

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:	Norwegian School of Economics
留学先での所属学部・研究科:	留学生
留学先での在籍身分:	Bachelor
留学期間:	10ヵ月
神戸大学での所属学部/研究科:	経営学部
学年(出発時):	3年次
帰国日:	6月19日
本報告書記入日:	7月12日

1. 留学先大学について

1-1	受入許可書(Acceptance Letter)を貰えた日	5月 6日	
	参加必須のオリエンテーション日	8月 16日	
	学期:	①	8月 15日～ 12月 20日
		②	1月 9日～ 6月 16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。	ビジネススクールであるため、経営学や経済学全般に強い	
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:	履修しませんでした、ノルウェー語のクラスがあります	
	勉学面でのサポート:	自習室やミーティングスペースが夜遅くまで利用可能	
	精神面でのサポート:	Sammenという団体のサポートがあります	
	住居・生活面でのサポート:	Sammenによって寮の斡旋をしてもらえます	
	課外活動のサポート:		

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)	NHHすぐそばのHattebergという大型の学生寮に住んでいました。シャワー・トイレ付きの一人部屋で、キッチンが6～7人での共有でした。寮内にはランドリールームや自習スペースなどもあります。寮自体は、大学やスーパー、バス停からいざれも徒歩5分程度でもとても便利でした。キッチンによるかもしれませんが、元から鍋や皿など調理用具がキッチンに置いてあったので新しく買う必要はほぼありませんでした。ただ、共有スペースでは盗難や無断使用等が起こることもあったので、私物を持ち出す際は注意が必要だと思います。
-----	--------------------------------------	---

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。	各部屋専用のWi-Fiあり
	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。	大学専用のWi-Fiあり
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。	ノルウェー国外にいた際に、現地の病院に行きました。診察料は、OSSMAの提携外病院だったので現地で一旦支払う形になったものの、帰国後に請求することができます。ただし、診断書や処方箋の原本と支払い分の領収書を受け取っておかないと、請求はできなくなります。医療福祉が充実した国だと言われますが、日本のようにすぐ病院に行けるアクセスの良さはないように思います。深刻な状態にならない限りは、病院に行かずに自力で治そうとする傾向があるようでした。そのため、様々な症状に対応できるように医薬品の準備をしておくのがいいかと思います。
3-3	銀行口座等について	ノルウェーはキャッシュレス化が非常に進んでいるため、現金が必要な場面はほぼありませんでした。ノルウェーの銀行口座を作るには、BANKIDと呼ばれる番号が必要で、この番号を入手するための手続きにかなりの時間と労力を要しました。(おそらく外国人であるためだと思われます) 一度入手すれば、vippsというノルウェーの国民的決済アプリを利用できたり、その他の手続きにも使えるといったメリットはありますが、日本のクレジットカードに問題がなければ作らなくてもいいと思います。
	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)	基本的に日本のクレジットカードで生活していました。

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):	JASSO海外留学支援制度奨学金
	支給額(円/月):	8万円/月
	その他(渡航費等の支給):	なし
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:	片道15万円
	住居費:	(月額) 6万5000円 × (留学期数) 10ヵ月 = 65万 円
	食費:	(月額) 4万円 × (留学期数) 10ヵ月 = 40万 円
	保険料:	円
	その他:	60-70万 円
	合計(留学期間全体の費用):	200万円

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。	<p>【地域の特徴】ベルゲンはノルウェー第二の都市であり、フィヨルドに面した美しい街です。ノルウェー内でみても治安は良いほうだと思います。水が綺麗な軟水なので、ヨーロッパでは珍しく水道水を直接飲むことができます。</p> <p>【人々について】シャイな人が多いですが、差別に遭遇することはほぼなく、親切な人が多い印象でした。厳しい風土のためか、衣食に対するこだわりは総じて無さそうでした。</p> <p>【社会・文化について】町全体が山と海に囲まれていることもあって、ハイキングや海水浴がとても人気です。ただ、自然に全力を尽くしている国なので、アウトドア以外で出かける場所は少なめでした。特に冬場は出かけにくいので、他のヨーロッパの国々を巡る人もわりといました。ノルウェーは非EU圏ですが、ノルウェーの学生は例外的にEU圏の学生と同じ扱いをされるため、フランスやイタリアといったEU圏にある博物館・美術館などの文化施設の多くを無料で見学できる利点もあります。</p>
	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。	基本的に大学や寮の友達と過ごすことが多かったです。
	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。	なし
	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)	<p>【安全面】日本と遜色なく、ヨーロッパ全体で見ても非常に治安のいい地域だと思います。夜でも寮や大学のエリアは落ち着いていて、歩いていて恐怖を感じることはほとんどないといえます。スリやひったくりも見ないくらいに平和ですが、うっかりその感覚で他のヨーロッパ諸国に行くと、隙だらけな人になりかねないので別の意味で若干危険かもしれません。</p> <p>【外国人への態度】差別などは特になく、むしろ外国人と分かった瞬間から英語に切り替えて対応してくれます。そのため、治安が気になる人や海外経験がない人も安心して過ごせると思います。</p>

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。	NHHは授業開始が早いため、3年の夏期インターンは時期がかぶってまったく行けませんでした。希望の業界・業種によっては、4年卒業と就活の両立はハードルが高いと思います。

7. アドバイス、振り返り		
7-1	現地で参考となった留学先の情報(出版物、ホームページ)を記入してください。	当初ノルウェー留学経験者のブログを参考にしていたのですが、日本人の少なさゆえに情報が古いこともあります。先生からノルウェー在住の卒業生の方を紹介していただき、渡航情報や生活に関するアドバイスをいただきました。大学生活については、KIBERのノルウェー人留学生から教えてもらったりもしました。
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。	米・醤油・海苔以外だと日本食はあまり売られていませんでした。
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)	言語の活用力とメンタルの強さは特に向上したと思います。大学や寮では留学生の割合が高かったため、様々な言語圏の人と英語を介して聞く・話す機会が多くありました。そのため、英語そのものの技能というよりは、英語でのコミュニケーションといった運用能力が特に高まったように感じます。また、日本ではあり得ないような対応やトラブルに遭遇することも多くあったため、どんな状況・環境におかれても自力で対処する力は高まったと思います。
	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。	病院にすぐかかれなかったことが厄介でした。
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。	質問や問題があった際に常に対応していただいたので大変感謝しています。
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。	すすめます。言語や異文化への理解を深めるだけでなく、海外でマイノリティとしての立場を経験することで得られる知見は多いと思います。
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	3
	・留学先の住み心地(安全性等)に満足しましたか	4
	・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かと思、満足しましたか	3
	・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	4

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～)		
ノルウェーでの留学生活を通して、私が強く実感したことを大きく3点伝えたいと思います。アドバイスになるかは分かりませんが、KIBERプログラムの留学で得られる経験について少しでも参考になればと思います。		
<p>ありきたりに聞こえますが、まず留学には「多様な価値観をもつ学生に出会える」という醍醐味があります。これは神大でのKIBERプログラムと留学先の双方に言えることでもあります。基本的に学生は、留学という共通点だけで集められた人同士なので、日本人・外国人どちらであろうと、経歴や得意分野、興味関心が異なることも当然多くあります。ゆえに、留学がなければ出会うことはなかったであろう人々の考えにふれることができました。多様な価値観にふれたからといって何かが劇的に変化するとは限らないわけですが、様々な人の考えを吸収・消化する中で、「世の中にはこういう人もいんだな」「こんなことも起こり得るんだな」といった具合に他者への寛容度を高められるのではないかと思います。</p> <p>次に、「大学生ならではの体力と時間を全力で生かすべき」ということです。これは、周囲の社会人の方々に言われて気づいたことですが、体力と自由な時間という要素は大学生の時期にほぼピークを迎えるものだと思います。留学自体は社会人以降も可能ですし、大学生の多くにとっては経済的な制約もあります。それでも、しがらみのない大学時代には、そうした制約を越えるだけのエネルギーと時間があるのではないかと思います。今振り返るとどう考えても無謀ですが、3週間ぶっ通しで友達とヨーロッパを渡り歩いたり、他の国の片田舎まで一人旅に行ったりと、限界まで時間と体力を使った経験は楽しさと同時に自信にも繋がりました。必ずしも留学にとらわれる必要はありませんが、大学生特有の資源を活用することは非常に大切だと思います。</p> <p>最後に、「相手のバックグラウンドへの敬意を忘れない」ということを強く感じました。これは、大半の人の外見や慣習などが共通している日本においては、それほど意識することのなかった部分でした。ただ日本を出ると、たとえ留学生であってもアジア系全体に対して排他的な意識をもつ人もいて、そうした自分ではどうにもならない部分で分け隔てられることへの衝撃を初めて感じました。異なる人種や出身を肯定的または中立的な観点で捉えることは、相手に安心感や信頼感をもたらすものだと思います。例えば、ノルウェーの接客では、外見的特徴に関係なくまずはノルウェー人として接する風潮があります。言語を英語に切り替えた場合でも、それ以外はなんら変わらない対応をしてくれていました。そうした点で、ノルウェーには他の国以上に居心地の良さを感じました。このように、何気ない言葉や動作の中にも相手へのリスペクトをこめる重要性を実感しました。</p>		
以上が留学を通しての所感ではありますが、留学を終えた今となっては、いまだに何を以てして留学が成功したといえるのかはよくわかりません。ただ、海外の学生と大学生活を共にし、日本以外の世界に触れられたことは何物にも代えがたい経験になったと感じています。そうした今まで考えたこともないような経験や価値観を得られるという意味では、留学には大きな意義があると思います。		

9. 留学経験の共有について		
	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:	

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	Mathematical finance	Giulia di Nunno	4.5h	7.5ECTS	英語	15人程度	数理ファイナンスを基礎から学べる授業で、内容はデリバティブのプライシングなどを主に扱う。授業が進むにつれて文系とは思えない内容になったが、ファイナンス分野と数学にそこまで抵抗がなければ、面白く感じられると思う。2回ほど大きな課題が出され、テストはそれらの課題を複合させたような形式。大学のポータルサイトから2~3年分の過去問を閲覧できる。
2	Key concepts in finance	Tore Leite	3h	7.5ECTS	英語	200人程度	コーポレートファイナンスと簿記を混ぜたような授業。対面と録画の併用で、録画で受講する人のほうが多かった。課題は問題量が多く、解くのに時間がかかりかかる。テストも同様に記述から計算問題まで出された。ノルウェー人学生がかなり多い。

・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

【授業について】
後期はBachelorの留学生が受講可能な授業はだいぶ少ない印象だった。ファイナンス系の授業は全体的に講義形式が多かったと思う。講義中心の授業だと、対面とオンラインどちらでも参加可能なことが多く、コロナの時期の授業に近い感覚だった。マーケティングやマネジメント関連の授業だと、グループワークやプレゼンが比較的多そうだった。もしこれらの分野に興味があれば、他の学生との交流も多いので、留学ならではの授業が経験できるのではと思う。

【クラスのサイズについて】
現地生も受講する場合だと人数がかなり増える。遠隔や録画で受ける人も多いので詳しい人数はわからないが、人気の分野だと百人単位、あまりメジャーでない分野だと十数人ほどの授業もあった。

【成績評価について】
基本的に期末テストのみでの評価が多い。出欠をとられることは少ないが、その代わりに授業期間中の課題や参加態度も評価に入れてもらえない。課題の評価は期末テストの受験資格に直結するので、課題の出来によっては期末テストが受けられない場合もあり得る。期末テストは4~5時間かかるものがあった。

【学生について】
ノルウェー有数のビジネススクールということもあり、学生全体が優秀な人が多い印象を受けた。ノルウェー人学生だと元々英語が堪能なためか、英語で開講される授業では留学生以上に余裕があるように感じた。留学生においても、すでに学位や就業経験がある人もそれなりにいる。