

交換留学(派遣) 近況報告書

留学先での生活はいかがですか。本報告書は以下の目的のために使用されます。
① 皆さんの近況等を把握するための資料です。何か困ったこと等があれば、本報告書に限らず速やかに教務係までご連絡ください。
② 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。



本報告書は写真データと共に提出してください。(提出締切日12/7)

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:	Exchange student
留学期間:	10か月
神戸大学での所属学部/研究科:	経営学部
学年(出発時):	3年
本報告書記入日:	2025/12/7

1. 出発前について		
1-1	交換留学以前に海外留学の経験はありますか。	いいえ
	「はい」の場合、留学先及び留学期間を記入ください。	
1-2	この留学プログラムを最初にどのように知りましたか。	その他
	その他を選択した場合、記入してください。	オープンキャンパス
1-3	このプログラムに参加した動機を教えてください。	最もよく当てはまるものから順に4つまで選んで順位をつけてください。(1:最も強い動機)
	学術的な目的(研究を深めるなど)	
	語学力の向上	2
	プログラムの時期がちょうど良い	
	プログラムの長さがちょうど良い	4
	かかる費用がちょうど良い	
	地理的な条件が良い	
	将来のキャリアのため(就職に役立つなど)	3
	家族のバックグラウンドと関係がある	
	異文化を体験したい	1
	その他(具体的に記入)	
1-4	出発前にどのように情報を集めましたか。参考になる本やホームページがあれば記入してください。	Kiber programの公式サイト、先輩にお話を聞く
1-5	VISAについて	
	VISAの種類:	居住許可証
	申請先:	スウェーデン移民局
	必要日数:	約2か月
	VISA取得にかかった費用:	無料
	VISA申請のために求められた書類:	銀行残高証明書、入学許可証、パスポート、保険加入証明書、奨学金受給証明書(ある人は)
	その他、VISA申請の際のトラブルや、注意すべき点があれば記入してください。	銀行残高にある程度の額があることが求められたため事前にある程度の額が口座に必要
1-6	出発前に必要とされた予防接種の種類・回数・費用	なし
1-7	大学で加入するOSSMAと上乗せ海旅以外に加入した保険があれば教えてください。 また、現地で加入した保険があれば記入ください。	なし
1-8	その他に必要な手続き、方法、料金等	なし

2. 留学先到着後の手続きについて		
2-1	到着時について	
	利用旅行会社(航空券の手配をした会社):	ターキッシュエアラインズ
	到着空港名:	ヨーテボリ ランドヴェッテル空港
	空港到着時間:	午前11時頃
	到着地からの移動手段:	タクシー
	移動の所要時間・料金:	30分、2人で割ったため2500円ほど
	到着地からの移動で注意する点があれば記入ください。	到着するとまずスーツケースを持って寮のカギを取りにいかねばいけなく、トラムやバスを使うと長い距離を歩かなければいけなくなり大変
2-2	住居について	
	住居のタイプ:	大学寮
	その他を選択した場合、記入してください。	
	住居(寮、アパート)の名前:	Olof
	部屋の種類:	一人部屋
	その他を選択した場合、記入してください。	
	ルームメイト:	留学生
	その他を選択した場合、記入してください。	
	住居の探し方:	大学の斡旋
	その他を選択した場合、記入してください。	
	大学までの通学時間・手段:	トラムで約30分
	住居の周りの環境はどうか。	静かで治安が良く、スーパー、ジムが近くにあり非常に生活しやすい
	毎日の食事はどうしていますか。	外食するとかなり高いのでほとんど毎日自炊している。
住居は渡航前に、または渡航後すぐに見つかりましたか。トラブルはありませんでしたか。	トラブルは特になかったがどの寮を選ぶかは先着順のため申し込みが始まるとすぐにする方が良い	
2-3	留学生向けオリエンテーションについて	
	留学生向けオリエンテーションの有無について:	有り
	参加義務について	任意
	参加費用:	無料
	有料の場合、金額:	
	オリエンテーションの内容を記入してください。	スウェーデンでの生活について、冬の乗り越え方、スウェーデンでの学習について
2-4	その他、渡航してから必要な手続きについて	
	現地で滞在許可申請は必要ですか。必要な場合、申請方法、料金、取得に係る日数等を記入してください。	居住許可証の申請手続きが必要。移民局のホームページで申し込みを行い移民局を訪問。2週間ほどで居住許可証を得られる。
	その他、現地到着後にした手続き(健康診断、予防接種等)があれば、方法、料金等を記入してください。	なし
3. 語学力向上のためのコースについて		
3-1	語学力向上のために、大学等のコースに参加しましたか。参加した場合、大学(語学学校)名、コース名、料金、期間等を記入してください。	なし
4. 大学の授業について		
4-1	履修登録について	
	履修登録の時期:	出発前
	履修登録の方法:	オンライン
	その他を選択した場合、記入してください。	
	登録時に留学生として優先・配慮はありましたか。	無し
	優先・配慮があった場合、具体的に教えてください。	
	希望通りの授業が履修できましたか。	はい
	希望通りの授業が履修できなかった場合、その理由を教えてください。	
4-2	現在までに履修している授業について記入してください。	クリックで別シートへ
4-3	一週間のスケジュール(授業時間、課外活動等、毎日の生活)を記入してください。	クリックで別シートへ

5. 現在までの感想を自由に記入してください。(800字～)

留学の3分の1以上がすでに終わってしまっていることに驚いている。ここまでの留学の感想について学習面と生活面に分けて書きたいと思う。

まず学習面について、留学に来る前は日本語が通じない環境で授業についていけるかが心配であったが、難易度は上がるもののKIBERの授業で行っていたような形式のものが多いため何とかついていけている。しかしプレゼンのスキルはほかの国の留学生に比べて劣っている実感があるので後期の授業ではプレゼンスキルをもっと伸ばしたい。ほとんどの授業にグループワークがあり、グループワークをする機会が多いがみんな優しく、わからないことを聞いてもいつでも優しく教えてくれる。

次に生活面に関して、スウェーデンについた初日に食べたごはんが本当に口に合わなく、これから1年こんな感じのご飯を食べないといけないのかと絶望した記憶があるが、Asian market が近くにあり日本の料理を割と再現することはできるので心配する必要はない。留学初期は自炊を頑張っていたが最近では自炊のモチベーションが低く、鶏の胸肉を茹でただけのご飯をよく食べている。スーパーで買う食材の値段は日本に比べてあまり変わらないという印象で特に野菜に関しては日本よりも安いと感じるほどであり、自炊する環境が整っているためもっと自炊を頑張りたいと考えている。交流については、寮の中に運動ホール、ムービールーム、アーケード、サウナなどの様々な施設があり交流の場所が多いため寮の中で人と遊ぶことが多い。日本人の留学生が40人ほどいたり日本語がペラペラなスウェーデン人が何人かいたりして日本語で交流する機会も多い。前期は寮の中の人と多く遊んでいたため、後期は授業で知り合った人とも積極的に遊んで交流をしたいと考えている。留学が始まったころは非常に過ごしやすい気候であったが12月に入った最近はとにかく寒く、日照時間が非常に短くなっている。しかし想像していたよりも厳しい寒さではなく、ヒートテックを着てダウンを着ていたら割と耐えることができる寒さなので少し安心した。暗さに関しては朝の9時ごろではまだ少し暗く、夕方15時ごろには暗くなり始める感じである。この現象は日本にいと絶対に経験できないことであるため、最近はこの日照時間の短さを楽しんでいる。

6. 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、ぜひ報告書と共に提出してください！

6-1	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
6-2	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

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。
残りの留学生活が楽しく実り多いものであることを神戸大学教職員一同、祈念しています。

4-2 現在までに履修している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	Consumer behaviour	Ulrika	3	7.5	English	40	グループワークで大量のマテリアルを読まなければならなかった。難易度はかなり高い
2	Marketing trends	Benjamin Hartmann	3	7.5	English	40	グループレポート4つと期末の試験で評価。期末試験は難しかったが勉強すれば対応できる。
3	The Swedish Model in the Labor Market	Anna Missiaia	3	7.5	English	40	自分たちで選んだテーマに関するレポートとプレゼンと最終試験で評価。テストは家で受けるため検索可能
4							
5							
6							

・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

それぞれのクラスはそれほど人数は多くなく、40人くらい。成績評価は割と甘めな印象。現地学生はみんなやる気があるが、留学生は人によるという感じ。

4-3 一週間のスケジュール 授業時間、課外活動等、毎日の生活を記入してください。

	月	火	水	木	金	土	日
8:00							
9:00							
10:00	授業			授業	授業		
11:00	授業			授業	授業		
12:00							
13:00							
14:00	遊びor課題	遊びor課題	遊びor課題	遊びor課題	遊びor課題	遊びor課題	遊びor課題
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	ジム	ジム	ジム	ジム	ジム		
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							