

# 派遣留学生帰国報告書

\* 復学後の情報を入力してください

記入日	2016/6/27		
所属学部	融合科学研究科		
所属学科・専攻	情報科学専攻		

## 1. 留学先について

留学先大学名	東フィンランド大学			
留学先所属学部等	Faculty of science and Forestry, Computer Science, Joensuu.			
留学期間	出発日 2015/8/23	入学日 2015/9/1	修了日 2016/5/27	帰国日 2016/6/21
住居	<input type="checkbox"/> 大学(紹介)の寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> 民間アパート <input type="checkbox"/> その他( )			
	通学時間	15分		<input type="checkbox"/> On campus
	通学方法	徒歩		
	居室スペース	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> ( ) 人部屋 <input type="checkbox"/> その他( )		
	共有スペース	<input type="checkbox"/> 完全個室 <input checked="" type="checkbox"/> キッチン <input type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> リビング <input type="checkbox"/> その他( )		
食事	自炊 10 %	学食 50 %	外食 40 %	その他 ( ) %で記入してください
保険	海外旅行保険(名称)	OSSMA セット 型留学保険		
	大学指定の保険(名称)			<input type="checkbox"/> 強制加入
	その他			
渡航ルート	ex.) 成田⇄シカゴ(飛行機)⇄ウィスコンシン(電車)			
	成田 ⇄ Abu Dhabi(飛行機) ⇄ Berlin(飛行機) ⇄ Helsinki(飛行機) ⇄ Joensuu(バス)			

## 2. 留学にかかった費用について

総費用	100万	円	* おおよそでかまいません。			
出処						
自費	<input type="checkbox"/> 貯金	円	<input type="checkbox"/> アルバイト	円	<input type="checkbox"/> その他	円
援助	<input type="checkbox"/> 両親	円	<input type="checkbox"/> 家族・親戚	円	<input type="checkbox"/> その他	円
奨学金	<input type="checkbox"/> JASSO	円	<input checked="" type="checkbox"/> その他名称(トビタテ)	164万	円	
その他	<input checked="" type="checkbox"/> 千葉大学助成金	20万	円	<input type="checkbox"/> その他( )	円	

## 2-1. 財政管理の方法

渡航時	<input checked="" type="checkbox"/> 現金	2万	円	<input type="checkbox"/> その他( )	円
留学中	<input type="checkbox"/> 海外送金	<input checked="" type="checkbox"/> キャッシング	<input type="checkbox"/> その他( )		

## 2-2. 各費用の支払い方 ex.)全額、クレジットカードで。

大学に払った費用	クレジットカード
住居にかかった費用	現金
その他	デビットカード

## 2-3. 内訳

\* 外貨で払ったものについては日本円に換算したおおよその金額も記入してください

費目	外貨金額		円貨金額	
	通貨単位			
渡航費(往復)	円	59,020		円
海外旅行保険	円	116,990		円
OSSMA	円	29,160		円
査証・在留許可証	円	36,900		円
住居	ユーロ	275	34,000	円
食費	ユーロ	440	50,000	円
通学に要する交通費				円
教科書、教材費				円
その他大学に支払った経費	ユーロ	70	7,800	円
光熱費				円
その他 ( )				円
その他 ( )				円
その他 ( )				円
その他 ( )				円

3. 学業面\*必ず、後日、留学先の成績証明書と単位の互換認定が反映された千葉大学成績証明書を提出すること。

履修科目名 *全て。足りない場合には別紙に記入してください。	種類 <sup>ex. 正規、聴講</sup>	単位数	単位互換認定申請の有無	
1 Eye tracking	正規	5	有 <input checked="" type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
2 Col or Sci ence Laboratory	正規	5	有 <input checked="" type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
3 Spectral Imagi ng Devi ces	正規	5	有 <input checked="" type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
4 Computati onal Col or	正規	5	有 <input checked="" type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
5 Ori entati on for Internati onal Students	正規	1	有 <input checked="" type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
6			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
7			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
8			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
9			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
10			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
11			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
12			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
13			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
14			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
15			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
16			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
17			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
18			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
19			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>
20			有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>

3-1. 授業科目の選択、登録方法

登録時期：基本的に学期始まりから1ヶ月くらい。前期、後期ともに更に半分にセメスターが分かれているパターンが結構ある。

登録方法: Web-oodi という大学のWebサイトで登録する。そこに期間や内容など、細かいことが全て書かれてある。全てきちんとオリエンテーションで説明されるし、初期はチューターも助けてくれるので問題無い。

## 3-2. 授業内容、方法に関して

全て実践的な授業だった。講義形式のものでも、コンピュータ室での実習や、実際に講義に関わる機材を使ってそれをプレゼンするような授業もあった。細かいことは毎月の月次報告書に書いている。

## 3-4. 図書館など学内施設について

図書館は自習に最適。基本的に平日は19時、休日は15時に閉まり、休日はお休みなこともわりとあるのでその点だけは要注意。

スポーツ施設があり、友達と色々なスポーツを楽しむことができる。

アイスホッケーや野球など、プロのスポーツイベントが学内の施設で開かれることが頻繁にある。

## 3-5. その他

## 4. 生活面 \*気づいたこと、心掛けたことなどをご記入ください。

## 4-1. 住居について

始めLatrankatuという場所に住んでいたが、自転車で大学まで20分ほどかかり、冬場はとても自転車に乗れる天候ではない（フィンランド人の友達はずっと乗っていたが）ので、バスの定期を買っていたが、Door to Doorで40~50分かかることに段々嫌気がさし、Reversi deの個室と同じくらいのコストもかかっていたので、後期から思い切って引っ越した。

ただ、Latrankatuの部屋は広く、ルームメイトや近くに住む友達に恵まれたのでなかなか楽しい生活を送れたと思う。

Reversi deは、夜うるさい。部屋が狭い。

総合して、最初からReversi deで良い気がする。僕の場合は後半の平日は毎朝7時過ぎには起きなければならなかったので一時期かなりイライラしていて、文句を言いにいったりもしたが、一般的な留学生にとっては夜更かしはわりと普通のことなので、あまり大きな問題では無いと思う。

## 4-2. 食生活について

正直飯はまずい。私は料理をしないので余計に。インターン先からランチサポートが出ていたのでレストランにも何度も行ったが、高い金(1食10ユーロ前後)払うわりに美味しく無い。学食は2.4ユーロ程度で食べれるが、私の口にはあまり合わなかった。5ユーロ程度してしまうが、時間の節約でバーガーショップに行くことも多かった。料理をする人にとっては、食材はスーパーで買えるようなのであまり問題では無いのかもしれない。

## 4-3. インターネット環境、携帯電話について

あまり問題無い。日本よりは遅い印象がある。Latorankatuも Reversi deも、たまに繋がらないことがあったり、かなり遅かったりすることもあったが、使える。(ちなみにLatorankatuではインターネットが遅すぎる為改善してくれ、というような抗議活動があったよう。)

Si mカードが簡単に買えて、しかも日本よりもかなり安いので、Si mフリーの端末を持っていて、月額定額制でDNA?やSaunalahtiで契約して、テザリングでパソコンに飛ばすのがベストだと思う。ちなみにSi mカードは最初に大学で配られるのでそれ以前に買うと損する。

## 4-4. 服装について

冬場は現地であったかいコートを買う必要がある。日本だとスキーウェアになるが、持っていくと結構幅をとってしまう。向こうの方がそういった商品は安く買える。

## 4-5. 健康管理について

寒さに気をつけるべき。冬場の夜長はそこまで問題に感じなかったが、友達に勧められてビタミンDをスーパーで安く買えたので毎日舐めていた。効果があったかは分からない。友達は効果があったと言っていた。冬場はかなり眠かった時期があった気がする。

## 4-6. 保険、OSSMAの利用 \*利用実績等をご記入ください

一度病院に行く機会があったが、素晴らしい対応をして頂いた。OSSMAに関しては元々強制だと思うが、その付帯保険もかなり安い方だと思うので、入ることをお勧めする。手続きも楽なので。

## 4-7. 課外活動について

向こうの教授の紹介で5ヶ月間、ヨエンスーのArcusysという企業でエンジニアインターンをした。日本と全く異なる企業文化に触れて、色々学ぶことがあった。この辺は月次報告書に嫌という程長々と書いている。

## 4-8. 学外のコミュニティとの交流について

Reversi deの1階で毎週金曜日の夕方にGlobal Fridayというイベントをやっていたので、ほぼ毎週参加していた。来期はやるかどうかまだ未定のようなのだが、そういったイベントは積極的に参加すべきだと思う。教会のイベントなんかも何度か参加した。キリスト教には興味がないが、友達を作りに行く感じで十分楽しめた。1人だけでもアクティブなフィンランド人の友達がいれば、かなり楽しい生活を送れると思う。もし今後東フィンランド大学に留学する後輩がいれば、是非紹介したい友達がいる。

## 4-9. 日本から持参してよかったもの

特にない。強いて言うならパソコンとSi mフリーの携帯電話ぐらいだろうか。むしろ持ってこなければ良かったものがたくさんあった。「これは使うかわからないけど一応持って行こう」と思ったものは、まず使わないので、持っていかなくて良い。

## 4-10. 日本から持参したが不要だったもの

画像処理の専門書

プログラミングの勉強本

就活のWebテスト 対策本

ハンガー

念の為余分に持ってきていたたくさんの服

ノリ

扇子

ヘッドホン(失くしたし、大きくて邪魔だった)

高級な手袋(失くしたし、向こうでもっと安くてもいいやつが買える)

冬物のコート(留学出発は夏なので荷物になるし、向こうで安くてもいいやつが買える)

その他諸々。

## 4-11. 現地での対人関係について気づいたこと(習慣の違い、マナーなど)

「マナー」についてなど気にする必要が無いということ。というか気にすべきで無い。そんなことを気にする暇があったら積極的に話しかける練習でもしたほうが良い。日本人に接するように「他人に迷惑がかかるから」「あの人は目上だから」「あの人は年上だから」などといった理由で人に話しかけなかったら、ただ友達ができないだけ、仲良くなれないだけ。初対面でも次の日から遊ぶようになる友達ができるのが普通。日本でマナーを学ばされてきた時点で既に世界標準の遥か高みにあるマナーを全員が身につけていると思って構わないと思う。とにかく、より積極的になることがいつどの場面でも必要であると思う。

## 4-12. 余暇の過ごし方

旅行 \*複数回出かけた方はすべての日程、行き先、費用等をご記入ください。

ex) 【イギリス・ロンドン&フランス・パリ(観光)】〇〇年〇月(5日間)、約5万円

冬休みにフランス、オランダ、ベルギー、ドイツ、ポーランド、フィンランド(ヘルシンキ)へ旅行した。期間は2週間程度、費用は10万~15万程度だったと思う。

帰国前はフィンランド国内のサボンリナとタンペレに旅行した。期間は1週間、費用は2~3万程度だったと思う。

その他 \*気分転換やストレス発散法など。

向こうでNetflixを契約してから、フレンズを見て英語の勉強と称してゲラゲラ笑いながら一人でも楽しく過ごせるようになったのは非常に良かったと思う。ちなみにこれで本当に英語力は格段に上がった。ただ、フィンランドのNetflixだと英語字幕すらないので慣れるまでは注意が必要かもしれない。

## 5. 報告

### 5-2. 留学先大学について(150~200文字)

東フィンランド大学は、授業内容がとにかく日本のものよりも実践的で、「どう記憶して知識を身につけるか」よりも「どう使うか」の最終ゴールを見据えた授業を多く行っていたように思う。自習できるスペースもたくさんある。大学の施設を使って色んなイベントがたくさん開かれている。例えば、Japanese Language Café というイベントがほぼ毎週開かれていて、そこでは日本語を学びたい外人がたくさん集まっている。私たちはそこで日本語ネイティブとしてアドバイスをすることになる。日本のようなサークル活動がほとんど無いのが少し残念ではあったが、一旦友達を作ってしまうと、スポーツ施設を共に利用することもできるし、非常に過ごしやすい大学だと思う。

### 5-3. 留学中の様子(450~500文字)

最初は英語が聞けなくて、話せなくて、辛い思いをしていたような気がするが、それでも友達はあるままの自分を受け入れてくれたいた印象がある。徐々に英語が話せるようになるにつれて、接し方もどんどん変わってきた。授業では友達に助けられたり、助けたりして、協力して何かをやるが多かった。

後半の5ヶ月間インターンシップは、自分が何もできないという負い目から精神的にかなりキツイものがあったが、金曜日に友達と会って話したり、バドミントンをしに行ったりして、息抜きはできていたと思う。

色々と一人で考える時間がたくさんあって、本当に大きく価値観が変化した。一言でまとめるなら、自信がついた。私はわりとツイッターやブログを更新していたが、そういったアウトプットを定期的に続けることで、よりわかりやすく価値観の変化を認識することができた。

## 5-4. 留学希望者へのアドバイス(300~400文字)

留学前から英会話をしっかり勉強しておくこと。  
 英語の勉強は日本でも十分にできる。何かと言い訳してEnglish Houseに一度も通ったことが無かった。  
 Toefl i bt で条件をクリアしてからはまともに英語の勉強をしなかった。  
 TOEICで800点以上取れたからといって、英会話ができるつもりでいた。  
 そういう留学前の私みたいな人は、少なからず最初のステップで苦勞することになる。  
 グループの会話に参加できず悔しい思いを何度もした。  
 前期にできた友達とはもっと仲良くなれていた可能性も十分にあった。  
 英語を勉強しに行くわけでは無い。英語を勉強する時間を留学先で取るのは勿体無い。  
 本当に、何もかも、コミュニケーションが取れないことには始まらない。  
 海外ドラマでも何でもいいから、自然な英会話のインプットを圧倒的に増やして、  
 すぐにでもEnglish Houseに通ってアウトプットしてほしい。「話せない、聞こえない悔しさ」  
 を定期的と感じ続けられる環境に身を置くことが最重要。

## 5-5. 留学を終えて

留学を通して、本当に大きく価値観が変化した。日本は「他人に迷惑をかけない生き方」をすることに重きを置き過ぎて、「個の幸せ」を蔑ろにする雰囲気がある。「辛くて厳しい社会」を耐え抜くことが当たり前だと思っていて、そこに一種の美すら感じている。おかしいこともすぐ諦めて簡単に受け入れてしまう。「誰が」「何の為に」作ったか分からないルールも、「それがルールだから」と盲目的にそのルールに忠実に生きてしまう。フィンランドには「個の幸せ」を大事にする社会があった。それが根底にあって初めて、皆が幸せな社会が出来上がるのだと思う。日本の協調性は、「人に嫌われたくないから」「ルールを破るのが怖いから」きている。要は「他人の幸せを大事にしているから」きているものではないと感じる。妙な縦社会が多すぎる。私は古き日本の価値観が過度に大事にしている「協調性」を完全に失った。これから、目上や権力者に媚びるように生きることはもう出来ないと思う。社会的立場により人に対する態度を変えることはしたくないし、もう出来ない。これから幸せに生きていけるだろうという自信がある反面、これで苦勞することももちろんたくさんあるだろうと思う。

今後の目標は、「周りに合わせる」ことを何よりも大事にする古い日本的な教育の改革の為に行動したいと考えている。「高学歴の大学に入る」ことだけが幸せの全てであるかのような盲目的な教育に終止符を打ち、「個の幸せ」を「自ら考えられる」、「自分のやりたいことが分かる」ようになる教育の為に行動したいと考えている。この「周りに合わせる教育」が、無気力な若者を生み出し、ブラック企業やブラック研究室といった「厳しい社会」、特に「若者にとってキツイ社会」を作り出している。

私が今までに学んできたことは主に「画像処理」で、今も「コンピュータサイエンス」の学科に属している。留学先でのインターンでは「Web開発」について学んだ。この辺を上手く組み合わせ、上に記したような教育の改善をテーマに修士論文の研究ができればと考えている。留年することを決めたので時間は1年半以上あるが、諸事情で今所属している研究室を離れることになったので、今後は科の教授に相談しながら具体的に決めていこうと思う。

□

お疲れ様でした