

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日:2023年02月24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	デンマーク
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: コペンハーゲン大学 現地言語: University of Copenhagen
留学期間	2022年02月~2023年01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	3年生(留学先大学で在籍した学年)
留学先での所属学部等	人文学部(Humanities) <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。
帰国年月日	2023年01月23日
明治大学卒業予定年	2024年03月
留 学 先 大 学 に つ い て	
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:2 月上旬~6 月上旬 2 学期:9 月上旬~1 月上旬 3 学期: 4 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	36,897(2021)
創立年	1479

留学費用項目	現地通貨 (kr)	円	備考
授業料	0	0 円	
宿舍費	62,179	1,243,580 円	デポジット 8000kr
食費	15,000	300,000 円	
図書費	0	0 円	
学用品費	100	2,000 円	
携帯・インターネット費	1,000	18,000 円	
現地交通費	3,958	79,166 円	自転車サブスク:月 159kr(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費		1,500,000 円	
被服費	12,000	240,000 円	
医療費	0	0 円	
保険費		140,525 円	形態:明治大学指定の海外旅行保険
渡航旅費		209,340 円	
ビザ申請費	3,900	78,000 円	日本でST1 を申請した際に+5000 円かかりました
雑費		1,000,000 円	
その他		円	
その他		円	
合計		4,810,611 円	

渡航関連

渡航経路
往路 出発地:羽田空港 目的地:Copenhagen Airport 経由地:Frankfurt Airport 復路 出発地:Copenhagen Airport 目的地:羽田空港 経由地:Frankfurt Airport
渡航費用
①往復チケットを購入した場合 航空会社:ANA 料金:209,340 円 ②片道ずつチケットを購入した場合 往路 航空会社: 料金: 復路 航空会社: 料金: ∴合計:
航空券購入方法
<input checked="" type="checkbox"/> 旅行代理店(店名:明大サポート) <input type="checkbox"/> インターネット(サイト名:) <input type="checkbox"/> その他()
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)
<input checked="" type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前:Signalhuset/Mariendalsvej) <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ
2)部屋の形態
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数)
3)共有部分
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可)
4)住居を探した方法:
協定校が斡旋している Housing Foundation に登録して、希望の部屋を選択・契約しました。
5)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)
コペンハーゲン大学に留学した場合ほぼ確実にこの Housing Foundation から寮を契約することになると思います。正直あまり評判は良くない機関ですが、何かあればすぐに連絡を取ったり契約書の内容を丁寧に確認しておけば特に心配は無いです。いくつか寮の選択肢がありますが、Signalhuset と Mariendalsvej どちらも人気で条件も良いので選ぶならこの 2 択だと思います!契約の関係で半期で引っ越しました。どちらも個室の他に 4~5 人でバストイレキッチンリビングを共有するフラット型の寮です。
現地情報
1)留学期間中、病気やケガをされましたか。した場合、どこで治療を受けましたか。(例:現地の病院,学内の診療所)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり(治療を受けた場所:)
2)留学期間中、学内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:留学先大学の相談窓口,現地の友人等)
<input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり(問題の内容や相談した人等:)
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?
コペンハーゲンは治安がとても良いです。ただ、少し気を付けた方がよい場所やよくあるケースはデンマーク人の友達が教えてくれました。また、何か事件や特別な注意喚起等があれば、在留届とたびレジの登録で受信できる外務省のメールで情報が受け取れます。
4)携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。 (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。)
寮の Wi-Fi は問題無く使えました。Wi-Fi のあるお店はそんなに多くないイメージですが、現地の SIM カードの通信料が日本よりはるかに安くて大容量なので不便に感じたことは無かったです。
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。)
完全キャッシュレス社会なのでクレジットカードさえあれば問題無いです。VISA と mastercard で 2 枚、キャッシング可能なカードを持っていました。現地で銀行口座を開設すると mobilepay が使えるようになります。クラブのクロークやファミで極まれにクレジットカード非対応の場合があるので便利ですが、開設に時間がかかるので 1 年間滞在する人向け、無くても全然大丈夫です。
6)現地では調達できない日本から持っていくべき物があれば教えてください。
基本的に現地で何でも買えます。愛用品(ヘアケア、スキンケア、コスメ、文房具など)はできるだけ持っていければベストだと思います!高額ですがアジアマーケットで日本食も買えます。物価が高いので、持っていけるものはなるべくたくさん持っていくのがおすすめです。
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。)

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。
52.5 ECTS 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)履修登録の時期・方法及び履修制限	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前 <input checked="" type="checkbox"/> 出発後 <input type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input checked="" type="checkbox"/> オンライン <input type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> その他() ・履修の制限はありましたか?	
3)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):
DCC Danish Design	デンマークデザイン
科目設置学部・研究科	Faculty of Humanities SAXO-Institute - Archaeology, Ethnology, Greek & Latin, History
履修期間	春学期
単位数	15 ECTS
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	講義と遠足(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1 週間に 120 分が 1 回
担当教授	Courtney Coyne Jensen
授業内容	デザイン学の講義。世界的に愛されるデンマークの家具デザインをはじめ、雑貨、建築、街づくり、交通のデザインまで、design そのものをデンマークデザインの実例を元に広く学びます。
試験・課題など	毎授業軽めの論文がいくつか Reading 課題で、更に optional の文献もあります。通常の講義の他に excursion が 2 回ありました。期末課題として 10 枚程度のポートフォリオを作成しました。
感想を自由記入	留学生向けに開講される講義が DCC になります。ソフトパワーとして高く評価されるデンマークデザインはとても洗練されていて、デザインの本場であるデンマークの大学でデザイン学を学べたこと、本当に嬉しかったです。excursion ではデンマークブランドの老舗家具製造・販売の現場を見学、コペンハーゲンの街を歩いて講義で学んだパブリックデザインに直に触れました。とてもデンマークらしくて、得るものが多い素敵な授業でした。

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):
Cross-Cultural Aspects and Contexts of Danish Society	デンマーク社会の異文化的側面
科目設置学部・研究科	Faculty of Humanities Department of Cross-Cultural and Regional Studies
履修期間	春学期
単位数	15 ECTS
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	講義と遠足(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1 週間に 180 分が 2 回
担当教授	Vera Skvirskaja
授業内容	人類学をベースにデンマークの現代社会とその背景を考察する講義。ゲスト講師を招いてそれぞれ異なる観点からデンマーク社会を捉え、グループワークとプレゼンでアウトプットを行います。
試験・課題など	毎授業軽めの論文がいくつか Reading 課題になります。museum trip が 3 回ありました。期末課題は論文で、テーマと期間が指定されて文献と講義を元に 8 ページ程度で論述するものでした。
感想を自由記入	デンマークの Hygge、グリーンランド、マイリティ、イスラム教など現代社会に焦点をあてた講義でした。ゲスト講師による講義は面白かったのですが、グループワークとプレゼンを見るこの授業の担当教授が人類学者っぽくなく強い意見を持つ方で正直ハズレでした。museum trip ではコペンハーゲンの有名な美術館博物館に行けます。DCC とはまた異なる視点からデンマーク社会を考察する講義です、留学生が多く規模の大きい授業でした。

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):	
DCC Course in Danish Culture		デンマークの文化	
科目設置学部・研究科	Faculty of Humanities SAXO-Institute - Archaeology, Ethnology, Greek & Latin, History		
履修期間	秋学期		
単位数	7.5ECTS		
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	講義と遠足(チュートリアル,講義形式等)		
授業時間数	1週間に120分が1回		
担当教授	Peter Edelberg		
授業内容	デンマークの文化を広く紹介する講義。毎授業ゲスト講師を招いて、扱うテーマも異なります。		
試験・課題など	出席のみで7.5ECTSが貰えます。excursionが3回あります。		
感想を自由記入	留学生向けのDCC、中でも一番規模が大きくて人気の授業です。講義というよりはオリエンテーションの延長のような雰囲気、ゆるくデンマークの文化を教えてもらイメージです。テーマも歴史や文学から食文化、映画、都市開発まで幅広く様々な角度からデンマーク文化に触れていました。excursionではお城と美術館に行きます。ほとんどの留学生が取っていて、友達がとにかくたくさんできます!出席を満たせば7.5ECTSくるので、超おすすめの楽単です!		

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):	
DCC Sustainable Development of Denmark in the World		デンマークの持続可能な開発	
科目設置学部・研究科	Faculty of Humanities SAXO-Institute - Archaeology, Ethnology, Greek & Latin, History		
履修期間	秋学期		
単位数	15ECTS		
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	講義と遠足(チュートリアル,講義形式等)		
授業時間数	1週間に180分が2回		
担当教授	Bo Fritzboeger		
授業内容	主に理論的な側面からサステナビリティを考える講義。デンマークの開発に焦点を当てながら、サステナビリティ全般の概要や課題等も扱います。軽いディスカッションをしながらの講義です。		
試験・課題など	毎授業30ページ前後の教科書と論文のReadingがあります。excursionは3回ありました。期末課題は16~20ページの論文です。		
感想を自由記入	留学生向けのDCCですが、重めの授業でした。Readingが比較的重いうえに毎回の内容も濃く、環境系を専攻していない場合は毎授業準備しておかないと消化しきれないと思います。落とす学生も多く、期末課題の論文では800ページ分の文献のが求められる大変さでした。excursionでは村単位でエコな自給自足をを行う地域や下水処理場を見学訪問しました。サステナビリティを理論的に深く掘り下げるので、特に興味のある人向けですが学びが多く濃い授業でした。		

卒業後の進路について

1) 進路 ※3年生以下の方は今後の予定を記載してください(下記2以降は記入不要)
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2)進路決定の際に活用したウェブサイト,書籍,機関など
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,あるいは入社すると決定した企業の名前のみでも構いません) ※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。) ※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。
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,その進路を選択した理由と,留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

留学に関するタイムチャート

留学するまでの準備,試験勉強,留学中,留学後,特に留学に関連して発生した事項を記入して

ください。例:語学試験の勉強,選考,出願ビザ申請・取得,航空券購入,予防接種,滞在先の確保,留学中の中間試験,期末試験,その他イベント等

留学開始年の前年	1月~3月	(留学開始の前々年)10月中旬:TOEFL 10月下旬:学内選考出願 11月下旬:学内面接
	4月~7月	7月頃:秋出発プログラムの延期決定
	8月~9月	
	10月~12月	10月中旬:コロナワクチン1回目,application 10月下旬:UCPH 入学許可書が届く 11月中旬:コロナワクチン2回目。ビザ申請,寮の契約 12月中旬:航空券購入,海外保険加入
留学開始年	1月~3月	1月:パッキング 2月:コペンハーゲン到着,7日春学期スタート,Residence Permit (ST1)取得 3月:Residence Permit (ST3)申請.CPRnumberとNemID申請,Residence cardとyellow card取得
	4月~7月	4月:Residence Permit (ST3)取得 4月中旬:イスタ-休暇 5月末~6月初め:期末試験期間→夏休みスタート 6月下旬:寮の再契約 7月中旬:引っ越し
	8月~9月	9月初め:オリエンテーション,5日秋学期スタート
	10月~12月	10月中旬:秋休み 12月中旬~:期末試験期間
留学/帰国年	1月~3月	~1月初め:期末試験期間 1月:コロナワクチン3回目,日本帰国
	4月~7月	
	8月~9月	
	10月~12月	

留学体験記

この留学先を選んだ理由、留学生生活全般について、留学を志す後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。

高校時代に、「デンマークの社会福祉制度とワークライフバランス」について卒業論文を執筆しました。理想的なビジネススタイルと、高福祉高負担、男女平等観、盛んなボランティア・クラブ活動など、国民の高い幸福度につながる社会システムを知り、幸福度ランキング上位を占める北欧諸国のなかでも特にデンマークの Hygge なライフスタイルを経験したくてコペンハーゲン大学を選びました。また、世界的に有名なデンマークのデザインを現地の大学で学びたかったのも大きな理由の 1 つでした。

コペンハーゲンでの 1 年間は何よりも濃くて刺激に溢れた毎日で、本当に素敵な時間でした。知り合いが誰もいない国にたった 1 人で飛び込んで、いろんな場所に行き数えきれない出会いがあって知らないことがまだまだたくさんあって、ワクワクすることはばかりでした。よく「留学して良かったこと」を聞かれますが、留学中に自分自身にたくさん向き合えたこと、だと思えます。日本ではとにかくハードなスケジュールで考える暇も無い毎日でしたが、デンマークでは自分に使える時間がぐっと増えました。授業が週に全部で 3 コマしかなくて、夏は深夜まで外が明るくて、街の人は誰も急いでなくて、みんなが自分らしく生きていて。天気の良い日には広い芝生でピクニックしたり、自転車で少し遠くに行ってみたり、キャンパスのベンチで飲んで朝まで話して、寒い冬はキャンドルを灯して、ホームパーティーの準備をして友達をたくさん招待して、ストレスやプレッシャーなんてものはなくて、Hygge な毎日は忙しくも充実していた日本での自分の何百倍も自分らしくキラキラさせてくれる時間でした。こうしている時間が好きだとか、こういう人が好き、こういう場所が好き、みたいな、自分の内面に向き合う時間があって、新しいことばかりの環境で同時に知らなかった自分に気づけて、もっともっと自分を大切にできたしそれがすごく嬉しかったです。他にも、文字で表現しきれないですが、文献をあさって徹夜で論文を書いたし、大好きな北欧デザインにたくさん触れて学んで、ホステルのカフェでボランティアを試してみたり、美術館に通ってお気に入りの画家をみつけて彫刻に感動して、デンマーク人とデンマークらしく過ごして、旅行先で出会った人と友達になって SNS で繋がって、そこからまた更に新しい出会いがあったりと、自分のアクションがきっかけに起こった素敵な経験の連続でした。

留学に興味があるなら絶対に行くべきだと思います!行く前の不安とか準備の大変さとか全部消えちゃうぐらいに楽しくて、1 人でも留学を決めたこともですが、留学中も常にいろんなことにチャレンジしたからこそ、数えきれないぐらいの素敵な思い出と人とのつながりができて、あの時踏み出して良かったと何回も何回も思いました。

ワクワクすることを見つけたら、自分を主演に何でもチャレンジしてみてください!絶対に期待以上の留学になると思います!