

九州大学海外派遣留学生 最終報告書

- ※ 帰国後 15 日以内に提出してください。
- ※ 提出された情報は、海外留学HPに掲載します。(色のついた部分は掲載しません)

留学先大学名	ウプサラ大学 (国名:スウェーデン)	
留学先学部名(またはプログラム名)	交換留学	
留学期間	2009 年 8 月 ~ 2010 年 6 月	
学部/学府・年次	教育学部/学府	2 年次~ 3 年次
留学により卒業または修了が遅れる見込みの有無とその期間	有・無 (期間:)	
遅れる見込みの方はその理由を書いてください (NO.に○印をつける)	1. 4年次に留学したため 2. 単位が不足するため 3. 新卒で就職したいため	
	4. その他(具体的に記入)	
卒業を遅らせないためにどのような配慮や工夫をしましたか?		
進路の予定	1. 就職 (時期: 4月から / ()年 ()月から) 2. 大学院進学(大学 学府/研究科) 3. その他(具体的に:)	
前項で1と答えた方は、就活時期と方法を教えてください(予定を含む)		
就職先が決まっている方は、差し支えなければ就職先(企業名等)をお教えてください(統計資料として交換留学の広報に活用させていただきますが、個人を特定(推定)できる形での公表はしません。)		
進学先や就職先の選定に、留学経験が影響しましたか?		
留学経験は就職活動の際に役立ちましたか?		
1. 留学先大学について		

<p>授業(カリキュラム等)の概要について</p>	<p>私のとった授業はすべて 7.5 単位の授業でした。どの授業も一回の授業が 2, 3 時間で週 3 回程度でした。日本に比べると授業の時間数は少なく自由な時間は多いですが、読まなければならない文献等は多かったです。</p> <p>またプレゼンテーションやレポートも多いので、授業外での勉強には力を入れなければなりません。</p> <p>ただ、日本と違って学期の最後にいろんな授業のテストがかぶるということがないので、一つの授業のテスト、レポートにしっかり時間をかけてとりくめます。</p>
<p>留学先大学のサポート体制について (語学面／勉学面／精神面／住居・生活面など)</p>	<p>インターナショナルオフィスの人はとても親切で、授業や生活面でいろいろと助けてくれました。</p> <p>また教授と学生との距離がとても近く、きさくに話しかけてくれるので、勉強面で分からないことがあっても簡単に聞くことができます。</p> <p>教授とは別に学部ごとにコーディネーターがいるので、授業の登録、単位等については彼、彼女らに尋ねれば親切に応じてくれます。</p> <p>フログスタの寮については、ハウジングオフィスが寮内にあるので、もし何か問題があればすぐにコンタクトがとれます。</p> <p>セメスターが始まる前に大学やNationと呼ばれる学生団体が、いろいろと新入生向けの交流イベントをしています。それらに参加すると友達ができたり、大学についての情報をもらえたりするので活用するといいいと思います。</p>
<p>留学先大学に対する感想</p>	<p>ウプサラ大学はスウェーデンでもとても大きな大学の一つです。町自体、大学を中心に出来ているので、治安もよく、勉強に集中できる環境といえます。</p> <p>ウプサラ大学について私がなによりも驚いたのは、教授と学生の距離がとても近いことです。学生は教授のことを下の名前で呼ぶのが普通で、また一緒にお茶をしたりランチをしたりもしています。</p> <p>私もセメスターの終わりには教育学部の先生方にスウェーデン料理が食べられるレストランに連れていってもらったり、先生の自宅の庭で持ち寄りパーティーをしたりしました。教授と生徒の距離が近いと質問などもしやすくとてもよかったです。</p> <p>またテストについては、日本のように学期の最後にまとめてやることは少なく、一つの授業が 1 カ月、2 カ月単位であることが多いので、その授業が終わるごとにテストをすることになります。一つの科目に集中して取り組めるので、しっかりと身に入るような気がしました。</p>

<p>同じ大学への留学を希望する人たちへのアドバイス</p>	<p>ウプサラは、勉強にも集中でき、ゆっくりとした時間の流れも楽しめるすてきな町です。大学の教授を含め、町の人が多くが親切で、暮らしていてとても心地よい町なので是非ウプサラ大学でべんきょうできるよう、頑張ってください。すごくおすすめの大学、町です。</p>
--------------------------------	--

2. 事前手続き(ビザ申請など)

<p>ビザの種類</p>	<p>居住許可</p>
<p>ビザ申請先</p>	<p>スウェーデン大使館</p>
<p>必要書類、手続き方法</p>	<p>必要書類: 申請書・写真・パスポート原本とそのコピー・留学先大学の入学許可書のコピー・預金残高証明書・海外旅行保険の加入を証明する書類のコピー返信用レターパック</p>
<p>手続きに要した時間</p>	<p>私は書類を提出してから居住許可をもらうまで 3 週間程度でした。ただ時期や人によって差があるそうなので早めにしておいた方がいいと思います。</p>
<p>その他必要な事前手続き</p>	

3. 日常生活

<p>日常生活の概要、感想</p>	<p>まず、スウェーデン語についてですが、ほとんど心配する必要はありません。スーパー、駅、バスの運転手、中高生に至るまで多くの人が英語を流暢に話せます。たまにお年をめした方や移民の人などで、あまり英語を話せない人に会うこともありますが、まれですし、英語だけで十分に生活ができます。</p> <p>よく、北欧は物価が高いと言われますが、私は日本と比べてそこまで高くはないと感じました。ただ、外食は確かに高いので、基本的に自炊をしていました。お水は水道水が飲めるので買う必要はありませんでした。</p>
<p>生活費(月額)及びおおよその内訳(円換算で)</p>	<p>生活費計 80000 円/月</p> <p>(生活費内訳)住居費: 35000 円、光熱水料: 0 円、通学費: 1000 円、食費: 30000 円、電話代: 500 円、インターネット代: 0 円、書籍代: 3000 円 その他:(具体的に)</p> <p>学費・寮費以外に大学へ納入するもの(あれば) 円 (徴収された費用の名目を具体的に:)</p>
<p>日本から持参した方がよいもの(PCや変圧器等の要不要も)</p>	<p>パソコンは持参した方がいいです。学校や図書館などのパソコンでは日本語を見ることができない場合もあります。</p> <p>コンセントの変換プラグも必要です。</p> <p>私が日本から持っていった電化製品には変圧器は必要ありませんでした。</p>
<p>これから留学する人への、日常生活(治安対策を含め)に関するアドバイス</p>	<p>ウプサラの治安はとてもいいです。</p> <p>夜出歩いても、危険な目にあうことはないとおもいます。</p> <p>安全すぎて平和ぼけになるくらいなので、他のヨーロッパの国に行くときには注意しなければなりません。</p>
<p>お金の管理や受け取り(銀行口座開設や海外送金、またはクレジットカード持参など)について、貴方の留学先国で最も適当な方法を教えてください。</p>	<p>スウェーデンはカード社会なのでどこでもクレジットカードが使えます。また航空券やホテルなどの予約にもカードを使うことが多いのでクレジットカードは1枚か2枚持っておいた方がいいです。</p> <p>またキャッシュについては、私は新生銀行のカードで引き出しをしていました。だいたいATMで使えるし、手数料がかからないのでおすすめです。</p> <p>日本円からスウェーデンクローナにキャッシュで両替するのが一番レートが悪いと聞いたので、日本円はそんなに持っていなくてもいいと思います。</p>

4. 住居、生活環境	
住居の種類(○印をつける)	○寮 ・ホームステイ ・民間アパート ・その他()
住所／電話番号	フログスタ
費用(月額)	3000SEK
どのようにして見つけたか	国際部から送られてきた交換留学生用の寮のリストから見つけました。
次期留学生に推薦できるかどうか、およびその理由。	推薦できます。町の中心からは少し離れているのですが、ウプサラにある寮の中で一番大きな寮で、交換留学生の数も多く、とてもにぎやかな寮です。スウェーデン人も住んでいるので、現地の人とも仲良くなれます。 キッチン共有ですが、トイレ、シャワーは個別の部屋についています。 週末はパーティー等もよくあるので、静かな環境の方がいいという方には夜は少しうるさいかもしれません。
留学生を送る上で次期留学生に伝えたい地域情報、生活情報	ストックホルムによく行く人はウプサラスウェーデン間のバスの10回券を買うことをおすすめします。フログスタからバスが出ていることもあるので、とても便利で電車よりも安いです。

5. 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト		
サイト名	URL	コメント
ウプサラ大学 スウェーデン 大使館	http://www.uu.se/en/ http://www.swedenabroad.com/	ウプサラ大学の公式ウェブサイトの英語版です。居住許可をとるときの情報があります。
スウェーデン で学ぶ留学生 の blog	http://goteborg.seesaa.net/category/1611795-1.html	イエーテボリ大学に留学していた人のブログです。居住許可の申請の時に利用しました。

6. その他の特記事項