

# 協定留学近況報告書

記入日	2018年 10月 31日
留学先大学	セーデルトーン大学
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	2018年8月－2019年6月
明治大学での所属	国際日本学部国際日本学科__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。

過去にセーデルトーン大学に留学されていた先輩に、スウェーデンでの生活の様子や授業についてお話を伺いました。スウェーデンについての情報は、授業や本、インターネットなどで以前から調べていたので、こちらへ来て生活に関して困ったことは現在特にありません。ただ、大学についての情報やどんな授業を履修できるのかなど、ホームページを見ただけではわからないことも多いと思うので、実際に大学に留学をしていた方などによくお話を聞いておくと良いと思います。

## II-1. 留学のための渡航前手続き(留学ビザ)

ビザの種類: 学生ビザ	申請先: 移民庁
ビザ取得所要日数: 7日 (申請してから何日/週間要したか)	ビザ取得費用: なし

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、入学許可書、英文銀行残高証明書、英文海外留学保険証書。

保険は明大サポートで申し込みを行い、後日証書が届きます。いずれの書類も、できるだけ早く申請しておくのが良いです。

具体的な申し込み手順を教えてください。

上記4書類をスキャンしてPDF化する。スウェーデンの移民庁のフォームにアップロードして申請。

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

なし。私は1週間で取得の許可が下りました。場合によっては許可がおりるまでに時間がかかることもあるようなので、書類を揃え次第すぐに申請すべきです。

## 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)

日常生活ではカードを使うことがメインですが、カードが使えない場面にも必ず遭遇するので、現金を少額持つてくると良いかと思えます。

携帯電話は事前にSIMフリーにしておくことをお勧めします。私はSIMフリーのiPhoneを日本から持っていき、現地のプリペイド式のSIMを入れて使っています。

### Ⅲ. 現地到着後のながれ

#### 1. 到着時の様子

利用航空会社	タイ航空				
航空券手配方法	タイ航空 HP ※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	Arlanda	現地到着時刻		午前7時	
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 type="checkbox"/> 公共交通機関 ( <input 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	1時間半				

#### 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

大学が指定する Official arrival day に到着したため、現地の学生団体が運営する無料のバスに乗ることができ、空港からストックホルム中央駅まで向かいました。中央駅から寮の最寄り駅までは、commuter train で約20分ほどです。バスや電車に乗る際はチケットが必要ですが、学生割引を使えるようになるまでは、1週間バスや地下鉄に乗り放題の SL カードを購入することをお勧めします。

大学到着日	8月27日12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 type="checkbox"/> 寮 <input checked="" 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	大学から送られてくるフォームに沿って希望を申請します。	

#### 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、住居が確保されたとの通知が届きます。

#### 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29、30、31日
参加必須ですか？	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input 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？	大学のサポートや寮について、図書館の使い方についてなど。 基本的に資料に書いてあることを読んでおけば問題ないです。
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	9月3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？

移民庁へパスポートと滞在許可通知書を持って行き、顔写真と指紋、署名の登録をします。移民庁を訪れる際には事前予約が必要です。時期によっては混雑していて予約が取りにくいので、渡航前または渡航後、授業の日程が確定したらすぐに予約を取ると良いです。移民庁での手続き後、約1か月後、寮に移住許可カードが送られてくるか、移民庁に自分でカードを取りに行く必要があります。移民庁で手続きをする際に、どちらの方法でカードをもらうのか、自分で確認をとるべきです。

##### 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？

口座は開設していません。

##### 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？

いいえ。日本で使っていた iPhone をこちらで使っています。

#### 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 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？

特になし。

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

事前に送られてきたコースリストから選び、登録します。

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？

基本的に、授業が始まる前であれば変更ができます。授業が始まったあとも、交渉次第で変更することも可能です。

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					
9:00	授業	授業					
10:00	授業	授業	起床	起床	起床	起床	起床
11:00	授業	授業					
12:00	授業	買い物					
13:00	昼食	昼食				自習	自習
14:00			外出	外出	外出		
15:00	自習	自習					
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	夕食	夕食	帰宅	帰宅	帰宅	夕食	夕食
20:00			夕食	夕食	夕食		
21:00	自習	自習					
22:00							
23:00							
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。

セーデルトーン大学では、ひと月に1つの授業を履修し、月末にテストが行われます。ある分野について集中的に学ぶことができます。

宿舎は、大学から徒歩で約15分、バスで10分ほどの距離にあるアパートのシングルルームに住んでいます。ここに殆どの留学生が住んでいます。日常的に夜中の2・3時までパーティーが行われ、ストレスに感じることもあります。授業の回数が少ない分、課題や予習、復習など自習をする時間が必然的に多くなります。念のため耳栓を持ってくると良いです。

10月頃から急激に日が短くなり、とても冷え込みます。私は1、2カ月間風邪を引いてしまいました。体があまり強くない方は、風邪薬などを多めに持ってくると良いかと思います。

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。

スウェーデンという国に長い間滞在できる機会はありませんと思うので、スウェーデンに少しでも興味のある方は是非挑戦してみてください。ご連絡いただければご相談にのります。