

## 【大学間協定留学】 留学報告書

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 記入日                                                    | 2025 年 7 月 31 日                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 明治大学の所属学部・研究科<br>※学部・学科・研究科・専攻等                        | 農学部農学科                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 留学(渡航)した時の学年                                           | 2 年生                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 帰国年月日                                                  | 2025 年 7 月 4 日                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 明治大学卒業予定年月                                             | 2027 年 3 月                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>留学先大学について</b>                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 留学先国                                                   | ノルウェー                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 留学先大学                                                  | インランドノルウェー応用科学大学(日本語名)<br>Hogskolen i innlandet(現地言語名)                                                                                                                                                                                                                                  |
| 現地使用言語/ 授業使用言語                                         | ノルウェー語/英語                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 留学期間                                                   | 2024 年 8 月～2024 年 6 月                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 留学先大学で在籍した学年                                           | 年生                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 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)<br>※学部等名<br>日本語名: 応用生態学、農業科学、バイオテクノロジー学部<br>現地言語での名称: Faculty of Applied Ecology, Agricultural Science and Biotechnology<br><br><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<br><input type="checkbox"/> その他: |
| 形態                                                     | <input type="checkbox"/> 国立 <input checked="" type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> その他:                                                                                                                                                            |
| 学年暦<br>※記入例:<br>1 学期: 4 月上旬～7 月下旬<br>2 学期: 9 月中旬～2 月上旬 | 1 学期: 8 月中旬～12 月中旬<br>2 学期: 1 月下旬 ～6 月上旬<br>3 学期:<br>4 学期:                                                                                                                                                                                                                              |
| 学生数                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 創立年                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

| 留学費用              |                                       |           |                                                                     |
|-------------------|---------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------|
| 留学費用項目            | A 現地通貨<br>(NOK)<br>(1 現地通貨 =<br>14 円) | B 日本円     | 備考                                                                  |
| 授業料               |                                       | 円         |                                                                     |
| 宿舍費               | 58740                                 | 822360 円  | 5340nok/month                                                       |
| 食費                |                                       | 219644 円  |                                                                     |
| 図書費               |                                       | 0 円       |                                                                     |
| 学用品費              |                                       | 0 円       |                                                                     |
| 携帯・インターネット費       |                                       | 47989 円   |                                                                     |
| 現地交通費             |                                       | 18200 円   | 学外活動で隣町に電車で行っていた費用( <input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車) |
| 教養娯楽費             |                                       | 1400 円    | キャンパスの設備を利用するために student society に払う費用                              |
| 旅費(留学中)           |                                       | 1100000 円 |                                                                     |
| 被服費               |                                       | 56109 円   |                                                                     |
| 医療費               |                                       | 0 円       |                                                                     |
| 保険費               |                                       | 104780 円  | 形態: 明治大学指定海外旅行保険                                                    |
| 渡航旅費              |                                       | 279747 円  |                                                                     |
| ビザ申請費             |                                       | 87700 円   |                                                                     |
| 雑費                |                                       | 円         |                                                                     |
| その他               |                                       | 円         |                                                                     |
| その他               |                                       | 円         |                                                                     |
| 合計<br>※現地通貨 および 円 | (= 円)                                 | 2737929 円 |                                                                     |
| 総計(A+B)<br>※円     |                                       | 2737929 円 |                                                                     |

※現地通貨で支払ったものは「A 現地通貨」の欄に、日本円で支払ったものは「B 日本円」の欄に記入し、総計も記入してください。

※現地通貨名、現地通貨と円の為替レートも必ず記入してください。

## 渡航関連

### 渡航経路

往路 出発地：成田 目的地：オスロ 経由地：タイ

復路 出発地：オスロ 目的地：成田 経由地：アムステルダム、仁川

### 渡航費用

① 往復チケットを購入した場合

航空会社：

料金：

② 片道ずつチケットを購入した場合

往路 航空会社：タイ国際航空 料金：130729

復路 航空会社：スカンジナビア航空＋大韓航空＋zip air tokyo 料金：149018 ∴合計：279747

### 航空券購入方法

☐ 旅行代理店(店名： )

☒ インターネット(サイト名： booking.com)

☐ その他( )

## 滞在形態関連

1) 種類(留学中の滞在先)(例：アパート、大学の宿舎等)

☒ 学生寮(寮の名前： ) ☐ アパート ☐ ホームステイ

2) 部屋の形態

☒ 個室 ☐ 相部屋(同居人数 )

3) 共有部分

☒ バス ☒ トイレ ☒ キッチン(☒ 自炊可 ☐ 自炊不可)

4) 住居を探した方法：

大学から送られてきた Sinn というサイトから

5) 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)

2 人、4 人、9 人でキッチン共有する部屋が選べます。共有人数が増えるほどワイワイした感じになり楽しいですが、夜間までうるさいことがあるかもしれません。部屋によってキッチン等の充実度が違います。2 人部屋は寮費が高いわりにリビングが狭く、調理道具なども少なく、ルームメイトと二人で閉鎖的になりがちなのでお勧めしません。私の 2 人部屋だった友達はみんな 9 人部屋に引っ越しました。

## 現地情報

1) 留学期間中、病気やケガをしましたか。した場合、どこで治療を受けましたか。

(例: 現地の病院、学内の診療所)

☒ なし

☐ あり (治療を受けた場所: )

2) 留学期間中、学内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。

(例: 留学先大学の相談窓口、現地の友人等)

☒ なし

☐ あり (問題の内容や相談した人等: )

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?

ノルウェーの日本大使館から時々メールが来ていました。誰もやっていませんでしたが寮の部屋を出る際はロックしていました。旅行の際は大事なものは体の前に来るカバンに入れて、現地人のふりをして堂々と歩いていました。盗難に巻き込まれたことはなかったです。

4) 携帯電話や、インターネットについて、現地で利用・接続はいかがでしたか。

(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。)

キャンパス内なら問題なく使えます。

5) 現地で資金調達はどのように行いましたか?

(例: 現地に銀行口座を開け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け、大学の担当者をお願いしてビザ申請の際に大学に送ったデポジットを自分の口座に送金してもらいました。送ったデポジットへのアクセスについて大学側からの説明は一切なかったので、積極的にどうしたらいいか聞きに行った方がいいです。口座を作る場合 Evenstad キャンパスに一番近い銀行は隣町の Koppang の Sparebank 1 Østlandet です。口座開設ができるのは外国人登録が終わって個人番号がもらってからだったと思います。

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下さい。

意外と何でも手に入りましたが高かったです。日本から持ってくるべきだったと思ったのは防水のハイキングシューズと防水のズボン、体育館でバレーボールをするときの靴です。日本食はインスタントみそ汁と餅を荷物の隙間に詰めていくのおすすめです。梅肉のチューブを持って行ったのですが時々舐めるとすごくおいしかったのでお勧めです。

7) 【授業料負担型の方】授業料の支払方法、支払時期等について教えてください。

(例: 渡航前に自分で指定したクレジットカードで支払った、現地で開設した銀行のチェックで支払った。)

## 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)

|                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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<br>※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。                                                                                            |
| 60 単位                                                                                                                                                                                                                                                                                | <input checked="" type="checkbox"/> 単位<br><input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由: )                                              |
| 2) 履修登録の時期・方法及び履修制限                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                    |
| <input checked="" type="checkbox"/> 出発前 <input type="checkbox"/> 出発後<br><input type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input type="checkbox"/> オンライン <input type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> その他( )<br><input checked="" type="checkbox"/> 履修の制限があった: 4 授業セットで 30 ECTS になっていて選べない |                                                                                                                                    |
| 3) 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)                                                                                                                     |
| Boreal forest management                                                                                                                                                                                                                                                             | 北方林管理                                                                                                                              |
| 科目設置学部・研究科                                                                                                                                                                                                                                                                           | Faculty of Applied Ecology, Agricultural Science and Biotechnology                                                                 |
| 履修期間                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 8 月～12 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      (チュートリアル、講義形式等)                                                                                                            |
| 授業時間数                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1 週間に 105 分が 2 回                                                                                                                   |
| 担当教授                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Mangler                                                                                                                            |
| 授業内容                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ノルウェーの森林管理についての基本的な内容                                                                                                              |
| 試験・課題等                                                                                                                                                                                                                                                                               | プレゼン 1 回、テスト 100% 評価                                                                                                               |
| 感想を自由記入                                                                                                                                                                                                                                                                              | ノルウェーの気候の特徴から森林管理の方法、バリューチェーン、木材加工についてまで広く学べる講義形式の授業。森に行って木の高さのはかり方を学んだりもした。グループプレゼンは自分たちの国とノルウェーの林業を比較して発表した。先生のおながまんまるでかわいらしかった。 |

| 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)                                                                                                                                        |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Large predator ecology | 大型肉食獣生態学                                                                                                                                              |
| 科目設置学部・研究科             | Faculty of Applied Ecology, Agricultural Science and Biotechnology                                                                                    |
| 履修期間                   | 8月～12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(チュートリアル、講義形式等)                                                                                                                                     |
| 授業時間数                  | 1週間に165分が1回                                                                                                                                           |
| 担当教授                   | John Linnel                                                                                                                                           |
| 授業内容                   | ノルウェーに住む大型肉食獣(Lynx, Wolf, Bear, Wolverine)に注目してそれらの生態や管理方法、人間とのかかわりなどを学ぶ                                                                              |
| 試験・課題等                 | プレゼン1回、テスト100%評価                                                                                                                                      |
| 感想を自由記入                | 楽しい授業だった。先生は北欧でのヤマネコの生息地研究の第一人者で熱意のある面白い方だった。授業中もたくさん質問が飛び交い、理解が深まった。基本的に講義の授業だが、クマに関してはより生息数の多いスウェーデンに4日間フィールドワークに行き、糞を集めたりアンテナで場所を特定するなど実践的な内容もあった。 |

| 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)                                                                                                                                                   |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Applied forest ecology | 応用森林生態学                                                                                                                                                          |
| 科目設置学部・研究科             | Faculty of Applied Ecology, Agricultural Science and Biotechnology                                                                                               |
| 履修期間                   | 8月～12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(チュートリアル、講義形式等)                                                                                                                                                |
| 授業時間数                  | 1週間に165分が1回                                                                                                                                                      |
| 担当教授                   | Endre Hofstad Hansen                                                                                                                                             |
| 授業内容                   | ノルウェーの植生や森の種類、生態系に関する基本的な内容                                                                                                                                      |
| 試験・課題等                 | 口頭試験100%                                                                                                                                                         |
| 感想を自由記入                | ノルウェーの森や自然の基本的な知識を丁寧に説明してくれる授業だった。今年初めて導入された授業だったこともあり、先生が少し自信なさげに授業をしていて、知識のある学生にいろいろと言われて最終的にはゲストレクチャーばかりになってしまった。キャンパス横の森にみんなで行き、習った森の種類と特徴を見て学ぶこともでき、勉強になった。 |

| 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) |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Wildlife management |                                                                                                                                                                                                                                     | 野生生物管理         |
| 科目設置学部・研究科          | Faculty of Applied Ecology,Agricultural Science and Biotechnology                                                                                                                                                                   |                |
| 履修期間                | 8 月～12 月                                                                                                                                                                                                                            |                |
| 単位数                 | 7.5ECTS                                                                                                                                                                                                                             |                |
| 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(チュートリアル、講義形式等)                                                                                                                                                                                                                   |                |
| 授業時間数               | 1 週間に 165 分が 1 回                                                                                                                                                                                                                    |                |
| 担当教授                | Simen moflag Talleraas                                                                                                                                                                                                              |                |
| 授業内容                | 野生生物の管理について、必要性や方法など基本的な内容                                                                                                                                                                                                          |                |
| 試験・課題等              | レポート 2 つ、レポートに関する口頭試験 50%、筆記試験 50%                                                                                                                                                                                                  |                |
| 感想を自由記入             | Wildlife の定義とは、なぜ守るべきなのか、などの問いかけが多く、周りの人と話し合っ<br>て考えるきっかけになった。キャンパスのハンターたちと共にヘラジカ猟に同行させて<br>もらったり、個体数の増減を見て、何をどれだけハントすべきか考えるなど、実際にノル<br>ウェーで行われている個体数管理を体験できた。秋学期で唯一ちゃんとしたグループ<br>レポートが課された授業で、ある生物種に注目し、その管理状況などについてグルー<br>プでまとめた。 |                |

| 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) |
|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Fresh water ecology and management |                                                                                                                                                       | 淡水生態学と管理       |
| 科目設置学部・研究科                         | Faculty of Applied Ecology,Agricultural Science and Biotechnology                                                                                     |                |
| 履修期間                               | 1 月～5 月                                                                                                                                               |                |
| 単位数                                | 7.5ECTS                                                                                                                                               |                |
| 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(チュートリアル、講義形式等)                                                                                                                                     |                |
| 授業時間数                              | 1 週間に 165 分が 1 回                                                                                                                                      |                |
| 担当教授                               |                                                                                                                                                       |                |
| 授業内容                               | 湖や川の生態系の基礎知識、ノルウェーの代表的な淡水魚について                                                                                                                        |                |
| 試験・課題等                             | プレゼン 2 回、口頭試験 100%                                                                                                                                    |                |
| 感想を自由記入                            | 今まで全く勉強したことがない内容だったため面白かったが、専門的な単語や魚の名<br>前など、覚えることが多かった。口頭試験は、数種類の魚がいる川でダム建設などが<br>起こり、どの魚がどんな理由で増減するかという内容で、それぞれの魚の生態的特徴<br>を理解していなければならず、面白い問題だった。 |                |

| 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) |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Wild life ecology  |                                                                                                                                                   | 野生生物生態学        |
| 科目設置学部・研究科         | Faculty of Applied Ecology,Agricultural Science and Biotechnology                                                                                 |                |
| 履修期間               | 1 月～5 月                                                                                                                                           |                |
| 単位数                | 7.5ECTS                                                                                                                                           |                |
| 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、ディスカッション(チュートリアル、講義形式等)                                                                                                                        |                |
| 授業時間数              | 1 週間に 105 分が 1 回                                                                                                                                  |                |
| 担当教授               | Martin Mayor                                                                                                                                      |                |
| 授業内容               | ノルウェーにいる生物の生態について                                                                                                                                 |                |
| 試験・課題等             | プレゼン 4 回くらい、筆記試験 100%                                                                                                                             |                |
| 感想を自由記入            | 講義に加えてグループプレゼンテーションやパネルディスカッションなどがあり、結構忙しい授業だった。他にも森で雪上の動物の足跡を追跡したり、ライチョウの求愛ダンスを観察しに湿地でテント泊したりと盛りだくさんだった。授業はいつも情報量が多く集中力を続かせるのが大変だった。とても面白い内容だった。 |                |

| 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) |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Evolution          |                                                                                                                                                                                                           | 進化学            |
| 科目設置学部・研究科         | Faculty of Applied Ecology,Agricultural Science and Biotechnology                                                                                                                                         |                |
| 履修期間               | 1 月～5 月                                                                                                                                                                                                   |                |
| 単位数                | 7.5ECTS                                                                                                                                                                                                   |                |
| 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(チュートリアル、講義形式等)                                                                                                                                                                                         |                |
| 授業時間数              | 1 週間に 105 分が 2 回                                                                                                                                                                                          |                |
| 担当教授               | Anne                                                                                                                                                                                                      |                |
| 授業内容               | 生物の進化のメカニズムについて基礎から学ぶ                                                                                                                                                                                     |                |
| 試験・課題等             | レポート 1、プレゼン 1 回、口頭試験 100%                                                                                                                                                                                 |                |
| 感想を自由記入            | 私は似たような授業を明治でとっていたためついていきやすかった。しかし着目する点が違ったり、日本で習ったのと異なる解釈があったりして面白かった。すごく基礎的な遺伝の内容からだったが、良い復習になったし様々な用語を英語で学ぶことができて良かった。2000words のグループレポートという大きめの課題が初めから出されていたため、たくさんグループで集まり話し合い、完成させてプレゼンをして、達成感があった。 |                |



|                    |                                                                                                                                                                                                      |                |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 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) |
| Wildlife research  |                                                                                                                                                                                                      | 野生生物調査法        |
| 科目設置学部・研究科         | Faculty of Applied Ecology, Agricultural Science and Biotechnology                                                                                                                                   |                |
| 履修期間               | 1 月～5 月                                                                                                                                                                                              |                |
| 単位数                | 7.5ECTS                                                                                                                                                                                              |                |
| 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               | フィールドワーク、講義(チュートリアル、講義形式等)                                                                                                                                                                           |                |
| 授業時間数              | 1 週間に 165 分が 2 回                                                                                                                                                                                     |                |
| 担当教授               | Petra Sabine Kaczensky                                                                                                                                                                               |                |
| 授業内容               | 野生生物調査について実際のフィールドワークでデータを集め、統計アプリを用いて分析を行う、分析結果や考察をレポートにして書く                                                                                                                                        |                |
| 試験・課題等             | プレゼン 2 回、個人プレゼン 40%、グループレポート 60%                                                                                                                                                                     |                |
| 感想を自由記入            | 2 月 3 月はほとんどフィールドワークで、グループに分かれてスノートラッキング(雪上の動物の足跡を記録する)、カメラトラップの回収などを行いデータを集めた。その後集めたデータを統計アプリで分析し、そこからその動物の行動パターンなどを考察した。実践的な授業だった。雪山をスノーシューでひたすら歩いた経験は疲れたが楽しかった。足跡を見て、たくさんの野生動物が生息していることを実感して感動した。 |                |

## 卒業後の進路について

1) 進路 ※3年生以下の方は今後の予定を記載してください。(下記2以降は記入不要)

☐就職   ☐進学   ☒未定   ☐その他:

1) 進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関等

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、あるいは入社すると決定した企業の名前のみでも構いません。  
就職活動をこれから始める場合は、差し支えなければ現時点で希望する業界、職種等を教えてください。

4) 就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスをお願いします。  
(例: 留学中の就職活動に向けた準備、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。  
就職活動をこれから始める場合は、留学経験を通して就職活動に対する意識や希望する就職先の変化等を教えてください。

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)をお願いします。

7) その他を選択した方は、その進路を選択した理由と、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

## 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、ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、滞在先確保、留学中の中間試験・期末試験、その他イベント等)

|              |             |           |
|--------------|-------------|-----------|
| 留学開始年の<br>前年 | 1 月 ～ 3 月   |           |
|              | 4 月 ～ 7 月   |           |
|              | 8 月 ～ 9 月   | IELTS を受験 |
|              | 10 月 ～ 12 月 | 留学先決定     |
| 留学開始年        | 1 月 ～ 3 月   | お金を貯める    |
|              | 4 月 ～ 7 月   | ビザ、寮の申し込み |
|              | 8 月 ～ 9 月   | 留学開始      |
|              | 10 月 ～ 12 月 |           |
| 留学/帰国年       | 1 月 ～ 3 月   |           |
|              | 4 月 ～ 7 月   | 帰国        |
|              | 8 月 ～ 9 月   |           |
|              | 10 月 ～ 12 月 |           |



## 留学を志す学生へのアドバイス

※ これから留学を志す学生へ、この留学先国・大学を選んだ理由、留學生活全般等について、アドバイスを記入してください。

私がこの大学を選んだのは、ヨーロッパで生物の勉強を英語でしたいと思った時に、該当する大学がここしかなかったからでした。初めのころは、Middle of nowhere とよばれる Evenstad キャンパスが田舎すぎて、こんな閉鎖的なところで1年も楽しく過ごせるか不安でした。おしゃれな町でユニバーシティライフしている友達がうらやましくて仕方ありませんでした。しかし修行だと思ってここで頑張ってみようと思った結果、今まで見えていなかった良いところがたくさん見えてきました。自然は本当に美しく、生態系と森林の勉強をするのに最高の環境でした。友達は面白くていい人ばかりで、すぐに仲良くなれました。キャンパスは全員顔見知り、みんなこの環境で楽しく過ごすためにいつも何かしらイベントを開催して、誰でもウェルカムな雰囲気ですごく居心地よく感じるようになりました。セカンドセメスターでは日本人が私だけになり、英語漬けの生活を送ることができました。

初めはヨーロッパに来たからにはたくさん旅行するぞと色々行っていたのですが、結局この自然の中で友達とスキーをしたりバレーボールをしたり、ハイキング、スケート、極寒の川で泳いでサウナ、毎晩一緒に料理して食べて、映画を見てゲームをする日々が幸せで、3カ月くらい Evenstad からほとんど1歩も出ませんでした。こんなに充実した日々が過ごせるとは思っていませんでした。

私は留学先を決める際、自分が勉強したい内容を優先するか、それ以上に街で得られる経験を優先するかで非常に悩んだのですが、結果勉強を優先してよかったと思います。どちらを選んでいても楽しかったと思いますが、どこに行ったとしても結局自分の考え次第でした。与えられた環境の中でいかに満足するかを軸に、苦手だけどバレーボールにたくさん参加してみたり、なるべく人と関わるようにしました。町でしかできないと思っていたこと(吹奏楽団に入り、ノルウェー人のコミュニティに関わることも、隣町の団体を探し出して連絡を取り、電車で通うことで叶えることができました。また日本に興味を持っている学生が結構いたので、日本語講座を週一で開いたりもしていました。能動的に動いて留学をよりよい経験にできた感じがします。前向きにいろいろやってみて良かったと思います。

私が言いたいことは、留学に関していろんな不安があるかもしれませんが、とりあえず失敗を恐れずいろいろやってみるといいと思います。なるようになります。