

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)	International Exchange Program	
留学期間	2012 年 8 月 ~ 2013 年 6 月	
学部/学府・年次	人間環境 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	<input checked="" type="radio"/> 有 ・ 無 (期間: 1 年間)	
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) 修士 2 年次に留学したため。	
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と答えの方は、就活時期と方法を教えてください(予定を含む)	自分の専門分野で働く知り合いを中心に、職場の紹介を依頼する。	
進学先や就職先の選定に、留学経験が影響しましたか?	はい。	
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		
授業(カリキュラム等)の概要について	ウプサラ大学では、各学部において交換留学生用の英語でのコースが開設されている。私が主に授業を受講した教育学部と政治学部では、英語でスウェーデンの政治や教育が学べるものであった。コースの期間中数回のレポートが課せられるが、レポートは教員のみならず学生同士も読み合い、質疑応答を行う。また、power point 等を使用したプレゼンテーションも盛んである。教員も、授業中にインターネットや power point といったパソコンツールを使用することが多い。 このように、英語だけでも学生生活に困ることはないが、日常生活においてスウェーデン語を読むことができると便利である。そのため、交換留学生用のスウェーデン語コースが開講されている。また、英語力を向上させたい交換留学生のために、英語でのライティングやスピーキングを練習する授業も開設されている。	

<p>留学先大学のサポート体制について (語学面／勉強面／精神面／住居・生活面など)</p>	<p>語学面については、前述したとおり。international office のコーディネーターと各学部の留学生用プログラム担当教員が、交換留学生の受け入れを担当している。こうした人たちに、留学生は電話や email など、随時質問・相談をすることができる。寮に住めば、同じ寮に住むコリドーメイトたちが、生活面・精神面のサポーターとなってくれることが多い。</p>
<p>留学先大学に対する感想</p>	<p>留学生の受け入れに慣れているという印象がある。英語を第2言語とする学生の扱いに、スウェーデン人学生、教員、事務職員だれもが慣れているため、つたない英語であっても躊躇することはない。ウプサラ市は学生都市であるため、一般市民もこうした留学生に慣れている。とにかく伝えることを怠らなければ、生活していくことができる。</p>

<p>同じ大学への留学を希望する人々へのアドバイス</p>	<p>ウプサラは、英語を第 2 言語とする英語力不足の学生にとって、住みやすい町であり、英語力をアップさせるのに適した場だと思われる。冬場の凌ぎ方が気になる場所かもしれないが、そう恐れることはない。確かにスウェーデンの冬は長く、寒さも厳しいが、室内は古い建物であっても快適である。さらに、スウェーデンの冬物衣料は防寒に優れており、ひきこもる必要はなく、外出も可能である。問題になりがちなのは、寒さよりも暗さである。しかし、室内で過ごす時間がやはり増える分、友達と一緒に食事を作ったり雑談したりする時間が増える。冬と一緒に超すことで、友達との関係が深まると言ってい</p>
-------------------------------	---

2. 事前手続き(ビザ申請など)

<p>ビザの種類</p>	<p>学生ビザ</p>
<p>ビザ申請先</p>	<p>Swedish Migration Board</p>
<p>必要書類、手続き方法</p>	<p>Migration Board のHPにて必要書類をダウンロード。それらをすべてスキャンして送信。インターネット上ですべて完了。</p>
<p>手続きに要した時間</p>	<p>3週間程度</p>
<p>その他必要な事前手続き</p>	<p>海外長期滞在用保険への加入。</p>

3. 日常生活	
日常生活の概要、感想	<p>学生寮と Nation という学生組織(日本で言う県人会のようなもの。13 個ある。)での生活が大半を占める。とりわけ、飲食サービス、アルコール飲料の価格が高いため、それらを一般市場の半値程度の価格で提供する Nation に学生たちは集う。Nation は、レストラン・カフェ・パブ・クラブを備えており、すべて学生の手で運営されている。収入はほとんどないが、Nation でアルバイトをすることもできる。ということで、学生たちは Nation に集い、雑談し、勉強し、食事をし、音楽・ダンスを楽しむ。ぜひ、Nation に加入することをおすすめする。</p>
生活費(月額)及びおおよその内訳(円換算で)	<p>生活費計 70000 円/月</p> <p>(生活費内訳) 住居費・光熱水料・インターネット代: 35000 円、通学費: (冬場のみ。)2000 円、食費:5000 円、書籍代: 5000 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>
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>変圧器は不要との説もあるが、私は万が一のため持参し、常に使用していた。コンセント変換アダプターは必要。</p> <p>インターネットのケーブル。寮で Wifi は基本的に使えないため。</p> <p>水着。スウェーデンの夏に不要! と思いきや、特に冬場にサウナを楽しむためにあると便利。</p> <p>ヒートテック。寒波大国スウェーデンですら見かけない。これぞ日本の大発明。</p> <p>ドレスまたはスーツ等、フォーマルな洋服一式。年に数回、Nation 等で開かれる、Gasque や Var と呼ばれるフォーマルなパーティーに参加(もちろん任意)するために必要。</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>日本よりも野菜・果物の種類が限られているので、料理のバリエーションが少なくなる。</p> <p>学生は、自分で弁当を作って登校するのが主流。料理ができない人は練習が必要?</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>日本のネットバンクに口座を作った。それに加え、スウェーデンに半年以上滞在する場合は、スウェーデンの銀行に口座を持つことができる。私は nordia という銀行に口座を開設し、家賃等をインターネットで支払っていた。日本から持参したクレジットカードを使うとSEKから円への変換費がかかるが、nordia のクレジットカードを持つことでこうした状況を避けた。</p>
---	---

4. 住居、生活環境

<p>住居の種類(○印をつける)</p>	<p>・<input checked="" type="radio"/> ・ホームステイ ・民間アパート ・その他()</p>
<p>住所／電話番号</p>	<p>Sernanders vag 8-733, 752 61Uppsala, Sweden</p>
<p>費用(月額)</p>	<p>3350SEK</p>
<p>どのようにして見つめたか</p>	<p>ウプサラ大が寮を管理する housing office を紹介してくれ、そこを通じて数個の寮の中から選択した。</p>
<p>次期留学生に推薦できるかどうか、およびその理由。</p>	<p>私が住んでいたフログスタという寮は、ウプサラ大の大半の学生が住む地域。したがって、友達と行き来がしやすい。また、最寄りのスーパーは安値であり、学生が住むのに適していると思う。</p>
<p>留学生活を送る上で次期留学生に伝えたい地域情報、生活情報</p>	<p>交通費が日本に比べて高いので、自転車を持つとよい。自転車はなぜかとても高額なので、中古の自転車屋で購入することをオススメする。</p>

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
------	-----	------

Swedish Migration Board	http:// www.migrationsverket.se/ info/start_en.html	
-------------------------------	---	--

6. その他の特記事項

--