

協定留学近況報告書

記 入 日	2015年 11月 1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) ※学部等名(日本語):教養学部, (現地言語での名称): Arts and Science <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	2015年8月ー2016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。

主に以前リンシェーピン大学へ留学していた先輩方の「留学報告書」を読んで情報を集めました。生活に必要な現金の調達方法、カードの発行などを事前に済ませておいた点が良かったです。日本にいる間にしかできないカードの発行、現金の調達方法は、出国前に余裕を持って考えておいた方が良いです。

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:ビザではなく「居住許可」	申請先:スウェーデン移民局(Migrationsverket)
ビザ取得所要日数:約一ヶ月半 (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？

- ①パスポートのコピー
- ②預金残高証明の英訳版
- ③保険の英訳証明書
- ④現地校の入学許可証

具体的な申し込み手順を教えてください。

- ①入学許可証が到着するまでに、できれば預金残高証明書と保険の英訳取得の手はずを整える。
- ②入学許可証を入手し次第、全ての書類のスキャンを取り、スウェーデン移民局のサイトからオンラインで居住許可申請をする
- ③申請が認可され、スウェーデン大使館から書面で資料が郵送される
- ④スウェーデン入国後、90日以内に移民局へ指紋登録、証明写真の撮影をしに行き、後日居住許可証(カード)が寮に届く

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？

面接はありません。

ビザ取得に関して困った点・注意点

- ・入学許可証が届くまでに時間がかかったため、全体的に居住許可申請の行程が遅れました。もう一つのスウェーデンの協定校であるセーデルトーン大学の入学許可証は4月に届いたそうですが、リンシェーピン大学は6月上旬でした。
- ・保険の英訳、預金残高証明の英訳は共に、申請をしてから実際に入手できるまで1週間以上掛かります。余裕を持って申請をした方が良いです。協定留学の場合、大学指定の保険に加入することになるため、保険の英訳証明を急ぐ場合は大学のサポートデスクに赴き、海外留学保険担当の方と直接お話しすることをおすすめします。通常は2週間程掛かりますが、1週間で発行して頂きました。
- ・許可が下りるタイミングが読めませんでした。基本的には1ヶ月程掛かるため、全ての行程において余裕を持って準備することをお勧めします。私の場合、渡航1ヶ月半前程に申請をし、自宅に居住許可の資料が届いたのは渡航数日前です。なかなか届かなかったため、スウェーデン移民局に直接問い合わせのメールをしました。ホームページから問い合わせができます。
- ・許可について困った点があった場合の問い合わせ先は、スウェーデン移民局(Migrationsverket)か、スウェーデン大使館です。スウェーデン移民局は本部がスウェーデンにあるため、メール、電話等やり取りは全て英語です。スウェーデン大使館は国内なので電話で簡単に問い合わせができますが、居住許可の問い合わせを受け付けている時間が午前中の1時間など短いので、注意が必要です。

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)

・クレジットカードの準備: スウェーデンはカード社会で、コンビニ、スーパーなど、どのお店へ行ってもカード払いが普通なので、クレジットカードは必須です。限度額によっては2、3枚必要。

・現金の調達方法の準備: カード社会とはいえ、友達との割り勘などで現金を使う場面が時々あります。私の場合、「Cash Passport」を作りました。新生銀行やシティバンクの国際キャッシュカードを作る、という選択肢もあるそうです。

・携帯電話は、人によって対策が異なると思うので、私の例を紹介させていただきます。

現在、スウェーデンでは携帯電話を二台使用して生活しています。日本で使っていた携帯電話は休止状態にし、Wi-fi環境でのみ使える様にしました。もう一台はこちらに渡航してから購入し、プリペイド式で使っています。SIMカードは入寮と同時に大学から全員に支給されるため、本体のみを購入し、コンビニなどでSIMカードへチャージをしています。チャージ代金は一ヶ月1300円程で、1G使えます。SIMフリーのものが探せるのであれば、日本で携帯電話本体を事前に購入しておく、渡航し次第すぐに使用できて良いかもしれません。こちらで本体を購入する場合、スマートフォンであれば2、3万円が相場です。

III. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	JAL				
航空券手配方法	※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	アーランダ国際空港 (リンショーピン空港が最寄りですが、私はアーランダ空港に到着しました)	現地到着時刻	8月1日 17時頃ストックホルム着 8月3日 8時ストックホルム発(電車)		
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 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	3時間程				

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

【アーランダ国際空港から移動の場合】

①空港から市内へ。バスまたはアーランダエクスプレスを利用。

②ストックホルム中央駅からSJという列車でリンショーピン駅へ。料金は3,000円前後ですが、オンラインで事前予約をすることで安く購入できます。乗車前日に中央駅で購入したところ、4,000円強掛かりました。

③リンショーピン駅でバスカードを購入してからバスへ乗車。バスカードは120SEKから購入可能ですが、一回の乗車賃は12SEKです。

大学到着日	8月3日11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。	
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 checked="" 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	学内選考に合格し、3月にリンショーピン大学へ正式に出願する時に住居の申し込みをします。リンショーピン大学から入寮についての案内がメールで来るので、指示に従って簡単な登録作業をするだけです。		

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？	
3月に申し込みをして、5月の下旬には寮が確保されました。特にトラブルはありませんでした。	
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4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？	オリエンテーションは、入寮当日に国際事務室で行うものと、翌日ホールで行うものがありました。入寮当日には、国際事務室の小部屋で数人ずつに分かれて鍵を受け取ると同時に、寮に関する説明や今後のスケジュールについての説明を受けました。私の到着日は事務室が混乱しており、鍵を受け取るまでにもものすごく時間が掛かりました。 ホールで行ったオリエンテーションの内容は、街の基本的な紹介や市内のバスの利用の仕方など生活に関わる事柄、コース登録、試験登録の仕方、試験の注意事項などです。 国際事務室関係者の方々に暖かく迎えられながらのアットホームなオリエンテーションでした。
留学生用特別ガイド	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	8月4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？	
日本で事前にオンラインで取得した居住許可の通達文を持参し、ノルショーピンという隣街の移民局へ居住許可カードを発行しに行きます。入国から90日以内に手続きを完了させる必要があります。手続き内容は証明写真と指紋を取るだけの非常に簡単な作業で、手順としては、自分が訪問可能な日を移民局のホームページから予約し、パスポートなどの必要書類を持って当日移民局へ赴くのみです。居住許可申請に関してお金が掛かることはありません。	
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？	
特にありません。	
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？	
私は開設しませんでした。	
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？	
購入しました。 SIMカードは大学から提供されるため、携帯電話本体を中古で購入し、プリペイド式携帯として利用しています。 チャージはコンビニで簡単にできるため、不自由などは特にありません。 ひと月ごとに約1300円払い、1Gでやりくりします。Wi-fi環境ではWi-fiを使用することで、ひと月1Gでも十分に使用することができます。値段を上げれば、さらに多くの容量を使用できます。	
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？	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前に(3月下旬頃) <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 checked="" type="checkbox"/> 到着後に(8月上旬頃) <input type="checkbox"/> オンラインで登録 <input checked="" 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	<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？		
リンシェーピング大学では、留学生は基本的に留学生だけで授業を受けるため、留学生だからといって優先されることはありません。		
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？		
<p>現地での変更、追加は可能です。</p> <p>変更をする際は、学部のコーディネーターと話をした上で、コーディネータの仲介で変更、追加をします。</p> <p>私は実際に2つの授業を追加しました。</p> <p>3月に出願した際に申請をした授業のうち、6割は希望通りでした。希望が通らなかったのは、定員超過のために漏れてしまった授業と、履修に必要な単位が不足と判断された授業です。</p>		

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							
9:00							
10:00		授業(経済)	授業(経済)	授業(経済)	課題に 取り組む日		
11:00	自習や グループワーク	授業(経済)	授業(経済)	授業(経済)			
12:00	自習や グループワーク	授業(経済)	授業(経済)	授業(経済)			
13:00	自習や グループワーク	授業(経済)		授業(経済)			
14:00	自習や グループワーク	自習や グループワーク	自習や グループワーク	自習や グループワーク			
15:00	授業	自習や グループワーク	自習や グループワーク	自習や グループワーク			
16:00	授業	自習や グループワーク	自習や グループワーク	自習や グループワーク			
17:00		課外活動 EAA	授業 (スウェーデン語)	課外活動 EAA			
18:00		課外活動 EAA	授業 (スウェーデン語)	課外活動 EAA			
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、生活全般についてなど、自由に書いてください。

<リンシェーピン大学について>

リンシェーピン大学は、スウェーデンで5番目の大学と言われる有名理系大学で、明治大学程ではないですが生徒数もたくさんで、非常に活気に溢れる大学です。

リンシェーピン大学にはたくさんの留学生在がいて、留学生は主に留學生用に英語で開講される授業を履修します。留学生は主に他のヨーロッパの国々から来ており、ドイツ人、フランス人が圧倒的に多いので、普通の授業で多く関わることになるのは、スウェーデンの学生というよりこれらの他の留學生ということになります。スウェーデン人、留學生含め、皆英語がペラペラです。

リンシェーピン大学自体は理系大学ですが、明治大学から派遣される場合には、Arts and Science 学部か、Educational Science 学部の文系学部にも所属することになります。

留學生数が多いためか、国際事務室のサポートは非常にしっかりしている印象を受けます。

<授業について>

リンシェーピン大学の授業履修システムは、明治大学と大分異なります。明治大学では、セメスターごとに約10個前後の授業を履修し、各授業週一から週二回のペースで1セメスターを通してそれらの授業を同時に受け続けます。リンシェーピン大学では、1セメスターが4つの期間に区切られており、各期間に1つの授業を集中的に受講するシステムになっております。1期間に集中的に受ける授業のことを”full time class”といい、授業頻度は週に3回程度、各3時間ずつ程です。”full time class”とは別に、”part time class”という授業がありますが、その授業は明治大学と同じ週一のペースで行われる授業で、1セメスター丸々履修します。よって、授業スケジュールは”full time class”と”part time class”の併用によって構成されません。

特筆すべき点は”full time class”です。一ヶ月の間に集中的に勉強を進めるので、進度がとても速く、内容がとても濃いです。授業形式は、講義とセミナーの両方で進められます。

上記のスケジュールを見て頂けるとわかると思いますが、授業スケジュールとしてはあまり忙しくありません。

しかし、どの授業も大体課題がたくさん与えられるので、特に full time の授業を履修している時は忙しくなります。課題はリーディング課題、グループワークなど多岐に渡ります。これまでの感想としては、full time の授業は特に、短期間集中的に同じ科目に専念できるので、授業内容がより定着して充実感が高いように思います。また、グループでの課題やディスカッション形式の授業があることによって、プレッシャーは少し大きくなりますが、受動的にならずに学べるのでとても楽しいです。課題が多めとはいえ、やはり授業は少ないので、予習、復習に時間をかけたり、自分の興味のある分野を納得のいくまで突き詰めて勉強する暇があるので、日本で勉強していた時よりも勉強の充実度は高いです。

<宿舎について>

留學生は、大学から自転車で10分程の Ryd という学生の集合住宅地のような所に住むことになります。

寮はコリドーと呼ばれ、キッチン、リビングスペースを8部屋で共用する形になっています。トイレ、シャワーは各部屋に付いているので、プライバシーは保たれ、コリドーメイト達とはちょうど良い距離感で暮らせる印象を受けました。私のコリドーは、6人のスウェーデン人と、私を含む留學生3人の、合計9人で構成されています。コリドーメイト全員で揃って食事をするなどとは全くありませんが、キッチンで会えば皆で会話を楽しんだり仲の良いコリドーで、とても快適に毎日を楽しみながら過ごしています。

寮費についてですが、月々3000クローナ程(42000円前後)で、光熱費、インターネット回線などが全て含まれています。

<生活全般について>

リンシェーピンは学生街で田舎町という印象ですが、のんびりとしているし、どこへ行くにも自転車で移動が可能な街なのでとても暮らしやすいと思います。

スウェーデン人は皆とても優しいです。

リンシェーピン大学で私たちが受ける授業では、スウェーデンの学生との関わりはさほどないと述べました。しかし、East Asian Association(以下 EAA)という、日本語、中国語、韓国語を学ぶスウェーデン人学生と、それらの国々の留学生が交流する団体があり、ここではスウェーデン人の友達と出会うことができます。週に2回、Conversation Corner(CC)という活動を行っており、日本語を教えたり、スウェーデン語を教えてもらったりしています。CCは現在、毎週の私の楽しみとなっています。

普段の生活でスウェーデン語が話せなくても全く問題はありませんが、部活に所属するとなるとスウェーデン人だらけのコミュニティに入ることになり、不可能ではないですが、スウェーデン語が理解できないと厳しいと思います。今年度同じくリンシェーピン大学に派遣されているもう一名の明大生は、スウェーデン人の中に一人留学生として混じり、現在ブラスバンドに所属しています。

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。

リンシェーピン大学を目指すにも、他のどの大学を目指すのかにも全部共通して言えることですが、自分が何をしたいのか、何のために留学をしたいのかを自分の中で明確にしておくことが非常に重要だと思います。

私の予想ですが、リンシェーピン大学に留学をするのと、他のアメリカの大学に留学するのでは、同じ留学とはいえ少し実態が異なると思います。留学生として派遣されるには、スウェーデンの大学はアメリカの大学と比べると課題も少なく、日本の大学で勉強をしているのとは比べてあり得ない程大変、苦しい、と感じることはありません。(履修する授業にもよりますが)自由にできた時間をどう有意義に使うのか、自分には何ができるのかを考え、自分を律して生活できると良いと思います。

リンシェーピン大学を目指している方は、やはりなるべく英語力を高めておくが良いです。当たり前ですが、あくまで語学留学ではなく交換留学なので、授業の専門性は高く、たくさん与えられるリーディング課題や他の生徒とグループを組んで課題に取りかかる時、英語力に不安要素があると辛い思いをします。