

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 | 9月8日 | | |
| 所属学部 | 園芸学部 | | |
| 所属学科・専攻 | 食料資源経済学科 | 学年 | 3年 |

1. 留学先について

| | | | |
|----------|--|--|-------------------------------------|
| 留学先大学名 | Seinäjoki University of Applied Sciences | | |
| 留学先所属学部等 | 農学部 | | |
| 留学期間 | 出発日 8月20日 | 入学日 9月1日 | 修了日 5月31日 帰国日 6月2日 |
| 住居 | <input checked="" type="checkbox"/> 大学の寮 <input type="checkbox"/> アパート等 <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> その他 () | | |
| | 通学時間 | 5分 | <input type="checkbox"/> 大学の紹介・あっせん |
| | 通学方法 | 徒歩、メインキャンパスまではバスで45分 | |
| | 部屋のタイプ | <input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> ()人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> 共同スペース有 (キッチン、バスルーム) <input type="checkbox"/> 無 | |
| 食事 | 自炊 60% 学食 30% 外食 10% その他 () *%で記入してください | | |
| 保険 | 海外旅行保険(名称) | AIU海外留学保険 | |
| | 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 | ⇄ | ヘルシンキ(飛行機) ⇄ セイナヨキ(電車) |

2. 留学にかかった費用について

| | | | | | |
|-----|--|---|---|--------------------------------|---|
| 総費用 | 150万 | 円 | *おおよそでかまいません。 | | |
| 出処 | | | | | |
| 自費 | <input checked="" type="checkbox"/> 貯金 5万 | 円 | <input type="checkbox"/> アルバイト | 円 <input type="checkbox"/> その他 | 円 |
| 援助 | <input checked="" type="checkbox"/> 両親 70万 | 円 | <input checked="" type="checkbox"/> 家族・親戚 55万 | 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(埼玉発世界行) | 20万 | 円 |
| その他 | <input type="checkbox"/> 千葉大学助成金 | 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 9万 | 円 | <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード | 円 <input type="checkbox"/> その他() |
| 留学中 | <input type="checkbox"/> 海外送金 | <input type="checkbox"/> キャッシング | <input checked="" type="checkbox"/> その他(NEOMONEY) | |

2-2. 各費用の支払い方法 ex.)全額、クレジットカードで。

| | |
|-----------|----|
| 大学に払った費用 | 現金 |
| 住居にかかった費用 | 現金 |
| その他 | |

2-3. 内訳 * 外貨と日本円に換算した金額を両方記入してください

| 費目 | 外貨金額 | | 円貨金額 | |
|---------------|------|-------|---------|---|
| | 通貨単位 | | | |
| 渡航費(往復) | | | 118,000 | 円 |
| 海外旅行保険 | | | 190,230 | 円 |
| OSSMA | | | 29,160 | 円 |
| 査証・在留許可証 | € | 300 | 41,600 | 円 |
| 住居 | € | 1400 | 200,000 | 円 |
| 食費 | € | 1,400 | 196,000 | 円 |
| 通学に要する交通費 | € | 560 | 78,400 | 円 |
| 教科書、教材費 | € | 50 | 7,000 | 円 |
| その他大学に支払った経費 | € | 0 | | 円 |
| 光熱費 | € | 0 | | 円 |
| その他 (携帯料金) | € | 200 | 28,000 | 円 |
| その他 (学生証発行) | € | | | 円 |
| その他 () | | | | 円 |

3. 学業面 *必ず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 ^{ex.} 正規、聴講 | 単位数 | 単位認定の有無 |
|-------------------------------------|-------------------------|-----|--|
| 1 Intercultural communication | 正規 | 3 | <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 2 Marketing | 正規 | 2 | <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 |
| 3 Finnish 1 | 正規 | 2 | <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 4 Introduction of Agriculture | 正規 | 5 | <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 |
| 5 Introduction to Plant production | 正規 | 5 | <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 6 Animal Husbandry | 聴講 | 5 | <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 |
| 7 Farm plactice | 正規 | 10 | <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 8 Soil and Meteorology | 正規 | 3 | <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 9 Environmental Information systems | 正規 | 1 | <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 10 Introduction of Forestry | 聴講 | 10 | <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 |
| 11 | | | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 12 | | | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 13 | | | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 14 | | | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 15 | | | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 16 | | | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 17 | | | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 18 | | | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 19 | | | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |
| 20 | | | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 |

3-1. 授業科目の選択、登録方法 *登録時期や千葉大学と異なる方法で登録する場合など具体的に説明してください。

登録時期は特に決められていない。履修期間は厳密に設けられてはいないので、授業が開始して数回までは登録が可能。登録はネット上で行う。

3-2. 授業内容、方法に関して

毎週時間割が変わるので気を付けなくてはならない。日本に比べると、生徒が主体となって授業が進められていく印象を受けた。基本的にどの授業も講義型というより対話型であった。授業中の質問や議論が多い。

3-3. 語学力について

農学部では、フィンランド語の勉強をしないと授業はまったく意味は分からなかった。授業後や授業外に先生から個別のフォローを受けることで十分授業内容にはついていける。試験も英語で受けることが可能。メインキャンパスでは英語の授業がたくさんあり、わかりやすいものが多いと思う。

3-4. 図書館など学内施設について

図書館はとても充実しているが、返却期限を過ぎると罰金を取られることがある。学食はとても安く食べれるし、何か所かに分かれてある。メインキャンパスには小さいカフェやレストランもある。体育館は自由に使えるようになっている。パソコン室が解放されていて、印刷などは基本無料で行うことができる。

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。書ききれない場合には別紙等に続けてください。

4-1. 住居について

大学の寮に住んでいたが、3人で一軒家をシェア、するということだった。年上のフィンランド人の学生2人と住んでいた。入寮したときにおおまかなルールを決めたので、生活していて気になることや不満に思うことは何もなかった。基本的に家の中はこまめに全員で分担して掃除をした。フィンランドのドアはすべて自動的に鍵がかかってしまうので、常にドアを開けっ放しにするか、鍵を携帯しておくように気を付けた。火災報知器がキッチンの近くにあって反応しやすかったので、オープンを使うときは必ず窓を開けるようにした。

4-2. 食生活について

農学部では昼・夜の時間帯に学食が開いているので、よく利用した。そこではジャガイモが主食になるので、途中で飽きて数か月間学食に行かなかった。外食をするととても高くつくため、よく自炊をした。米は現地に売っていたし、調味料を少し日本から持って行っていたので日本食を作ったこともあった。しかし基本的には、友達にレシピ本を借りてフィンランド料理ばかり作っていた。朝ごはんには現地の人と同じように、ポリッジにジャムをかけて食べていた。現地の人が日常的に食べる、黒いライ麦のパンは慣れるとおいしいと思うようになったが、慣れるまですこし時間がかかった。冬になると野菜の種類が一気に減ってしまうので、少し困った。冬の間は日照時間が少なくなるので、ビタミンCの錠剤を飲んだり、多く果物をとるように心がけた。

4-3. インターネット環境、携帯電話について

大学の敷地内と、家の中ではWifiが使えた。ショッピングセンターやカフェ、駅などでも無料Wifiをつかえることが多かった。先生たちとのやり取りは基本的に電話かSNSだったので、日本から持って行ったスマートフォンとは別に、SIMフリーの携帯を先生から借りていた。それにプリペイド式のSIMカードを差して使っていた。途中で日本から持って行ったスマートフォンが壊れたので、NOKIAのSIMフリーの携帯を買った。それ以後はそれにSIMカードを差して、通話・SNS・インターネットを一台でできるようにした。SIMカードへの入金ネット上でもできるし、KIOSKIでもできるようになっているのでとても便利だ。30日間、通話・SNS・3G通信し放題という、月額20€のパッケージプランをよく使っていた。

4-4. 服装について

冬が寒いのがわかっていたので、ゴアテックのコートとヒートテックをたくさん日本から持って行った。普段の服も日本の服をそのまま持って行って使った。秋や春先は、太陽は出ていても風が強い日が多くあったので、たまたま持って行ったウィンドブレーカーがとても役に立った。

4-5. 健康管理について

乾燥していることが多かったので冬の間は予防でマスクをつけていることが多かった。それから、日本からサプリメントをたくさん持って行った。マルチビタミンや野菜のサプリメントは、忙しくてしっかり食事ができないときに重宝した。

4-6. 保険、OSSMAの利用 * 利用実績等をご記入ください

留学中に利用しなかった。

4-7. 課外活動について

希望者参加の農家視察学習に多く参加した。日帰りでいろいろな種類の農家に行き、中を見せてもらったり実際に働くというものだった。家畜を扱う農家はもちろん、野菜や果物を育てている農家や林業を兼業している農家に行った。林業学部にも在籍していたため、そちらの希望者実習にもよく参加させてもらっていた。木製のチップを使ったいろいろなエネルギープラントや、林業の会社へ行くことが多かった。それから、農家で住み込みで働かせてもらった。一度実習で行った農家がとても気に入ったので、そこへ4回ほど短期で行って牛舎の手伝いをした。全ての期間を合わせると1か月分以上働かせてもらった。企業に二週間ほどインターンをしにも行った。トマトをグリーンハウスで育てている企業で、生産と流通を勉強させていただいた。ボランティアで、大学の牛舎や豚舎をよく手伝いに行った。留学期間の最後には、林業学部のスタディーツアーにも参加させてもらった。島に泊まり込みで林業の仕組みや森林の中の生物について勉強した。

4-8. 学外のコミュニティとの交流について

特になかった。

4-9. 日本から持参してよかったもの

カイロ、和風パスタの元、めんつゆ、サプリメント、日本のお菓子、マスク、ラップ、乾燥味噌汁

4-10. 日本から持参したが不要だったもの

特になかった。

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)

フィンランド人は基本的に日本人とおなじような雰囲気なので、日本での最低限のマナーを守れば問題はないと思われる。多くの方はシャイで外国人にあまり話しかけてこないが、仲良くなると明るい人や面白い人が多い。とても優しい人ばかりだ。なにか贈り物をあげたり、送ったりすることが好きな人たちである。

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。

北欧(ノルウェー・デンマーク・スウェーデン)の旅/9日間、10万円 ロンドン/5日間、8万円 ドイツ/8日間、15万円 フランス/8日間、4万円 エストニア/日帰り、1万円

その他

フィンランドの国内でもいろいろなところに旅行に行きました。北のロヴァニエミやオウルから南部のヘルシンキまで、有名な観光所には生きつくしたと思います。

5. 報告 * 5-1~4は、年度末発行の留学報告書の原稿となります。

5-2. 留学先大学について(150~200文字)

都会というよりは、どちらかというと田舎のほうにあるのんびりとした大学です。国際交流に力を入れているので、毎年多くの交換留学生や短期留学生が来ます。メインキャンパスは川沿いにあり、新しく綺麗な校舎ばかりです。農学部キャンパスはさらに田舎の平野にあります。こじんまりとしていますが、その分生徒と先生の距離が近く、居心地のいい大学でした。

5-3. 留学中の様子(450~500文字)

最初に大学についたときは、農学部キャンパスでたった一人の留学生だと聞いて本当に驚きました。英語の授業を受ける予定だったのがいきなりフィンランド語で授業を受けることになり、セメスター開始の二週目には泊まり込みの実習があったので、最初の一か月は授業内容のというよりフィンランド語の猛勉強でした。本当に不安ばかりでしたが、多くの先生や友達が心配して助けてくれました。数か月経つといろんなところから日本に関するプレゼンテーションを頼まれて、ほとんど全学部でいろいろなプレゼンテーションを行いました。春セメスターからは農学部だけでなく林業学部にも在籍しました。そこでは教授に頼まれて、何度か本格的に授業も行いました。友達が応募して、地方紙ですが新聞に載せてもらったりもしました。授業がないときは友達の家遊びに行きました。それから何度も農家で働かせてもらいました。泊まり込んで、フィンランド人は優しい人ばかりで、いろんな人にお世話になりました。日本ではできない経験をたくさんさせていただきました。

5-4. 留学希望者へのアドバイス(300~400文字)

このような長期留学は、なかなかできない貴重な体験だと思います。自分の限界を越えたり新しいことに挑戦するいい機会です。また、日本から離れて自分自身を見直すとてもいい機会です。留学生活に慣れてきたら、自発的にいろいろな事に飛び込んで行ってみてください。もしかしたらそこで人生を変える出来事や出会いがあるかもしれません。それから、留学生として派遣されるために他国からの留学生との交流が多くなるわけですが、できるだけ現地の友達をたくさん作ってください。そしていろいろな人のお宅に遊びに行ったり、現地の料理を教えてもらったり、自分から彼らに近づくよう意識して生活してみてください。その国を知るには、まずその国の人からです。よい留学生活になるよう、応援しています。

お疲れ様でした

国際教育センター海外留学支援室 2015.2作成版