

協定留学近況報告書

記入日	2018年 11月 5日
留学先大学	リンシェーピン大学
留学先での所属学部等	<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) <small>※学部等名(日本語):教養学部, (現地言語での名称):Faculty of Arts and Science</small> <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	2018年8月ー2019年6月
明治大学での所属	情報コミュニケーション学部情報コミュニケーション学科____専攻 / ____研究科____専攻
学年(出発時本学での学年)	学部3年生/研究科 <input type="checkbox"/> 博士前期課程 <input type="checkbox"/> 博士後期課程 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。

基本的なことは先輩方の留学報告書で情報を集めました。なにか疑問があれば、先輩方の連絡先を教えてくださいました。それでも分からないことがあれば、直接リンシェーピン大学にメールで問い合わせたりもしました。
 しておいてよかったことは、皆さんやると思うのですが、持ち物とやることをリストにしたことです。忘れ物がなくて済みますし、重量制限を超えないように持ち物の取捨選択ができます。

II-1. 留学のための渡航前手続き(留学ビザ)

ビザの種類: 居住許可	申請先: スウェーデン移民庁
ビザ取得所要日数: 1 か月 (申請してから何日/週間要したか)	ビザ取得費用: 0 円

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？

入学許可証、銀行の残高証明書、海外旅行保険の英文証明書、パスポートのコピー

具体的な申し込み手順を教えてください。

1. 5月9日リンシェーピン大学から入学許可証がPDFで送られてくる
- (2. パスポートが帰国前に切れるので、入学許可証を持って期限前更新をした。)
3. 5月30日に保険の申請をした
4. 6月20日に保険の証書を受け取り、移民庁のホームページから居住許可申請
5. 7月23日に許可されたという旨の郵便が届く それを持って入国(8月1日)
6. 入国後90日以内に移民庁に顔写真と指紋を取りに行く

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？

面接なし

ビザ取得に関して困った点・注意点

スウェーデン移民庁のホームページで、すべて申請を行います。申請には時間がかかるので余裕をもってしたほうがいいです。保険の証書を受け取ってすぐに申し込んでも、私の申請が下りたのはギリギリでした。(私はスウェーデン語集中講座を履修したため、出国が普通よりも早かったのもギリギリになった理由の一つ)しかしもっと早く許可が下りる人も中にはいました。

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)

一番後悔しているのは、寮のインターネット環境を調べていなかったことです。以前アメリカに留学した時、寮にもともとWi-Fiがあったので、なんとなく寮にはWi-Fiがあるものだと思いこんでいました。当時、大学のWi-Fiもまだ使えず、2日間インターネットがない環境で過ごしました。親にも心配をかけたし、自分もとても不安でした。インターネットがないと、知らない土地では本当に何もできません。だから、パソコンにつなげるインターネットケーブル、シムロック解除された携帯、できればWi-Fiルーターがあればスタートが違ったと思います。

Ⅲ. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	タイ国際航空(Thai Airways International)				
航空券手配方法	タイ国際航空公式サイト ※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	リンシェーピン空港(KLM アムステルダム便しかないのでアールランダがおすすめ)	現地到着時刻	午前 7 時		
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 checked="" type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車)	<input type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他
移動の所要時間	4 時間				

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

最寄りの空港はリンシェーピン空港ですが、日本から行く場合アールランダ国際空港を利用したほうが楽です。(毎日 2 便アムステルダム行きしかない)リンシェーピンに留学している日本人のほとんどはタイ国際航空、バンコク経由で来ています。

アールランダからリンシェーピンに行く方法はスウェーデン国鉄かバスの 2 つあります。スウェーデン国鉄(SJ)を利用した場合、2 時間半弱で着きます。バスだと、値段は半額以下ですが 4 時間かかります。タイ国際航空を利用した場合、朝に着くのでバスでもリンシェーピンには 13 時くらいに着くはず。それぞれ値段は時期によって変わるので、なんとも言えませんが、SJ なら 4000 円くらい、バスなら 2000 円くらいです。

リンシェーピンに到着した後は、バスで大学に向かいます。日本を出る前に大学のどこに International Office があるのか確認して、できれば印刷したほうがいいと思います。駅前の売店でこれから使うバスカードを買い、12 番か 20 番に乗る。Universitet で降りる。

大学到着日 8月1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	いいえを選んだ方: 月 日から入居可能だった。
	<input type="checkbox"/> いいえ	
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	リンシェーピン大学に出願するときに申し込みます。その後、部屋が足りないの二人部屋でもいいかというアンケートが来ましたが、一人部屋がいいと回答したら、一人部屋にしてくれました。	

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？

なし

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 16 日
参加必須ですか？	<input checked="" 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:)
内容と様子は？	リンシェーピンでの暮らし方や、授業に関する説明。
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20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？

入国後 90 日以内に、スウェーデン移民庁に行って、指紋と顔写真を撮ります。リンシェーピンから一番近いのはノーショーピンです。この予約もなるべく早く取っておくと心配せずに済むと思います。予約は同じくスウェーデン移民庁のホームページでできます。

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？

なし

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？

スウェーデンでは 1 年以上滞在しないと口座は開設できません。

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？

しませんでした。携帯はSIMロック解除されたものを持って行けば、大学から配布される SIM カードを入れて、コンビニでお金を払えばその場で使えるようになります。

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？

出発前に(4月50人日頃)

オンラインで登録 志願書類に記入して登録 できなかった その他()

到着後に(月 日頃)

オンラインで登録 国際オフィス等の仲介 できなかった その他()

登録時に留学生として優先されることは あった 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？

留学生は留学生用の授業を受けるので、優先などはありません。

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？

申請するときは授業変更できないと書いてありますが、実際は追加したり削除したりしている人もいます。(もちろん変更しないのがベストですが。)私は希望通りの授業を取ることができました。

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してください。

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
8:00	起床	起床	起床	起床	起床	起床	起床
9:00	朝ごはん	朝ごはん	朝ごはん	朝ごはん	朝ごはん	朝ごはん	朝ごはん
10:00			授業の準備				
11:00	授業の準備		授業の準備				勉強
12:00	昼ごはん	授業の準備	昼ごはん				勉強
13:00	授業	昼ごはん	授業	昼ごはん	昼ごはん	昼ごはん	昼ごはん
14:00	授業		授業				
15:00	授業		授業		課題	買い物	出かける
16:00	授業		授業		課題	買い物	
17:00		授業		EAA	課題		
18:00		授業		EAA			
19:00		授業		EAA			
20:00							
21:00	夜ごはん	夜ごはん	夜ごはん	夜ごはん	夜ごはん	夜ごはん	夜ごはん
22:00	授業の復習	授業の復習	授業の復習	授業の復習	授業の復習	授業の復習	授業の復習
23:00	フリータイム	フリータイム	フリータイム	フリータイム	フリータイム	フリータイム	フリータイム
24:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

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。

【リンシェーピングについて】

リンシェーピングは東京と比べるとものすごく田舎です。でも大概のものはダウンタウンで手に入ります。都会にある明治大学のキャンパスライフと比べると、のどかで落ち着いています。スウェーデンの首都ストックホルムには電車で2時間半弱です。

【リンシェーピング大学について】

リンシェーピング大学は基本的に理系の大学で、スウェーデンのなかでは有名な大学です。寮からは自転車で15分ほどのところにあります。

【授業について】

私の所属する Faculty of Arts and Science では、留学生は留学生用の授業が用意されているので、スウェーデン人と一緒に授業を受けることは、一部を除きありません。スウェーデンの授業システムは複雑で、フルタイムとパートタイムの2種類からなります。フルタイムは週に2.3回の授業で、1か月間です。パートタイムは学期中、週に1回ほどの授業を受けます。

今回私が秋学期に履修しているのは以下です。フル単:45ECTS

Intensive Beginners Course in Swedish for Exchange Students, level A1 7.5ECTS

International Course in Drama Communication A 15ECTS

Beginners Course in Swedish for Exchange Students, level A2 7.5ECTS

Sustainable Development in the Global Context 15ECTS

【寮について】

寮は 8 部屋 1 フロアで、キッチン共用という形です。自分の部屋にトイレとバスルームがついています。キッチンのきれいさは寮ごとに異なり、自分のところは汚いほうです。ほかの部屋の人たちと仲良くなれるかも、結構ばらつきがあるようです。一般的にスウェーデン人はシャイなので、スウェーデン人が多い寮だと、あまり仲良くなれないかもしれません。自分の場合、スウェーデン人、インド人、オランダ人、パキスタン人、バングラデシュ人などインターナショナルなので仲良くやっています。寮費は 1 か月 4 万 5 千円ほどです。

【その他生活面について】

East Asian Association(EAA)に参加すると日本に興味があるスウェーデン人と仲良くなれます。ほかには ISA、ESN という団体が企画する留学生用のイベントに参加すると、友達が増えます。

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。

個人的にリンシェーピング大学はちょっと個性的で、マイペースに生きたいという人に向いているように思います。スウェーデンは寒くて、冬は日が短く、ちょっと変わった人でないと来ません。また授業が多くなく、自由時間が比較的多いです。だからこそ、ほかの人と違う、自分なりの目標を探求できる人にはお勧めです。

やはり留学するときが一番の問題になるのは英語です。私は来る前までには、日常会話はある程度話せる英語力がありました。しかし英語で授業を受けるのと日常会話のレベルは大きく違い、いまでも授業についていくのに必死です。来る前にできる限りのことをしておくことをお勧めします。