

広島大学短期交換留学 (HUSA) プログラム 派遣留学報告書

	記入日 平成 28 年 2 月 5 日			
所属学部・研究科	総合科学部/研究科 2 年次 (留学開始時点)			
留学先大学	マルメ大学 (国名: スウェーデン)			
所属学部・学科等名	世界政治学部 平和と論争学学科			
在籍身分	学部学生			
留学期間	平成 26 年 8 月 17 日 ~ 平成 27 年 1 月 29 日			
1. 渡航について				
ビザについて	ビザの種類: ビザではなく、移乗許可証			
	ビザ申請先: スウェーデン			
	取得方法, 提出書類: インターネットでの申し込み、移民局での指紋確認のあと、郵送された。			
	手続きに要した日数: 4 か月			
その他必要な事前手続き				
出国年月日	平成 27 年 8 月 17 日			
経路	広島→東京→イスタンブール→コペンハーゲン→マルメ			
現地での出迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 有 (・大学関係者 ・その他) <input type="checkbox"/> 無			
到着後オリエンテーションの実施状況・期間・内容	2 週間毎日アクティビティやガイダンスで新入生をおもてなし。			
帰国年月日	平成 27 年 1 月 30 日			
経路	マルメ→コペンハーゲン→イスタンブール→東京→広島			
2. 留学経費について				
所要経費	総額		円	
	内訳	渡航費	100000	円
		保険料	0	円
		教科書代(学費)	530000	円
		宿舍費	299350	円
		食費	480000	円
		その他 (旅行 費)	285000	円
	(費)		円	
	(費)		円	
3. 授業について				
2015 年 1 学期	8	月 21	日 ~ 9 月 11 日	

2015年 2 学期	9 月 10 日 ~ 10 月 9 日
2015年 3 学期	10 月 9 日 ~ 11 月 20 日
2015年 4 学期	12 月 1 日 ~ 1 月 15 日
授業の概要について (カリキュラム, プログラム等)	1. 平和と論争学の歴史 2. 平和と論争学の形態 3. メディアと論争 4. 「敵」とは
単位互換希望の有無	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 ※有の場合, 所属学部支援室へ提出の単位認定申請書類のコピーを添付すること
学術面に関する後輩へのアドバイス	シラバスをしっかりと読み、そのとおりに読み進めていくことをおすすめする。
4. 生活等について	
(1) 留学先の住居について	
住居の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の寮 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> その他 ()
住居の広さ	約 3.24 m ² 同居人の有無 <input type="checkbox"/> 有 (人) <input checked="" type="checkbox"/> 無
住居に附属する設備	<input checked="" type="checkbox"/> 電気 <input checked="" type="checkbox"/> ガス <input checked="" type="checkbox"/> 水道 <input checked="" type="checkbox"/> 給湯 <input checked="" type="checkbox"/> シャワー <input type="checkbox"/> 風呂 <input checked="" type="checkbox"/> 水洗便所 <input checked="" type="checkbox"/> 暖房 <input type="checkbox"/> 冷房 <input checked="" type="checkbox"/> 台所 <input type="checkbox"/> 食堂 <input type="checkbox"/> 固定電話 <input type="checkbox"/> インターネット <input type="checkbox"/> その他 ()
住居費	1ヶ月当たり 3658 sek (現地通貨) 約 55000 円
住居を決定した方法	<input checked="" type="checkbox"/> 留学先大学の紹介 <input type="checkbox"/> 友人・知人の紹介 <input type="checkbox"/> 不動産業者 <input type="checkbox"/> その他 ()
留学先での住居全般に関するアドバイス	広いし、清潔なので、特になし。
(2) 医療について	
1日以上入院を要する病気・怪我等を	<input type="checkbox"/> した <input checked="" type="checkbox"/> しなかった
入院した場合	により 日入院
留学に当たり保険を	<input type="checkbox"/> 掛けた <input checked="" type="checkbox"/> 掛けなかった
掛けた場合	<input type="checkbox"/> 日本 <input type="checkbox"/> 留学先国 <input type="checkbox"/> その他 ()
掛け金は	年間 円 補償額 死亡 円, 入院1日 円 その他 ()
留学前後での予防接種の必要の有無	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
有の場合, その種類, 回数, 費用, 受けた医療機関名	
日常的な健康について不安が	<input type="checkbox"/> あった <input checked="" type="checkbox"/> なかった あった場合その理由:
留学先国の医療事情 (日本と比較して)	日本のほうがしっかりしている。友人の話によると、EU 外の人々は書類審査ですごく長く待たされるらしい。

留学先での健康管理, 衛生面について特に注意すべきこと	毎日うがいをし、のどを温めることが大切。寒い国なので、ファッションよりも防寒を優先するべき。	
(3) 危険を感じた地域, 状況		
お正月のマルメ駅は大変危険。飲酒運転などが多数あり、打ち上げ花火の管理がされていないため、あまり近寄らないことを勧める。		
(4) その他生活等に関して参考となる事項		
中古の自転車を買うことをお勧めする。半年でも、非常に助かるうえ、最後にはほとんど必ず次の留学生に売ることができる。		
5. 帰国後の進路について		
卒業予定年月	平成 31 年 3 月 (当初の卒業予定年月 平成 31 年 3 月)	
卒業が遅れる見込みの場合, その理由	<input type="checkbox"/> 4年次に留学したため <input type="checkbox"/> 単位不足のため <input type="checkbox"/> 新卒で卒業するため <input type="checkbox"/> その他 (具体的に)	
現在の状況および今後の予定・進路等	現在も特に問題はなく卒業できるはず。	
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	留学の単位交換はあまりしてもらえないが、卒業に影響はでない。	
6. 留学準備, 留学中に役立った書籍, ウェブサイト等		
書籍, サイト名	詳細 (出版社, URL 等)	コメント
7. 自由記述 (後輩へのアドバイス等)		
初めは色々不安なこともあるだろうが、手助けを求めれば、絶対助けてくれるので、あまり心配せず是非留学に行ってみてほしい。		

学習概要レポート

交換留学をするということは、思っていたより準備の必要なものであった。協定校との連絡、奨学金書類のやりとりなど、今まで経験したことのないことがたくさんしかかってくる。そんな中で、全てのやりとりの間を管理し、私自身がスムーズに留学先に入学できるようにしてくれたのは HUSA プログラムであった。元々希望していた協定校には入れず、すっかり自信を無くしていた私に様々なほかの大学を進めていただいたのは HUSA プログラムのコーディネーターさんであった。この方がいなかったら、私は大学での留学を諦めていただろう。分からないことがあるとすぐこの方に連絡することができたので、精神的な面でもすごく支えられた。HUSA プログラムに支えられて、留学先の入学や奨学金の管理などは比較的スムーズにすることができたと私は考える。

ここからはマルメ大学の学習についてレポートしたいと思う。正直なところ、留学先での勉学は思っていたよりも困難であった。講義内容自体はそれほど難しいものではなかったが、スウェーデンの学習スタイルに慣れるまで時間がかかってしまった。スウェーデンでは国が大学の補助をたくさんしているので、使用している金額設定を上回ることができない。そのため、どうしても一科目の授業時間が短くなってしまふ。マルメ大学では一週間に 7 時間しか授業時間はないが、一週間に 45 時間勉強する目安で講義が進められる。授業は非常に短い、やる内容は多い。つまり、自主的に勉強する時間が多く求められるということだ。

無論今までも自主的に勉強をしてきた。がしかし、ここまで膨大な量の資料や課題をしたことはなかった。はじめの 1ヶ月はそこにつまずき、ついていだけで精一杯だった。しかし、最後まで諦めずにコツコツと勉強を進めていくうちに、資料を早く読み取る方法や、長時間集中する方法を自然と身につけていった。毎日新聞も読むようになり、毎週行われる討論会でも積極的に参加できるようになった。

平和と論争学では答えのない題材が多い分、討論やプレゼンテーションなどでしっかりと自分の意見を相手に伝えることが重要である。意見も根拠のないものでは到底認められない。反対意見も考察したうえでいかに理論的に反論できるかがポイントとなってくる。

毎日新聞を読む時に自分の意見はなんだろうと意識してみた。新聞の内容でさえも疑い、気になったものはとことん調べた。知識を積むだけでなく、自分は何に興味があって、物事についてどう思っているのだろうと常に意識した。これを続けることで、自ら自分のアイデンティティを発掘することが可能になっていった。小さな努力でさえも長く続けると大きく実るのだということを実感させられた。

このように、長期留学はたくさんのことを学ばせてくれた。知識だけではなく、精神的な面でも大きく成長できただろう。広島大学に帰国してからも、これらの経験を忘れずに将来を見据えていきたいと思う。

生活概要について

スウェーデンでの暮らしは、初めは慣れない事ばかりだった。英語も日本語も伝わらない国に行くことさえ初めてだったので、不安だらけであった。着いた日の駅では場所を聞いても声が小さすぎて相手にしてもらえず、仕方なく地図でどうにかホテルまでたどり着いた。スウェーデン語を話せない私をみて、周囲の人間が皆白い眼で見ているような気がして、どんどん自信を無くしていった。「やはりイギリス留学にしておけばよかったかな」、とそのような考えを必死で押し殺して最初の2日間は過ごした。この時にはもう帰りたいとすでに思っていた。

だが、マルメ大学留学生の歓迎日になった途端、スウェーデンのイメージががらっと変わった。とにかくたくさんさんのスタッフや生徒たちが両手を広げて待ち受けてくれていたのだ。私と同じ待遇の留学生たち（全くスウェーデン語は話せない）もたくさんおり、皆社会的で優しく、すぐに沢山の友達ができた。特に同じ階の人達とはすごく波長が合い、毎日一緒にご飯を作ったりゲームをして遊んだ。学校側が留学生たちに二週間のアクティビティプログラムを用意してくださっていたため、毎日充実した日々を過ごすことができた。このようなプログラムを考えていただいたため、気が付いたらすっかりマルメに馴染んでいた。

留学して、生活習慣もがらりと変わった。スウェーデンでは消費税が25パーセント以上もあるため、物価が以上に高い。学食も1000円以下で購入できるものなど殆どない。そのため、自然と毎日自炊するようになった。毎日欠かさずご飯を作るということは思っていたほど難しいことではなく、次第に料理することの楽しさを実感していった。また、自炊するため、自分の体内に入れる食べ物を全て把握することができ、万事健康を維持することができた。自炊することがきっかけで、マルメでは一度も風邪を引かずに過ごした。体にいいものを取り入れるということがここまで日常生活に直結するとは思ってもみなかった。スウェーデンにきてまた一つ、良い習慣を身につけることができた。

「留学期間は半年しかない。その限られた時間の中でいかに自分が成長できるか、そこが勝負だ。」と数々の留学経験者からアドバイスして頂いた。その言葉をモットーに半年間がむしゃらに色々なことにチャレンジしてみた。慣れない勉強習慣や金銭面での格闘も決して楽なものではなかった。しかし、私はあえてこの不自由な生活を楽しんだ。料理を楽しんだり、無料で周れるウォーキングツアーなどに参加したり。3日以上のお休みがあれば必ず旅行を計画し、様々な文化や歴史に触れ合ってみた。デンマーク、イタリア、フィンランド、

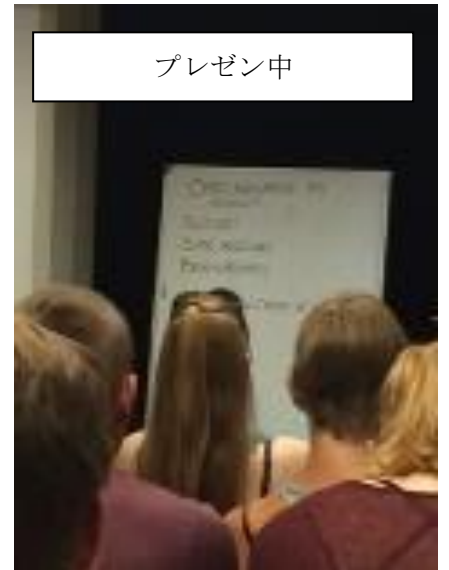
ギリシャ、イギリスなど、それぞれの国の長所、短所を自分なりにまとめてみた。これらの旅行も日々の節約がなければこれほど多くの場所は行けなかっただろう。

半年間という中で、自分はどれほど成長できたのだろう。数字や文章で表せるものではない。だが、確実に成長できたと思うのは、解決策を探る力だろう。何事にも諦めず前向きの考える力はこれからも十分役に立てるだろう。CAという将来の夢も諦めず、前向きにインターンシップに応募してみたのもきつとこのおかげだろう。この留学で学んだことを忘れず、平和への道を探求していきたい。

留学写真集



ストックホルム旅行にて



プレゼン中



寮の同じ階に住む子達。一番仲良しグループ



先輩に餃子作りを教えたとき



毎日の積み重ね



隣町のイスタッドのツアー