

交換留学(派遣) 帰国報告書

皆さんが無事留学を終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(本報告書を開覧する際には、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:	Business
留学先での在籍身分:	交換留学生
留学期間:	10カ月間
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:	2025/6/16
本報告書記入日:	2025/7/30

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 22日	
	参加必須のオリエンテーション日	8月 28日	
	学期:	①	9月 2日 ~ 1月 16日
		②	1月 20日 ~ 5月 23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してください。	日本語学科があり、交流会も開催されます。	
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:	留学生のためのスウェーデン語のクラスが開講されています。	
	勉学面でのサポート:	特にありません。	
	精神面でのサポート:	特にありません。	
	住居・生活面でのサポート:	特にありません。	
1-4	課外活動のサポート:	大学のクラブの新歓祭のようなものがあります。	
1-4	状況報告書提出後に、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まれ自由に記入してください。(気を付けること等)	寮は二つあるのですが、どちらもキッチンの道具や食器の有無はキッチンメイトや前の住人次第なので、運です。笑 なので、自分が必ずほしいものがある場合は、持って行くことを強くお勧めします。
-----	---------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------

3. 生活について

3-1	インターネット接続環境について	寮、学校に整備されています。
	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。	部屋につき次第すぐ、接続できます。お金を払う必要はありません。ですがルータの有無は部屋によるので、なければ自身で購入する必要があります。
3-2	医療について	
	留学期間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。	特にありませんが、旅行中は水が飲める国かどうかその都度調べていました。
3-3	銀行口座等について	
3-3	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)	日本でWISEの口座とカード(デビットカード)を作りました。

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):	寺浦さよ子記念奨学金
	支給額(円/月):	10万×9カ月
	その他(渡航費等の支給):	45万
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:	25万 円
	住居費:	(月額) 6万5千 円 × (留学月数)10 カ月 = 65万 円
	食費:	(月額) 1万 円 × (留学月数) 10 カ月 = 10万 円
	保険料:	9万 円
	その他:	81 円 (うち旅行約50万円)
合計(留学期間全体の費用):		190万 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。	スウェーデン人の性格は日本人に少し似ていてシャイです。笑 公共交通機関はバスとトラムしかなく、基本的に遅れますが、みんなそれを受け入れているような穏やかな雰囲気、町にもゆったりとした時間が流れています。笑
	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。	ボランティア先の日本人ママさん
	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。	ヨーテボリ日本語補習校で担任補助のボランティア
	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)	アジア人はそんなに多くはありませんが、多国籍な人も割といる印象で、日本と変わらないくらい感覚でとても安全だと思います。夜でも一人で全然歩けます!

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。	留学前は26卒のつもりで、サマーインターンに参加したりしていましたが、現地に到着し、約一週間後に、帰国後休学して27卒にすると決めたので、就活はむこうでは就活はしていません。

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。	スウェーデン人の友達に聞くことが多かったです。
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。	鶏がらスープ、化粧水と乳液、メイク用品
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、異文化理解、視野の広がり、海外の友達
	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。	トラブルは特にありませんでした。
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。	毎回丁寧なご対応、本当にありがとうございました!
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。	強く勧めます! 大学生であるこの時期に長期で交換留学に行き、現地人や他の留学生とたくさん関わりを持ち、たくさんを知り、学ぶことは、人生においても非常にいい経験になると思います。また、2年生のころから、プログラムの一環として神大での授業で事前に理解を深められたり、ともに留学を志す仲間と勉強できること、同じ時期に留学に行けることも、このプログラムのとても良い点だと思います。
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	3
	・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感じ、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	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～)		
<p>留学から帰国し、日本の暮らしに戻って約一カ月がたち、今留学のことを思い返すと、景色も言語も何もかも違う世界で、異なる文化背景を持つ友人と過ごした毎日が夢のように感じます。でもこうして改めて報告書を書いていると、楽しかった思い出や大変だったテスト、だいすきな友達など、スウェーデンで過ごした毎日が鮮明に思い出されてきて、本当に充実した日々だったなあとしみじみしています。ここで少し私が留学に行った経緯のようなものをお話しさせてください。</p> <p>実は、もともと私は大学1回生まで、留学に行くつもりは全くと言っていいほどありませんでした。笑 ですが、1年生の終わりにこのままでは何もせずに大学生生活が終わってしまう、というかなり消極的(?)な理由で、滑り込みでKIBERの授業を履修しました。授業が始まっても、私は全く優秀な学生ではなく、課題もテストもいつも周りに助けってもらってばかりだったし、TOEFLの点数も全然あがらなかったけど、KIBERの仲間と一緒に勉強するのが楽しくて、みんなと同じ時期に留学に行くこと、年末年始にイギリスで集まるのがモチベーションで続けていました。笑 そんな調子で気づいたら、ヨーテボリ大学に10カ月間も留学することになっていて、大好きな家族や友人と離れ、頑張ってきたサークルの引退公演も出られず、なんで行くなって決めたんだろう、と思ったことも正直何度もありました。でも近づくにつれ覚悟が決まり、気づいたら出国日で飛行機から降りたらもうそこはスウェーデンでした。笑</p> <p>実はこんな背景があった私の留学ですが、実際始まるまで毎日新しい人と出会い、知らなかった価値観や考え方、多様な文化に触れて刺激とワクワクで満ち溢れていました。決して高いとは言えない英語力でしたが、本気で伝える、聞くことで、コミュニケーションもとれて、いつまでも仲良くなりたいと思える友人もできました。もちろん大変なこともありましたが、それすら乗り越え、実際に行ったからこそ感じた気持ちや経験は自分の中で大きな自信となり、少し大げさかもしれないけど、今後の人生に大きく影響を与える一年になったと思います。</p> <p>なのでもし、留学に行くか迷ってる方がいれば、ぜひ挑戦してほしいと思います。不安なこと心配なこともたくさんありますが、本当に何とかあります! 笑 それは私が保証するので(?)ぜひ一歩踏み出して、ドキワクの楽しい留学生活を送ってください。応援しています!</p> <p>そして改めて、留学先で出会い関わってくれたみんな、ここまでサポートをしてくださった先生方、ずっと支え助けてくれたKIBERのみんな、送り出してくれた家族など、留学を通して関わったすべての人に感謝の気持ちでいっぱいです。2年生の初めから今までずっと、本当にありがとうございました!</p>		

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	英語	40	クリスマス休みを挟んで個人課題が二つありますが、それ以外は比較的優しかった印象です。
2	Microeconomics	Charles Nadeau	8	6	英語	80	経済の授業で、成績評価はテスト100パーセントですが、スライドを見て自分でよく勉強すれば乗り切れると思います。
3	Financial Economics	Henrik Petri	8	6	英語	80	これも経済の授業で、内容もとても多くテストも難しかったです。でもきちんと勉強すれば取れると思います！
4	Introduction to Commercial Law	Abhinayan Basu Bal	8	3	英語	80	二週間の授業の中でチームプレゼンが二回あって、スケジュールはかなりタイトでした。
5	Marketing	Ulrika Holmberg and Jonas Nilsson	8	6	英語	80	授業内容が多いため、覚えることがとても多く、大変でした。テストは選択問題も論述もどちらも難しかったです。
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