

## 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、写真データと共にメール送信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)

氏名:	
学籍番号	
メールアドレス:	
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・経済・法学部
留学先での在籍身分:	学部生
留学期間:	2019年8月～2020年3月(途中帰国)
神戸大学での所属学部/研究科:	経営学部
学年(出発時):	0003年
帰国日・オンライン授業終了日:	帰国日: 2020年3月21日      オンライン授業終了日:
本報告書記入日:	2020/8/27

## 1. 留学先大学について

1-1	学年開始月日:	Sep2日
	学年終了月日:	2020/6/7
1-1	学期:	① 9月 2日～ 10月 2日
		② 10月 3日～ 11月 4日
		③ 11月 5日～ 12月 5日
		④ 12月 6日～ 1月 19日
		⑤ 1月 20日～ 2月 20日
		⑥ 2月 21日～ 3月 25日
		⑦ 3月 26日～ 4月 30日
		⑧ 5月 1日～ 6月 7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。	8学部57学科からなる総合大学で、特にビジネス学部・芸術学部・医学部が人気。
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:	スウェーデン語の講義が無料で受講できます。レベルは3段階に分かれています。
	勉学面でのサポート:	図書館にある自習室やグループ会議室を自由に使うことができます。オンラインで本を借りることができます。
	精神面でのサポート:	学内に学生相談室があり、心理カウンセラーの方が常駐しています。10月ごろに、北欧特有の「冬季鬱」についての学習会がありました(任意参加)。
	住居・生活面でのサポート:	豊富な種類の学生寮があります。SIMカードが無料でもらえます。
	課外活動のサポート:	日本人留学生限定で、日本にゆかりのあるスウェーデン人の小学生を対象とした「日本人補習校」での講師ボランティアのお誘いがあります。
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。	Economic Integration and Regional Competiveness
1-5	神戸大学の所属学部・研究科にて「単位認定」を申請する予定ですか?	はい

## 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)	学生寮の種類が豊富で、それぞれに特徴があるので、事前にホームページから詳細(家賃、場所、家具の有無、キッチンの形態、施設等)を調べておくことをお勧めします。申し込み時はサイトが混み合うので、時間ちょうどにアクセスできるように準備しておくこともお勧めします。
-----	--------------------------------------	--

## 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。 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。	インターネット接続可、料金無料(家賃に含まれている) 大学には無料wi-fiが飛んでいます。
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。	病院に行ったことがないので医療費はわかりません。ヨーテボリ大学の無料の傷害保険に自動加入させられるので、何かあっても、高額なお金がかかることはないと思います。衛生面は特に問題ありませんが、冬になると極端に日照時間が短くなり、鬱になりやすくなるので注意が必要です。
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)	現地では開設できません。日本の口座を使用しました。

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):	みずほ国際交流奨学財団
	支給額(円/月):	100,000円/月
	その他(渡航費等の支給):	渡航費全額支給
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 130,000円
	住居費:	(月額) 55,000円 × (留学月数) 7ヵ月 = 385,000円
	食費:	(月額) 30,000円 × (留学月数) 7ヵ月 = 210,000円
	保険料:	70,000円
	その他:	300,000円
	合計(留学期間全体の費用):	900,000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。	全体的に物価が高く、外食するとかなりお金がかかります。
	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。	市のイベントやバーで知り合った6人程度と友人になった。
	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。	日本にゆかりのあるスウェーデン人の小学生を対象とした「日本人補習校」での講師ボランティア
	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)	スリなどもなく治安は良いですが、たまに物乞いを見かけたので注意が必要です。様々な国籍の人が住んでいるので、人種差別などはありません。
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。	していません
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。	
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。	ほとんどのものは現地で手に入ります。が、その中でも持参すべきものは次の通りです。レトルトの食べ物、日本の調味料、ベッドシーツや枕
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、かけがえのない友人との出会い、キャリアパスの明確化、勉強への意欲
	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:( ) 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。	パリでスリにあったこと。財布をすられましたが、大声で叫んで取り返すことができました。
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。	
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。	薦めます。事前に海外での学習スタイルに慣れることができるので、現地でギャップに苦しむことはありません。
7-7	留学全体を振り返って、以下の質問に答えてください。 (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	5
	・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	5
	・神戸大学の留学に係るサポートに満足しましたか	4
・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～)

【留学生活の振り返り・感想】

ヨーテボリでの生活を通して、日本にいた頃と大きく変わったと感じるのは、時間の使い方です。日本で生活していた頃は、心に余裕がなく、いつも授業、課題、部活、アルバイト、就活、留学準備と、何かに追われているような気持ちで生活していました。しかし、ヨーテボリに来てからは、時間がゆったり流れているように感じていました。授業が終わった後は、クラスの友人とfika(スウェーデンのお茶をする文化)がてら、授業の復習や様々なトピックに関するディスカッションをしたり、食事の際には友人と一緒に料理を作ったり、他にもアイスホッケー観戦や美術館に行ったり、授業の合間をぬって旅行に行ったり…。行動一つ一つにゆとりとメリハリのある生活をしていました。友人とは、よく鍋を作って食べていました。ヨーロッパの学生にボン酢が好評で、みんな美味しく食べてくれました。また友人とは、お寿司屋さんで寿司も頻りに食べていました。ヨーテボリは港町ということもあり、漁業が盛んで、いたるところにお寿司屋さんを見かけました。1月には、友人らが私の誕生日パーティーを開いてくれました。みなさん各々の国の料理を振舞ってくれました。トルコのbaklavaというパイがとても美味しく印象的でした。

2月後半から新型コロナウイルスの流行によって生活が大きく変わりました。多くの友人が母国へ緊急帰国したり、大学の講義がオンラインに切り替わった影響で、友人との交流が少なくなりました。また、薬局で私だけ消毒液を売ってもらえなかったり、道中で「コロナ!」と罵声を浴びせられたりと、初めて人種差別的な経験をしました。最初はショックでしたが、今となっては、むしろ貴重な経験ができてよかったと思っています。上記のようなこともあり、3月下旬の帰国に至るまでは、同じ寮に住むアジア人学生と共に時間を過ごしていました。それまで日本人との交流を避けていた私にとって、この期間は日本人の新しい友人を作ることのできる新鮮なものとなりました。

ヨーテボリ大学での授業について、初めての授業では、教授の話すスピードの速さ、日々のリーディング・ライティング課題の多さ、周囲の生徒の発言力の高さに圧倒されて、いつも縮こまっていた。しかし、ある日、教授に発言を褒められたことをきっかけに自信が持てるようになり、だんだんと授業に積極的に参加するようになっていきました。帰国する頃には、レクチャーについていけるようになり、ディスカッションにも物怖じせずに参加できるようになりました。今までで一番印象に残っている授業は、The Swedish Model and Equalityという、スウェーデンの社会保障制度や労働市場におけるジェンダーギャップについて学ぶ授業です。この授業はとにかく課題の量が多く、毎週50ページ程度のリーディングとそれに関するレポート、そしてそれに関するディスカッションを行うセミナーがありました。とても大変でしたが、特にセミナーは、日本人として日本の福祉制度について意見を発表したり、様々な国から来ている留学生の意見を聞くことができたので、日本の諸制度について俯瞰して考える良い機会となっていました。また、最終課題として、テーマ自由のレポート課題が課されたのですが、私はテーマを「日本とスウェーデンの失業と失業保険の比較」に設定し、私史上最長となる12,000wordsのレポートを書きました。こちらもまた大変でしたが、失業保険についての基礎的な学習ができた上に、レポートの書き方(文献の探し方や引用の仕方等)を一から学ぶことができて、とてもタメになる授業だったと思っています。

留学期間中に11カ国を訪れることができました。テレビや教科書でしか見たことなかった世界遺産や美術品を生で見ることができて、心から感動しました。旅行中の出来事で最も記憶に残っているのは、パリでスリの被害に遭ったことです。シャンゼリゼ通りを歩いていた際、急に2人の女性が私の肩を掴んで何かを叫び出し、その隙にジャンパーの中に隠していたウェストポーチから私の財布を取り出して逃げました。しかしすぐに私が大声で「What are you doing?」と叫ぶと、2人の女性は、周囲の人間に自分たちがスリだとバレたくなかったのか、財布を捨てたふりをして私に返しにきました。小銭が少しなくなりましたが、カードやお札は無事でした。私のあの時の行動が正しかったのかわかりませんが、財布を取り返すことができて良かったです。また、海外においてはどんな状況下でも油断してはいけないと、改めて実感しました。

【後輩へのメッセージ】

留学先ではたくさん素敵な出会いと学びが待っていることと思います。何事も、チャンスを逃さないよう、積極的に行動して体験してください。

9. 留学経験の共有について

あなた自身の写真や大学キャンパス等の写真があれば、ぜひ報告書と共にGEMsにアップロードしてください！

9-1	神戸大学では所属学部・研究科教務係及び国際交流課にて、留学を考えている学生等のために報告書を閲覧できるように保管します。あなたは、本報告書を閲覧資料とすることに同意しますか？(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。) ※閲覧資料にすることに同意しない場合でも、あなたの近況等を把握するため及び本プログラムの改善のために学内関係部署に転送することがあります。	はい
9-2	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
9-3	もし写真を提出する場合、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
9-4	もし写真を提出する場合、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
9-5	国際教育総合センターが実施する「海外留学フェア」にご協力いただけますか。(留学体験の発表等) ※可能な場合、後日連絡することがあります。	はい
9-6	もしあなたと同じ大学(国)に留学する神戸大学の学生があなたと連絡を取りたい場合、あなたのメールアドレスを学生に伝えることに同意しますか？	はい
	同意する場合、連絡可能なメールアドレス:	

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。