

交換留学(派遣) 帰国報告書

皆さんが無事留学を終えられたことを嬉しく思います。本報告書は以下の目的のために使用されます。
① 皆さんの留学に関する状況を把握するための資料です。
② 今後、交換留学プログラムを改善するための重要な資料となります。
③ 留学を考えている後輩達のための有益な資料となります。留学経験を共有するために、ぜひご協力ください。

本報告書は帰国後、1ヶ月以内に写真データと一緒にメールで提出してください。



あなたの情報(本報告書を閲覧する際には、あなたの氏名、学籍番号、メールアドレスは公開されません)	
留学先大学:	ヨーテボリ大学
留学先での所属学部・研究科:	経営学部
留学先での在籍身分:	交換留学生
留学期間:	2025年8月21日～2026年6月15日
神戸大学での所属学部/研究科:	経営学部
学年(出発時):	3年
帰国日:	2026年6月15日
本報告書記入日:	2026/8/7

1. 留学先大学について		
1-1	受入許可書 (Acceptance Letter) を貰えた日	4月 25日
	参加必須のオリエンテーション日	8 月 26 日
	学期:	① 9月 1日～ 1月 13 日
		② 1月 19 日～ 5月 22 日
		③ 月 日～ 月 日
④ 月 日～ 月 日		
1-2	留学先大学の特長、人気のある分野等について記入ください。	人文学を学んでいる日本人が多かった
1-3	留学先大学のサポートについて記入ください。	
	語学面でのサポート:	スウェーデン語の無料の授業が開講されている。英語については特になし。
	勉学面でのサポート:	
	精神面でのサポート:	
	住居・生活面でのサポート:	
1-4	課外活動のサポート:	大学生用の割引があり、課外活動を安くできる。
	近況報告書提出後に、履修した授業について記入してください。	クリックで別シートへ

2. 住居について		
2-1	住居についてアドバイスを含め自由に記入してください。(気を付けること等)	住居選択が始まると人気の寮はすぐに埋まってしまうため、申し込みが開始するとすぐに申し込んだ方がよい。

3. 生活について

3-1	インターネット接続環境について	
	住居内のインターネット接続可否、プロバイダー、料金等について記入してください。	住居内のインターネット接続可能。料金はかからないが、ルーターが部屋に元々あるかどうかは部屋によって異なる。
	大学内のインターネット接続可否(wi-fi)等について記入してください。	大学のWIFIはかなり質が良い。町中にいても大学のWIFIがつながることがあった。
3-2	医療について	
	留学中に病院に通いましたか。医療費等について記入してください。また、健康管理や衛生面について特に注意すべき点について教えてください。	通っていない。冬は日照時間が短く、憂鬱な気分になるのでビタミンDを必ず飲み、人と交流するべき。
3-3	銀行口座等について	
	留学先でお金を引き出す為にどんな準備・手続きをしましたか。(現地口座開設、キャッシュパスポート等)	特に準備はしていない。1年以上スウェーデンにすまないと銀行口座は開設できないため、口座開設もしていない

4. 経費について(奨学金、留学費用)			
4-1	奨学金を受給していた場合、奨学金名(財団名等):	JASSO	
	支給額(円/月):	11万円	
	その他(渡航費等の支給):	1万円	
4-2	留学期間を通して必要だった費用を記入してください。(概算で結構ですので、円価で記入してください。)		
	航空運賃:	往復35万円	
	住居費:	(月額) 75,000 円 × (留学月数) 10 ヲ月 =	750,000 円
	食費:	(月額) 25,000 円 × (留学月数) 10 ヲ月 =	250,000 円
	保険料:	10万	円
	旅行:	100万	円
	その他:	50万	円
	合計(留学期間全体の費用):	約300万円	

5. 異文化体験について

5-1	留学先の文化・社会(習慣の違い等)について記入してください。	パーティ文化でよくパーティが開催されていた。
	大学外の現地の人々と、どの程度コンタクトを持ちましたか。	寮に住んでいる人がほかの大学の人が多かったため交流はかなりしていた。
	課外活動(ボランティア、インターンシップ、アルバイト等)はしましたか。	していない。
	留学先の「町」についてコメントがあれば、記入してください。(安全性、外国人への態度等)	安全性は非常に高く、夜に一人で歩いていても危険を感じたことはない

6. 就職活動について

6-1	留学期間中に就職活動をしましたか。就職活動をした場合、どんなことをしたか教えてください。	最後の2か月ほどで少し行っていた。自己分析やインターンへの応募、GDの練習を主に行っていた。
-----	--	--

7. アドバイス、振り返り

7-1	現地で参考となった留学先国の情報(出版物、ホームページ)を記入してください。	KIBER Programのホームページ
7-2	現地では手に入らない物、日本から持参すると良いと思われるものがあれば、記入してください。	日本の調味料。アジアスーパーで購入することが出来るが、かなり高価なため。
7-3	留学することによって得られたことについて記入してください。(語学力の向上、キャリアパスの明確化、異文化理解等)	語学力の向上、異文化適応力、行動力、コミュニケーション能力
	語学力について、差し支えの無い範囲で、留学前と帰国後の客観的な指標を教えてください。	留学前:(IELTS) 7.0 点 → 帰国後:() 点
7-4	振り返ってみて、何が最大のトラブルでしたか。	出発の際に居住許可証を忘れてしまい、入国できるか行の飛行機でずっと心配していたこと。
7-5	留学前、留学期間を通じて、神戸大学のあなたへのサポートは適切でしたか。神戸大学への要望があれば記入してください。	適切であった。
7-6	本留学プログラムを後輩に薦めますか。薦める場合・薦めない場合ともに、理由を記入してください。	薦める。日本にいる間に英語での授業やプレゼンをこなし、それらに慣れた状態で留学を迎えることが出来るため、普通の交換留学に比べて密度が高くなると感じているから
7-7	留学全体を振り返って、以下の質問に答えください。	(5段階評価、5が最も高い評価、1が最も低い評価)
	・留学先大学の授業の「質」(内容、レベル等)に満足しましたか	4
	・留学先大学の学生サービスに満足しましたか	4
	・留学先の住み心地(安全性等)に満足しましたか	5
	・住居の「質」(広さ、料金等)に満足しましたか	5
	・全体として留学に係る費用は安かったと思い、満足しましたか	4
	・神戸大学の留学に係るサポートに満足しましたか	5
	・留学全体の総合的な評価	5

8. その他感想、後輩へのメッセージ等を自由に記載してください。(800字～)

留学を通してヨーテボリを留学先に選んでよかったと心から感じている。理由としては2つあり、1つ目として交流の場が多くあり友達を作りやすいという点だ。留学開始のタイミングで大学や、学生団体が多くの歓迎イベントを開催してくれて現地に行ったらすぐに交流の場が用意されていた。また自分が住んでいた寮には交流する場所がいくつもあり、カードゲームをしたり、バレーや卓球などのスポーツをしてよく友達と交流していた。大学の授業自体はそこまで忙しくなく、フリータイムが多かったためこのような交流の場が多くあることは非常に魅力的であった。実際にできた友達のほとんどは大学の子ではなく、このような交流を通じてできた友達であった。また、ヨーテボリには日本人の留学生が多くおり、留学中に落ち込んだり英語に少し疲れたときには日本語でしゃべることが出来る相手がいるということは非常に心強かったと感じている。帰国後も日本人との交流は続いており、東京の友達がたくさんできてうれしく思っている。

2つ目として、居住環境の良さを挙げる。学生が多く住んでいる町ということで治安が良く危険を感じたことは特になく安全な環境であったと感じている。また、空港がバスで30分ほどの場所にあり、旅行がしやすい環境でもあったと感じている。ヨーロッパにいたからには多くの国へ旅行をしたいと考えていたためこの点も非常に魅力的であった。また、寮の近くに非常に大きなジムがあり、週5くらいの頻度でここに通っていた。留学中はかなり筋トレに力を入れていたため近くに大きなジムがあることは非常に良かった。友達とジムに行ったり、ジムで交流することもあった。とてもマッチョなスウェーデン人に筋肉を誉められたときは留学史上一番うれしかった。

留学中は楽しいことばかりではなく、時にはつらいこともあると思うが、もちろん楽しいことも多くあり、日本ではできない経験が出来て、人として成長することが出来る絶好の機会だと感じているので迷っているならば、ぜひ留学をするという選択肢をとってほしいと感じています。

9. 留学経験の共有について		
9-1	あなたの報告書の一部を引用して、本学の印刷物やウェブサイトに掲載することに同意しますか？	はい
9-2	あなたの写真を本学の印刷物やホームページに掲載することに同意しますか？	はい
9-3	学部のウェブサイトに報告書を記載します。留学を検討している経営学部生があなたに連絡を取る事に同意しますか？	はい

ご協力ありがとうございました。本報告書は大変有益な資料になります。

1-4 近況報告書提出後に、履修した授業について記入してください。

No.	コース名	教授名	時間数 ／週	留学先 での単 位数	授業で の使用 言語	履修し ている 学生数	予習、復習、テスト等の成績評価 についてアドバイスも含めて教え てください
1	Growth and welfare in a historical perspective	Anna Missiaia	6	7.5	English	40	presentationとグループワークのみで評価され、最終テストがなかったため比較的簡単に単位が取れた
2	Macroeconomics	Josaph Vecci	8	6	English	80	経済に関する授業でテスト100%評価のためスライドを用いてテスト期間に勉強すれば単位は取れる
3	Financial Economics	Henrik Petori	8	6	English	80	これも同じようにテスト100%なのでしっかり勉強すれば単位は取れる
4	Introduction to Commercial law	Abhinayan Basu Bal	8	3	English	80	2週間で2回のグループプレゼン、最終テストがありかなりハードであった。2週間しかないのでテストは簡単
5							
6							
7							
8							
9							
10							

・授業(カリキュラム等)について クラスのサイズ、成績評価、現地学生の取り組み等

基本的にほとんどの授業でグループワークやグループプレゼンがあり、学生と授業で交流する機会は多いと感じている。一方で、生徒のモチベーションには差があり、思っていたようなグループワークが出来なかったこともあった。成績評価は日本に比べて甘いと感じる。万が一落としてしまっても、再試を何度も受けることが出来るため、単位は取りやすい。