

【大学間協定留学】 留学近況報告書

記入日	2024年 11月 6日
留学先大学	ベルゲン大学（日本語名） Univiersitet i Bergen（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	2024年8月～2025年6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。

明治大学が主催している留学関連のイベントに参加したり、留学相談や留学アドバイザーを積極的に利用していました。気になる国、学びたい分野に関連する本を図書館で借りて知識を深めたり、インターネットで情報を集める際過去に同じ大学に行ったことのある方と SNS で連絡を取ったりしました。出発前には過去の留学近況報告書や大学のホームページを熟読して、必要な準備を進めました。学びたい分野について知識を深めておくことと、それに関連する授業が留学先で受講できるかはきちんと確認しておくと思いいます。

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：留学ビザは必要なく、居住許可が必要	申請先：UDI
ビザ取得所要日数：約一か月 (申請してから何日/ 何週間要したか)	ビザ取得費用：約 5 万円
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？	
UDI の申請書、パスポートのコピー、入学許可証、銀行の残高証明書、寮の契約書が必要でした。	
2. 具体的な申し込み手順を教えてください。	
まずベルゲン大学から UDI の申し込み案内メールを受け取りました。寮の住所などの個人情報を入力後、支払いを済ませ、日本にあるビザセンターでの面会日程を予約しました。当日はビザセンターに、UDI 関連の資料、パスポート、銀行残高証明書、入学許可証、寮の契約書などをすべて持って行き、申請を済ませました。後日、パスポートとともに許可証を受け取れるので、日本の空港と乗り継ぎの空港の入国審査にて提示しました。現地到着後のオリエンテーションにて大学が指定した面会時間に警察署に行き Residence Card を申請する旨を伝えられるので、到着後約一か月で面談、そのまた一か月後に受け取りました。	
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？	
4. ビザ取得に関して困った点・注意点	
UDI の Web 上では VISA カードが拒否される可能性が高いです。私は VISA カードしか持っていなかったのですが、親の Mastercard を使って支払いました。また大学からの入学許可証と寮の賃貸契約書がないと申請ができないのもあり、早めに申し込むことが難しかったので、それらの書類が揃い次第すぐに申請しないと渡航に間に合わない可能性もあるので注意してください。	

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）。

現金はほとんど使いませんが、友人にお金を渡すための現金はある程度調達しておくとも良いかもしれません。私は現金が途中で尽きてしまったので、PayPal というアプリで送金できるようにしました（こちらでは Vipps というアプリが主流なのですが、ノルウェーの銀行口座がないと使えないので別の方法で払うしかありません）。荷物の事前配送はできないので、最低限の荷物は自力で持っていき、必要なものは現地で揃える、もしくは後から日本から送ってもらうしかありません。ただノルウェーは物価が高いので、出来る限り日本から持っていくようにすることをお勧めします。

III. 現地到着後のなぐれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	Finnair				
航空券手配方法	Finnair ※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	Bergen Airport	現地到着時刻	13:00		
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	30 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
 空港から直接キャンパスに向かいました。Bybanen というライトレールを利用できます。一日券をクレジットカードで購入しましたが、そもそも改札等がないので切符などは出てきません（クレジットカードに情報が記録されています）。20 歳以下の人なら Youth ticket という一か月の定期券が Skyss Billet というアプリでお得に買えるので、空港でダウンロード、購入しておくとも良いと思います。

大学到着日	8 月 7 日 14 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	入学許可が下りると Sammen という組織が運営する際に公式サイトから登録できるようになります。希望する住居を第三希望まで出して、決定通知にサインアップすれば大丈夫です。	

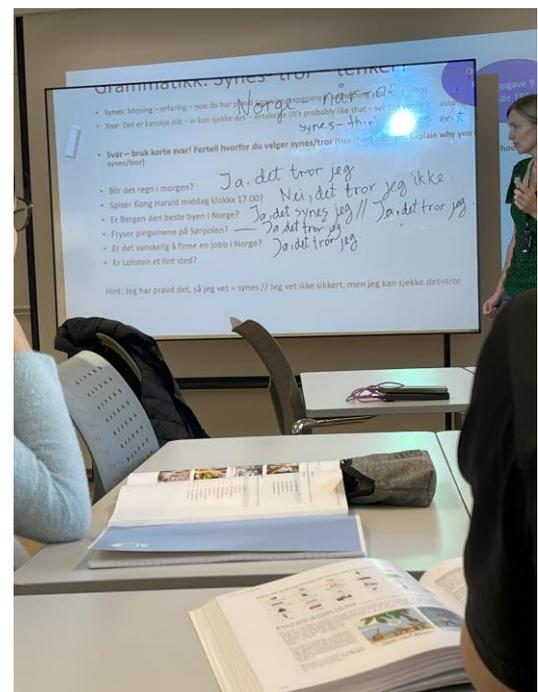
住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか？トラブルはありましたか？

渡航前にすぐ見つかり、トラブルもありませんでした。

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9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： ）
内容の様子は？	交換留学生用のオリエンテーションがありました。ノルウェーについてのクイズや学部・学生団体の紹介、大学のことや学生サポートなど様々な情報を提供してくれます。軽食の配布があったりして他の留学生と交流する時間も取ってくれるので、交友関係を広げるのにちょうど良い機会だと思います。
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	8月21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？	
滞在許可が必要です。前述のとおり、大学が警察に登録してくれるため、それに従って面会に行きます。約一か月で Residence Card を受け取れます。	
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？	
していません	
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？	
していません	
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ありましたか？	
<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？	
正規学生と同じように履修登録をしました。ただ、留学生は履修できる授業が限られています。また、人数制限のある授業は、大学へアプリケーションフォームを提出する際に選択します。そうでない授業は、9月1日までに履修登録を変更・追加することができます。	
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？	
現地で変更・追加が可能です。私は取りたかった授業が今年はノルウェー語でしか開講していなかったので、急遽別の授業を履修することにしました。	

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

	月	火	水	木	金	土	日
5:00							
6:00							
7:00			起床		起床		
8:00		起床	ノルウェー語授業		ノルウェー語授業		
9:00	起床		授業	起床		起床	起床
10:00	勉強、自由	授業	勉強	勉強、自由	日本語会話クラス	勉強、自由	勉強、自由
11:00		授業					
12:00		授業	授業				
13:00		授業	授業		勉強、自由		
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
24:00							



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。

私はこの留学が初めての海外生活、初めての一人暮らしということもあり、初めは不安でいっぱいでした。しかし、ここの人々は皆穏やかな人たちで、治安も良いので慣れてしまえばすごく居心地の良い場所になります。ベルゲンは比較的小規模な街ですが、交通の便が整備されているのもあり、定期券さえあれば色々な場所に気軽に行けるのが気に入っています。その上自然が豊かなので、日本では超インドア派だった私が積極的に散歩に行ったりハイキングにハマったりします。しかし天候は基本的に雨の日ばかりなので、むしろ晴れの日を逃すまいと積極的に外に出るようになります。10月から日照時間がグッと短くなるのもあり、セロトニンが不足して鬱っぽくなりやすいので、ビタミンDが欠かせません。

物価はビックリするくらい高いので、日本のようにコンビニでちょっとサンドイッチ買おう、みたいなことが出来ないのが大変です。比較的安く買えるスーパーに行ったり、廃棄予定の食材を安く買えるアプリを利用したりして節約しています。

留学生は基本的に2、3個授業を取ることが推奨されているため、日本での生活に比べると自由時間が圧倒的に多くなります。しかし授業前に読んでおくべきリーディングリスト（参考文献）などが多いので、自主的に準備することがとても重要になります。エッセイや中間課題をパスしてようやく最終試験が受けられる形式です。教授のレクチャーをひたすら聴く授業もあれば、他の留学生と活発にディスカッションをする授業もあります。

私が住んでいる寮は共有のキッチンと個別の部屋があるので、交流と一人の時間が程よいバランスで確保されています。また、TUという学生団体が主催するイベントも頻繁に行われているため、交流の場は他の寮よりも多く確保されている印象です。

ベルゲン大学には日本語学科があり、そこに所属している子たちとグリルパーティやハロウィンムービーナイトを企画したり、勉強会を開いたりしました。他国の留学生よりも日本という共通の話題で盛り上がるため、あまり人との交流が得意でない人でも友達が作りやすいと思います。また、ベルゲン大学には「タンDEMパートナー」というお互いの言語を教えあうプログラムがあり、これに申し込めば日本語を学びたい学生とコンタクトを取ることが出来ます。私は日本語学科に所属している子と仲良くなれたおかげで、生活がより一層楽しくなったので、ベルゲン大学に来た際はぜひ申し込んで欲しいと思います。

