

広島大学短期交換留学プログラム 派遣留学報告書【オンライン】  
HUSA (Hiroshima University Study Abroad) Program Report

記入日/Date		年 月 日(YYYY/MM/DD)
派遣プログラム Name of Program	<input checked="" type="checkbox"/> HUSA <input type="checkbox"/> USAC <input type="checkbox"/> UMAP	
留学先大学 Host University	ユヴァスキュラ大学 (国名/Country : フィンランド )	
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	Department of Social Sciences and Philosophy	
在籍身分 Status at Host University	Exchange Student (ex. Exchange Student, Special Auditing Student)	
留学期間 Period of Program	2021年 1月 4日 ~ 2021年 5月 23日 (YYYY/MM/DD) (YYYY/MM/DD)	

### 1. 留学するまで / Preparation for the Program

留学への志望動機・ 派遣先大学を希望した理由 Purpose of Study / Reason of Host Choice	海外にある程度まとまった期間行ってみたいという、何となくの興味が大学入学以前からずっとあったように思います。日本以外の国を見てみたい、世界の人人々と交流できる人間になりたい、その一歩目として留学を考えていました。ユヴァスキュラ大学を選んだ理由、というよりかはフィンランドという国を選んだ理由になるのですが、これは私が以前から政治や福祉に興味があったからです。フィンランドは国連から発表されている幸福な国ランキングでも一位になるような国であり、その理由は何なのだろうと興味を持ち、実際にそこで生活してみたいと思いました。
留学準備を始めた時期（応募する何 か月前ですか？） Commencement of Preparation for Application	コロナ禍で、渡航できるかどうか分からない時間が長かったので、実際に渡航するための準備（宿泊、ビザなど）の準備は広島大学からの連絡が来るまでしていませんでしたし、実際することはなかったです。それ以外の準備は基本的に書類の準備だけだったように思います。具体的にいつからというのは覚えていませんが、オンライン留学だったのでそんなに時間はかかってないです。
事前準備について（どのような準備 をしたか、しておけばよかったか） Preparation Completed Prior to Study Abroad	特に何もしていません。オンラインだったので。

### 2. 渡航について / Visa and Flight Information

ビザについて Visa	ビザの種類 / Visa Type : ..... ビザ申請先 / Location of Visa Application : ..... 提出書類 / Required Documents : ..... 手続きに要した日数 / Duration of Visa Application Process : .....
その他必要な事前手続き Other Required Procedures	
出国年月日/ Date of Departure	年 月 日 (YYYY/MM/DD)
経路（往路）/ Route (Outward)	
現地での出迎え Pick-up Service	<input type="checkbox"/> 有/Yes (大学関係者/Univ. Staff ・ その他/Others) <input type="checkbox"/> 無/No
到着後オリエンテーションの有	<input type="checkbox"/> 有/Yes    有の場合 期間/Period : _____ - _____

無・期間・内容 Orientation, Period, Contents	<input type="checkbox"/> 無/No	(If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation
帰国年月日 / Date of Return	年 月 日 (YYYY/MM/DD)	
経路(復路) / Route (Return)		

### 3. 留学費用について / Expenses

科目 金額 / Expenses	総額		円/yen
	Total Amount		0
内訳 Details	渡航費(往復) / Flight Ticket (Round Trip)		円/yen
	ビザ申請手数料 / Visa Application Charge		円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge		円/yen
	保険料 / Travel Insurance		円/yen
	教材費(授業料以外の学費) / Learning Material (Extra Tuition Fee)		円/yen
	宿舍費(住居費) / Accommodation Fee		円/yen
	光熱費 / Utility Cost		円/yen
	食費 / Meal Cost		円/yen
	通信費(インターネット・携帯) / Internet, Phone		円/yen
	交通費(宿舍-大学間) / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)		円/yen
	交際費 / Social Expenses		円/yen
	その他 / Others ( 費)		円/yen
( 費)		円/yen	
( 費)		円/yen	

### 4. 授業・修学について / Courses and Study

授業の概要について(カリキュラム, プログラム, 履修した科目, 時間数, 履修形態等) / Brief Description of Courses (Curriculum, Program, Registered Courses, Study Hours, Course Style)	<p>Introduction to Intercultural and Multilingual Communication            Personality Psychology I (Independent study)            Finnish History, Culture and Society: an Introduction            Ethics of Science (Independent study)            Ethics of Global Responsibility (Independent study)</p> <p>※Independent study というのは、授業はなく、課された課題を各自取り組む方式の授業のことです。課題はレポートやテストがありました。</p>
単位互換希望の有無 / Credit Transfer from Host to Home University	<input checked="" type="checkbox"/> 有/Yes <input type="checkbox"/> 無/No
授業・勉強についてのアドバイス(留学前の履修, 留学中, 単位取得等) / Advice for Class and Study (Before and During Study Abroad)	<p>・わからないことは兎に角メールして聞きましょう。ただでさえオンライン、留学生、完全アウェーな環境なので、わからないことを放置していても誰も解決してくれません。ちょっと図々しいぐらいの気持ちでいけばいいと思います。</p> <p>・授業は積極的に参加しましょう。ただでさえオンラインなので授業外の学生や先生との交流はありません。友達を作るのは非常に難しいです。そのため、授業のディスカッションの時間等では積極的に参加して、少しでも得るものを増やしましょう。私自身、最初は緊張して全然話せなかったのですが、</p>



(3) 危険を感じた地域、状況、安全管理において注意したこと / Dangerous Situations and Locations Encountered, Possible Advice for Risk Management
(4) 食生活についてのアドバイス / Food – Related Advice
(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing
(6) 学内外の施設・設備環境について（インターネット環境含む） / Available Resources (Library, Cafeteria, Campus Wi-Fi, etc. )
(7) 現地学生や地域との交流について（どのような、機会・きっかけがありましたか？） / Communication with Local Students and People (Available Opportunities?)
(8) 習慣やマナーの違いによる対人関係等、注意すべきこと / Care and Attention regarding Customs and Manners
(9) 日本から持っていくべきもの、持っていきべきでないもの / What Should You Bring? What Should You NOT Bring?
(10) その他生活等に関して参考となる情報・アドバイス / Other Useful Information and Advice about Life Abroad

6. 帰国後の進路について / Your Career After Study Abroad	
卒業予定年月 Expected Graduation Month and Year	2023年 / year 3月 / month (当初の卒業予定年月 / Expected Month and Year before Studying Abroad 年 / year 月 / month)
卒業が遅れる見込みの場合、その理由 Reason for Extension of Graduation Month and Year?	<input type="checkbox"/> 4年次に留学したため / Participation in HUSA during 4th Year <input type="checkbox"/> 単位不足のため / Amount of Credits <input type="checkbox"/> 新卒で卒業するため / In order to graduate as a “new” graduate <input type="checkbox"/> その他 / Others (具体的に / Specific reason: )
現在の状況および今後の予定・進路等 Current Situation, Plan and Career	現在は三年生で、広島大学の授業を受けています。学業と並行して民間企業のインターンシップなどの就職活動にも取り組んでいます。今後ですが、四年で大学を卒業し、民間企業への就職を考えています。
就職活動や留学前の単位取得、教育実習等についての工夫 Pre-arrangement by yourself for your future job hunting, acquisition of credits of required courses and practicum, etc.	就職活動においても留学経験はアピールポイントになると思うので、生かそうと思っています。

7. 留学準備、留学中に役立った書籍、ウェブサイト等 / Useful Books and Website for Study and Life Abroad		
書籍、サイト名 Name of Book or Website	詳細（出版社、URL等） Details (Publisher, URL etc.)	コメント Comments


**8. 後輩へのメッセージ / Message for Outgoing Students who Desire to Study Abroad**

まだコロナウイルスの状況がどうなるかわかりませんが、出来る限り実際に渡航してほしいと思います。オンライン留学をすることを決断する前から分かっていたことではありましたが、やはりオンラインと実際に渡航するのでは学べる事、得られることが全然違います。留学の価値は授業は勿論のこと、むしろ授業外での人々との交流や、現地での生活にあると考えているので、状況が許すのであればぜひ実際に渡航してほしいです。

**9. 自由記述（日本語・1,200 字程度） / Feedback (English about 600 words)**

2021年5月19日、最後に残っていた心理学のテストをもって、僕のオンライン留学は終わりました。それはあまりにも呆気なく、留学が終わった実感のなさに戸惑いすら覚えます。本来なら、実際に渡航していたのであれば、今頃友との別れを惜しみつつ、最後の数日を満喫しようと楽しんでいただろうでしょう。しかし、僕が経験した“留学”はテストが終わって点数を確認した後、ベッドに寝転がって『範馬刃牙』を読むことで終わりました。日常と非日常の境界線はなく、むしろ日常の中にオンライン授業が入っていただけという感覚です。

とはいえ、得るものはそこそこありました。僕にとって印象的な出来事は、やはり最初のオリエンテーションだったと思います。当時、年明け早々、まだ慣れない中オリエンテーションがあり、zoomで話を聞いただけなのにすごく緊張していました。色んな説明がされたのですが、その中で外国語研究センターみたいなのところの説明の際に、予想だにしていなかったディスカッションの時間がありました。急に少人数のグループに分けられると他のメンバーはみんなヨーロッパの学生。僕はとても緊張していたし、急なディスカッションで戸惑いもあったし、自分の英語に自信もなければ、グループのメンバーは英語ペラペラで劣等感に押しつぶされそうでした。結局、そのディスカッションで僕は二、三言しか話せず、色んなストレスが積み重なり、俗に言う、ちょっと病みました。なんでオンライン留学なんてしたんだろう、自分は別に英語なんて好きじゃないんじゃないか、そんなネガティブな考えで頭の中が埋め尽くされた日が数日続きました。

その後、履修登録の時期になり、例のオリエンテーションで僕にとってのトラウマディスカッションをさせた先生がオススメしていた授業を思い出しました。それは多文化コミュニケーションに関する授業だったのですが、僕のような英語を第一言語としない学生向けのディスカッションベースの授業でした。僕は悩んだ挙句、憤りとも呼べる感情と共にその授業を履修しました。正に、“負けっぱなしで終われるか”マインドでした。今振り返ってみると、情緒不安定なように思えるのですが、当時は英語を話せない自分が悔しくて仕方ありませんでした。この授業で変わるかもしれない、変わらなければいけない、そんな気がしました。

結論から言うと、恐らく僕は変わりました。自分の英語に期待しなくなったのです。これは決して絶望ではありません。むしろ健やかな精神状態なのです。再現性の高い話だと思うので、ここで共有します。僕が英語を話せない最大の理由、それは自身の英語に対する完璧主義が原因でした。これまで日本の学校の英語のテストや受験では、劣等感を抱いた経験がありませんでした。いつの間にか膨れ上がった僕の自意識が、自分の下手糞な英語を許さなかったんだと思います。完璧な文法で話さないといけない、完璧な発音で話さないといけない、間違っちゃいけない、それは恥ずかしいことだと、無意識に思っていたし、その無意識が僕の言葉を喉元で妨げていました。

それに気づいてから肩の力が抜けたのを感じたのを覚えています。傍から見ると大したことではないかもしれませんが、これは僕にとってはパラダイムシフトでした。たとえ自分の英語が下手糞でも、難なく相手には伝わります。自分の英語を過度に気にしているのは自分自身を除いて他に誰もいません。自分で勝手に越えられないほどにハードルを上げて、勝手に苦しんでいました。これに気づいただけでも、僕の留学には価値があったと言い切れます。

今後ですが、まだ内省の必要がありそうです。これまでの僕の人生で、英語は意思決定の中枢でした。高校も大学も英語を学べる環境を選んだし、英語のテスト結果や資格を重視される場所を選んできました。しかし、今回の留学で、僕にとって英語は“Can”に過ぎず、“Want”ではないことに気づきました。これから苦悩しつつも、自分が心の底から好きだ、これがしたいと言えることを見つけたいと思っています。

ここまで長く書いてしまい申し訳ございません。これは誰の為でもなく、自分自身のために書いたのだと思います。けれど、もしこの稚拙な文章から得られるものがあつたら、僕は心から嬉しいです。（写真はありません）