

## 派遣留学生帰国報告書

記入日	12月29日
所属学部	法政経学部
所属学科・専攻	法政経学科政治政策コース

### 1. 留学先について

留学先大学名	リンショーピン大学							
留学先所属学部等	Arts and Sciences							
留学期間	出発日 8月17日	入学日 8月23日	修了日 11月31日	帰国日 12月1日				
住居	大学(紹介)の寮・アパート	<input type="radio"/>	民間アパート	<input type="radio"/>				その他( )
	通学時間	約10分				On campus		
	通学方法	自転車または徒歩						
	居室スペース	個室	( ) 人部屋		その他( )			
	共有スペース	完全個室	キッチン	<input type="radio"/>	トイレ	バス	リビング	その他( )
食事	自炊 50 %	学食 20 %	外食 30 %	その他 ( ) %				
保険	海外旅行保険(名称)	海外旅行保険たびほ						
	派遣先大学指定の保険(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)							
	成田国際空港		ストックホルム(飛行機)		⇄ リンショーピン(電車)			

### 2. 留学にかかった費用について

総費用	61万	円							
出処									
自費	貯金	円	アルバイト	19万	円	その他	円		
援助	両親	円	家族・親戚	10万	円	その他	円		
奨学金	JASSO	32万	円	その他名称( )	円				
その他	千葉大学助成金	円	その他( )	円					

## 2-1. 財政管理の方法

渡航時	現金	4万	円	その他( )	円
留学中	海外送金	キャッシング		その他( クレジットカード )	

## 2-2. 各費用の支払い方法

大学に払った費用	0円
住居にかかった費用	22万
その他	

## 2-3. 内訳

費目	外貨金額		円貨金額	
	通貨単位			
渡航費(往復)			16万	円
海外旅行保険			5万	円
OSSMA			2万	円
査証・在留許可証				円
住居			22万	円
食費			15万	円
通学に要する交通費			1万	円
教科書、教材費				円
その他大学に支払った経費				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

履修科目名	種類 <sup>ex.正規、聴講</sup>	単位数	単位互換認定申請の有無		
			有	○	無
1 Religion, Violence and Terrorolism	聴講	0	有	○	無
2 Contemporary European Governance	正規	0	有	○	無
3 Working With 'The Real': Documentary Film	正規	0	有	○	無
4			有		無
5			有		無
6			有		無
7			有		無
8			有		無
9			有		無
10			有		無

## 3-1. 授業科目の選択、登録方法

科目はシラバスを見て自分で登録する。自力で説明をみながら登録した。

## 3-2. 授業内容、方法に関して

授業形態は先生や人数により大きく変わってくる。(1)大人数の場合:一般的な講義と同じ。隣の人とディスカッションを途中ではさむ。(2)少人数の場合:それぞれが自由に発言するような雰囲気であった。

## 3-3. 語学力について

スウェーデンに住む人々は皆英語が話せるため、スウェーデン語を全く勉強しなくとも生活することができる。そのため、スウェーデン語は日常会話に留まったが、英語に関しては、授業での議論を中心に学術的に話さなければならないことが多く、練習を自分自身でも行っていたためか、とても上達した。

## 3-4. 図書館など学内施設について

学内施設はどの校舎もとても綺麗で暖かく、沢山のところに学生の集まってグループワークができる場所があり、コミュニケーションのきっかけとなるようなスペースが多くあった。不自由した経験はあまり思い出されない。唯一あげるとするならば、コピー機が英語に対応しておらず、英語の説明も周りになかったため、とても苦労した。

## 3-5. その他

## 4. 生活面

## 4-1. 住居について

個室の関してはなにも問題なかったが、共有スペースは片付けを怠る人がいたり、管理の難しさがみられた。

## 4-2. 食生活について

食生活は、なるべく自炊を心がけた。外食はあまり美味しいと言えず、自炊のほうがいつも満足感が高かった。日本よりもパンや食品の種類がとても豊富で、楽しみながら自炊していた。日本からの輸入品はほとんど見つけられず、見つけられたとしてもとても高いので、これだけは、という物はやはり日本から持参するのが一番だと思った

## 4-3. インターネット環境、携帯電話について

インターネットがもともとついていて、自分で契約する必要などはない。しかし、ワイファイルーターが必要となる。幸いにも、以前住んでいた日本人の方が譲ってくれたため、買う必要がなかった。コミュニティで再利用など頻繁に行われているので、情報収集は欠かせない。携帯電話は買わなかった。家でのみインターネットに接続していた。

## 4-4. 服装について

とにかく寒さが厳しいため、ヒートテックは必須であり、日本の寒さと比較してはいけなない。H&Mがあるため、安価に服を買うことはできるが、上質なものを買おうとすると高くつくため、やはり日本からきちんと持ってくるのが一番だと感じた。

## 4-5. 健康管理について

健康管理よりも精神管理のほうが重要であると感じた。寒さが厳しくなると外にでるのが億劫になりがちであるが、積極的に外に出、友人と外出するようにしていた。

## 4-6. 保険、OSSMAの利用

どちらとも幸いにも利用するに至らなかった。

## 4-7. 課外活動について

## 4-8. 学外のコミュニティとの交流について

## 4-9. 日本から持参してよかったもの

ヒートテック、カップラーメン、もち

## 4-10. 日本から持参したが不要だったもの

変圧器

## 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)

日本人と国民性が似ている。あまりオープンな印象は抱かない。ただ、お店などに入った際、必ず客と店の人が挨拶を交わす習慣はとても素敵であると思った。

## 4-12. 余暇の過ごし方

旅行

【バルト三国、イギリス】2016年10月(13日間)、約7万円

その他 \* 気分転換やストレス発散法など。

好きな音楽を好きなだけ聞く、日本にいる友人とスカイプ、友人と一緒にご飯をつくる

## 5. その他

## 5-1. 留学先大学について

とても多くの学科があり、留学生も多くの国から集まっており、多様性に溢れた大学であった。

## 5-2. 留学希望者へのアドバイス

何のために留学するのか、そして留学修了の先のビジョンをはっきりと描くこと。

## 5-3. 留学を終えて

留学を終えて、日本への帰属意識のようなものを強く感じるようになった。日本が国際社会において名誉ある地位を確立する一助になりたいと考える。また、多角的に物事を見る力がついた。一見、良いことばかりに見えても、違う側面からみると問題点が発見できるということを身を持って学ぶことができた。この経験を生かし、既存のものを批判的に観察し、よりよいものをそこから創り出せる能力を社会経験を通して学んでいきたい。