

<b>留 学 報 告 書</b>
------------------

記入日:2019年04月 日

所属学部／研究科・学科／専攻	国際日本学部/国際日本学科
留学先国	ノルウェー王国
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: インランドノルウェー応用化学大学 現地言語: Inland Norway University of Applied Science
留学期間	2018年08月～2018年12月
留学した時の学年	2年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	2年生(留学先大学で在籍した学年)
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	2019年01月01日
明治大学卒業予定年	2021年03月
<b>留 学 先 大 学 に つ い て</b>	
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:8月上旬～12月下旬 2学期: 3学期: (記入例/1学期:4月上旬～7月下旬, 2学期:9月中旬～2月上旬)
学生数	13000人
創立年	

留学費用項目	現地通貨 (NOK)	円	備考
授業料	0	0円	
宿舍費	385kr	50,000円	
食費	615kr	80,000円	物価がかなり高くスーパーでもかなり費用がかかる
図書費	0	0円	
学用品費	185kr	24,000円	
教養娯楽費	0	0円	
被服費	385kr	50,000円	寒いので持って行くにも限度があるため色々購入しました。
医療費	0	0円	
保険費		円	形態:
渡航旅費	1538kr	200,000円	
雑費	154kr	20,000円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
合計		円	

## 渡航関連

**渡航経路:** 成田からフランクフルト、フランクフルトからオスロ

渡航費用

チケットの種類	JAL
往路	107,500 円
復路	107,500 円
合計	215,000 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。

ムンディード

## 滞在形態関連

1)種類(留学中の滞在先)(例:アパート、大学の宿舎など)

大学の寮

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:

留学先大学の案内

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)

冬だとヒーターをつけても寒いので毛布の購入が必須

## 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。

留学生の相談窓口がある

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?

ノルウェーが危険という情報は特になかったため、基本的に防犯対策はしていない

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。)

寮や大学で Wi-Fi が使えたため便利であった

5)現地での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。)

いつもデビットカードで買い物は済ませていた

6)現地では調達できない日本から持っていきべき物があれば教えてください。

日本食

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、渡航前に留学先大学から指示があった、渡航後のオリエンテーションで支払いに関する案内があった等)

## 卒業後の進路について

1) 進路
<input type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input checked="" type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2)進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など
特になし
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) ※1～3年生で、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。) ※1～3年生で、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。
留学を経験する前は国内での職務が中心となる日系企業がいいと思っていましたが、世界と関わることのできる職業がしたいと思うようになりました。
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、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

## 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。
37.5 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):
Media & Politics	メディアと政治
科目設置学部・研究科	
履修期間	10 月中旬から 12 月中旬
単位数	15ETC
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(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 100 分が 4 回
担当教授	Oyvind Svendsen
授業内容	政治とメディアがテレビや携帯がなかった過去から現在に到るまでどのように関係性を変化させ、我々に影響させたか、どう使われているかを学んだ
試験・課題など	期末に専門家 2 人の前でプレゼン 10 分と口頭テスト
感想を自由記入	個人的にはこの授業が一番課題も多くアカデミックな単語も多くハードだったがすごく考えさせられるいい授業でした。

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):
strategy	ビジネス戦略
科目設置学部・研究科	
履修期間	8月中旬から12月中旬
単位数	7.5ETC
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100分が2回
担当教授	Marit Elvsas
授業内容	企業がどのようにビジネス戦略を立てるのか、またどのようにそれを変化させて時代に対応しているのか具体例を挙げて考察した
試験・課題など	期末の筆記試験
感想を自由記入	経営学部で行うような経営基礎の学習は国際日本学部にいる私は学べないのでとても楽しかったです。

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 Management	イベントマネジメント
科目設置学部・研究科	
履修期間	8月上旬から10月下旬
単位数	15ETC
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100分が2回
担当教授	Stine Jeanette Lien
授業内容	地元リレハンメルでの一大イベントの企画に参加したり、どのようにしてイベントは行われているのか企画から評価までの段階を学んだ。
試験・課題など	期末レポート
感想を自由記入	地元の大イベントにスタッフの一員として活動できる貴重な経験ができてとてもためになりました。

## 留学に関するタイムチャート

2017年 1月～3月	
4月～7月	TOEFL の学習
8月～9月	CIEE の海外ボランティア活動
10月～12月	留学の志望動機の作成に取り掛かり始めた
2018年 1月～3月	面接対策のために作成した志望動機とさらなるリサーチをした
4月～7月	留学先大学に必要書類提出や大使館での許可証取得など渡航の準備
8月～9月	留学開始
10月～12月	期末試験に向けて勉強
2019年 1月～3月	帰国してインターンを開始
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	

## 留学体験記

留学しようと決めた理由	高校生の時から漠然と留学をしてみたいと思っていたが、決意したのは大学の先輩の留学中の SNS 投稿がとても楽しそうだったからです。
留学のためにした準備, しておけば良かったと思う準備	料理をある程度できるようにしておくこと。何も作ることができなかった私は何かお店で買えばいいと軽く考えていたがノルウェーの物価はとても高く自力で時間をかけて料理をしました。
この留学先を選んだ理由	北欧に興味があったことと欧州中から英語を第二言語とする学生が集まるので対等に話せるか試してみたかったからです。
大学・学生の雰囲気	学生数もそれほど多くはなくとても落ち着いていて、なおかつイベントがあるととても盛り上がる伸び伸びとした大学です。
寮の雰囲気	日本人は韓国人と同じフロアでどこかアジア人として分けられているようで嫌でした。
交友関係	スポーツイベントやパーティーが頻繁にあったため多くの友達と日々楽しみました。
困ったこと, 大変だったこと	物価がとにかく高いのでとにかく節約を意識する日々でした。
学習内容・勉強について	授業のレベルとしては難しくもついていけないほどではないので日々予習、復習をすることで問題なくついていけます。
課題・試験について	レポート形式、プレゼン形式、筆記試験と 3 種類もの違った形態の試験があったため、とても緊張したが終わってみると自信になりいい経験でした。

大学外の活動について	フットサルサークルやハイキング、ジムで汗を流してストレス発散していました。
留学を志す人へ	とにかく秋くらいからとても寒く、なんでも高いということです。

## 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	授業	ジム	授業	ジム	授業	旅行	旅行
	授業	ジム	授業	ジム	授業	旅行	旅行
午後	ジム	自習	ジム	授業	友達と旅行	旅行	旅行
	サッカー	自習	授業	授業	旅行	旅行	旅行
夕刻	自習	サッカー	パーティー	自習	旅行	旅行	旅行
夜	自習	自習	自習	自習	旅行	旅行	旅行