が運営しているものが街の中にいくつかあり、選択肢はいくつかあるがほとんどの留学生は学校から徒歩 1 分の Storhove という寮か街の中心寄りの Smestad という寮に入ることになる。Storhove は大学がすぐ近くにあるということが大きなメリットだが、食材を買いにスーパーに行こうとするとバスに乗らなければならない。最寄りのスーパーまで歩いていくこともできなくはないが、徒歩 30 分ほどかかる。一方 Smestad は町の中心寄りがあるので徒歩圏内にスーパーがいくつかあり、事務や雑貨屋なども歩いていくことができる。ただこちらは大学までバスに乗らなければならないため授業がある日は毎回バスのスケジュールに気を配る必要がある。どちらの寮も一長一短という感じ。このようにどちらの寮に住むとしてもバスは車を持たない日本人留学生にとって必須の移動手段になる。このバスに乗るために必要なのが Entur というアプリ。日本のような電子マネー方式ではなく事前にチケットを購入し QR コードをかざして乗車するという仕組みになっている。ただこのアプリは iPhone の場合地域設定をノルウェーに変更しないとダウンロードできないためそこだけ注意。こちらの生活に関しては特に大変なところはない。一人暮らしを経験している人であれば問題なく生活できると思う。ただ、こちらの物価の高さにはたびたび頭を悩ませている。私の体験談を書くと現地の寿司レストランで二品頼んだだけで 4000 円、スーパーの一回の買い物で 10000 円を超えたこともあった。ノルウェーで生活していくにはそれに足る経済力、または節約する術が必要だと感じた。

留学先大学を目指す学生に向けてのアドバイスをお願いします。

私は今のところこの大学、そしてリレハンメルという街が気に入っている。確かに明治大学のある東京という都市に比べればリレハンメルという街はちっぽけで、東京の暮らしに慣れている人からすると少し物足りなく感じるかもしれない。ただ、私は豊かな自然に囲まれ、穏やかな雰囲気包まれたこの街での生活には大変満足している。都会の喧騒から離れて勉強に集中したいと考える人にとってここはぴったりの場所だと思う。また、理由はわからないが留学生のほとんどは同じヨーロッパ圏からの学生で、アジア圏からの留学生は私を含めても 10 人もいなかった。最初は話しかけるのにも勇気がいるが話しかければ相手も聞いてくれるので、伝えようとする姿勢を見せることが重要だと感じた。そして私自身、渡航前は自分の語学力に自信を持っていたが、いざ会話をしてみると伝えたいことが言葉にできなかつたり、相手の言っていることが聞き取れないといったことがよくあった。そのため今留学を目指している人で自分の語学力に自信を持っている人は、それに満足せずに自身の英語力、特にスピーキングとリスニング能力の向上に努めてほしい。