

海外派遣留学プログラム月間報告書

(報告期間：2018/09/01 ～2018/09/30)

毎朝起きて、学校に向かう道中、家のすぐそばを流れる輝く川や、朝日に照らされて黄金に光る木々を見ながら、自分が置かれた境遇のありがたさを身に染みて感じます。私を留学させてくださった学校の先生方、支援室のみなさま、そして私の両親、本当に本当に感謝いたします。1日1日の重要さを噛み締めながら毎日を過ごします。



〈大好きな Joensuu〉

私はフィンランドの北カルヤラにある Joensuu という、比較的田舎に留学しています。来る前は、すぐ飽きるんじゃないか、生活に不便があるんじゃないか…などの不安がありました。その心配はすぐに吹き消されました。白樺の木々がサラサラとしなり、水面で光が反射する川、今は自然に囲まれる生活の魅力に浸っています。気分が沈んだ時は市内からほんの数分で着く湖に慰めてもらい、生活の中で目に映る風景一つ一つに恋に落ちる毎日です。また冬のシビアさをよく指摘されますが、ヘルシンキは雪が降らずただ寒いのに対して、こちらでは雪が降るのでウィンタースポーツが今から楽しみです。

〈生活の様子〉

これからフィンランドに留学したいと考えている方のために、今月は特にアドバイスに重点を置きたいと思います。

フィンランドは物価が高いと敬遠されがちですが、フルーツと野菜はとても安く、服も化粧品も日本と同じくらいです。また学割が町中で使用でき、学食が破格(250円で食べ放題)なのであまり心配する必要はないです。ただ、100均で買えるような何気ないものがなかなか安く手に入ら

ないのが歯がゆいところです。手洗い用の桶や、良いサイズのタッパーなど苦戦しました。また日本のような柔らかいポケットティッシュは存在しません。ハンカチも持ってくることをお勧めします。ラップも切れ味がとても悪いので無印用品のラップケースを持参するとよいと思います。靴下も 1000 円で束で売っていますが品質があまり良くないです。生理用品は少しくオリティは落ちますが、私は問題なく使用できています。薬はこちらではとても大雑把(フィンランド人は薬は何十年に一回飲むという頻度、自然治癒重視)で、風邪薬はビタミン剤で済まされます。そのため自分の使い慣れた風邪薬も忘れないようにしてください。

日本食は私は今のところ何も恋しくありませんが、酒、みりん、味噌などはこちらではとても高いので持参する方が良いです。お米はこちらでは意外と見かけます。お粥状にしてジャムと食べるのが一般的です。日本米に一番近い Puuroriisi というお米が簡単に手に入りますので心配はいりません。

ホームシックについてですが、大きく個人差があります。私の場合、最初の 1 日目は右も左も分からず少し心細かったですが、今は逆に毎日日本に帰りたくないと悩む日々です。日本からフィンランドにくる道中も特に興奮もせず、不安にもならず、心の変動はあまりありませんでした。どうせ同じ地球上なので、一生家族に会えなくなるわけでもなく、すぐ帰って来れます。他の日本人留学生の中にはホームシックになっている方もいるようです。気分が落ち込んだ時は家族に電話するのがとても効果的ですので、実践してみてください。

〈友達について〉

場所はあまり重要ではない、人が自分にとってのその場所の価値を決める、私は本当にそう感じています。私は幸運にも、本当に素敵な友人たちに恵まれました。UEF では留学生グループにつきフィンランド人のチューター一人が付くため、友達作りには良いきっかけになります。まだ一ヶ月しか経っていませんが、彼らには本当にたくさんの思い出をもらいました。Joensuu を留学先に選んでいなかったら、彼らに出会うことができなかったら…と考えると、こんなに素晴らしい友人を持てたことに幸せを感じずにはいられません。大好きな友人との日々を大切にしたいです。

私はもともと人との会話があまり得意ではありません。もちろん話の上手な人の方が早く多く友達を作ることができますが、人はそれぞれ異なる性格を持っています。自分が積極的に話を進めるタイプでなくても、自分の性格を変えようと悩む必要はないです。自分が特に言いたいことが何も浮かばないのなら黙っていても大丈夫です。口数の少なさを理解してくれる友達はたくさんいます。留学先で友人ができるか不安な人、交流の場には積極的に参加することは大事ですが、自分を偽って無理する必要はありません。しかし、英語/自分の意見に自信がないからと自分の言いたいことを押し殺すことはせず、恐れずに話して下さい。一字一句注意深く聞いて間違いを指摘する人はいません。言いたいことを伝えるメインの単語さえ大きな声で伝えられれば会話できます。言いたいことを言わないよりはずっと良いです。

私は友人作りが不安だったこともあり、一年程前にネットの言語交換サイトにて Joensuu の人と

メッセージのやりとりを開始しました。そのうちのひとりと仲良くなり、その後その子が UEF に一緒に入学することになり、今ではこちらでの大切な友人の一人です。日本にいながらでもできることはたくさんありますので、躊躇せずいろんな手段を試みてみてください。

〈サマーハウス〉

1 度目のサマーハウス (ほとんどのフィンランド人が持つ森の中の別荘) はその友人に招いてもらいました。白樺の森林に囲まれて、湖のほとりにひっそりと立つ小さなウッドハウスでの体験は本当に忘れがたいものでした。湖を見た瞬間思わず走り出して、水際ぎりぎりの岩の上に立った時を思い出します。一歩先は水とわかっていても、その遠く先までも走りたい気持ち、それができない虚しさ。湖に溶け込んで、大自然の中に生きていることを感じたい。フィンランド人が湖で泳ぐことを好む理由がわかった気がしました。

人っ子一人見えない、なんの騒音も届かない真の静けさの中、大きな鏡のような湖が視界の全てを埋め尽くした時、感動が胸の中を迫り上がり、気付けば目から涙が溢れていました。私は小さい頃から、ストレスに押しつぶされそうなとき、ふと穏やかで静かな波打際に一人で座り込むイメージをよく思い描く節がありました。不思議なことに、その場に佇んだ瞬間にそのイメージがぴったりと重なって、懐かしさと安心感で包み込まれる感覚に陥りました。「短い一生で心魅かれることに多くは出会わない。もし見つけたら大切に…大切に…」という星野道夫さんの言葉を思い出します。自分の人生を変え得る体験でした。



〈友達について 2〉

アジア人同士で共感できるものの一つに、ヨーロッパ人とのテンションの違いが挙げられます。アジア人の挨拶はヨーロッパ人と比べ大げさになりがちです。最初は双方慣れないのでかなり戸惑います。アジア人はヨーロッパ人の薄すぎるリアクションに面食らい、傷つくこともしょっちゅうです。

私は 2 回スウェーデン留学生のチューターを担当し、文化摩擦に苦しんできました。先ほども述

べたように、日本にいるうちにできることはたくさんあります。日本でできるだけ文化摩擦を経験し、前もって相手の文化を理解しておくことが自分へのストレス軽減にもつながります。また、スウェーデン留学生と関わった経験は私の人生を変えうるものでした。彼らに出会ってなければスウェーデンに興味を持つこともなく、フィンランドに戻ってくることもなかったかもしれません。今回フィンランドに来る前にスウェーデンに立ち寄り(その方が飛行機代も安くなったので、航空券を買うときはいろんなルートで検索してみてください)、友人と一年ぶりと一カ月ぶりの再会を果たしました。留学生との交流は自分の中に大きな変化をもたらし得る体験です。千葉大にいるうちに是非積極的に関わってください。

〈大学について〉

最近建てられた大学なので、総じてとても綺麗です。図書館には大きなクッションで寝そべりながら学習できたり、大きな一人用の椅子に包まれながら勉強できたりと、学生一人一人が一番心地よい状態で勉強に集中できるように考えられたモダンな空間が広がっています。18:00に締まりますが、40ユーロのデポジットを払えば夜も使用できるよう。フィンランドはwifiがいつでもどこでも良好と思っていましたが、時々使えなくなったり、キャンパス内でもwifiに繋がりにくいところはどこどこに存在します。

また syketta(スケッタ)という、一度お金を払うと1または2ターム中何回でもダンスエクササイズやボールゲーム、ジムに行けたりするシステムがあり、私も利用しています。ESNというおそらく大学内で最も大きい団体では、留学生同士が集い、スウェーデンやノルウェー、ラップランドなどに安く旅行するツアーなどもあります。



〈勉学の様子〉

本当に自分が取りたい授業のみ受講しています。今季は本命の授業がないためとても少ないです

が、自分の進路を見つめる時間ができ充実した毎日です。今後興味のあるマスターレベルの授業を複数聴講しようかと考えています。

Survival Finnish フィンランド語は世界一難しいという噂もあり、当初全く取る気がありませんでしたが、友人ができるとより相手のことを理解したい、文化を知りたいという気持ちが強くなり、現在たのしんで受講しています。先生もとても面白い方です。

フィンランド語はRの音以外、日本語と発音が似ています。レジの人が言っていることが徐々に理解できるようになることに喜びを感じる日々です。

Introduction to Biology of Environmental change では、毎回異なる教授による環境変化についての講義を受けます。初回はフィンランドの湖について詳しく学ぶことができました。じきにグループで各自環境変化に関連したテーマを設定し、学習するグループワークが始まります。

Intercultural communication competence の授業は基本的に自主学習です。千葉大学で事前に受けた授業と比較できる点が多く、異文化が混在する日々の中で気づいたことを振り返りながらそれを改めて客観的に分析する過程はとても興味深いものです。タスクの中には教授へのインタビューも含まれており、この授業を履修後には文化に対する自分なりの新たな考えを得ることができると思っています。

私は授業の他に毎週ディベートに参加しています。私以外のメンバーは全員流暢な英語で討論しているのに対し、私は内容を聞き取るのもやっとの状態です。それでも、自分は居心地の良い場所にいると成長できないことをわかっているので、これだけは何があっても外さないと決めて、涙ながらに通っています。普段の日常会話では得られないハイレベルな会話に触れ、論理的な話の組み立て方を学ぶことができるよい機会です。