

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 29 年 6 月 11 日			
所属学部・研究科	法学部／研究科 3年次 (留学開始時点)			
留学先大学	ユヴァスキュラ大学 (国名: フィンランド)			
所属学部・学科等名	Social Sciences			
在籍身分	Exchange student			
留学期間	平成 28 年 8 月 12 日 ~ 平成 29 年 5 月 31 日			
<b>1. 渡航について</b>				
ビザについて	ビザの種類: Residence permit			
	ビザ申請先: フィンランド移民局 (Finnish Immigration Service)			
	取得方法: オンライン申請後、大使館に直接行きます。			
	提出書類: 受け入れ許可書、海外旅行保険、残高証明			
	手続きに要した日数: 約1ヶ月			
その他必要な事前手続き				
出国年月日	平成 28 年 8 月 12 日			
経路	福岡~上海~フランクフルト~ヘルシンキ			
現地での出迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 有 (・大学関係者 ・その他 チューター) <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	学生チューターから大学やまちの案内をしてもらった。 8月の Summer course の期間内で行われる。 9月から来た留学生向けにもう一度行われていた。			
帰国年月日	平成 29 年 5 月 13 日			
経路	ヘルシンキ~モスクワ~成田			
<b>2. 留学経費について</b>				
所要経費	総額	1,3250,00 (+広大学費)	円	
	内訳	渡航費	150,000	円
		保険料	120,000	円
		教科書代(学費)	5,000 (広島大学に 535,800)	円
		宿舍費	300,000	円
		食費	300,000	円
		その他 ( 娯楽 (旅行等) 費)	300,000	円
		( 生活準備費 )	100,000	円
( 国内交通費 )	50,000	円		

3. 授業について			
年 秋 学期	9 月 1 日 ~ 12 月 20 日		
年 春 学期	1 月 4 日 ~ 5 月 12 日		
年 学期	月 日 ~	月 日	
年 学期	月 日 ~	月 日	
授業の概要について (カリキュラム, プログラム等)	所属学部以外の授業でも、留学生向けの授業はとることができる。 Spring term, Autumn term の2学期制だが、1~4 period に分かれている。 全ての授業が同じ期間に行われるのではなく、授業によって期間が異なることが多々あった。		
単位互換希望の有無	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" 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	授業日程など変則的なこともあるので、シラバスをしっかりと確認して履修登録をすること。		
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 type="checkbox"/> 大学の寮 <input checked="" 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 9 m <sup>2</sup>	同居人の有無	<input checked="" type="checkbox"/> 有 ( 2 人) <input 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 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 checked="" type="checkbox"/> インターネット <input type="checkbox"/> その他 ( )		
住居費	1ヶ月当たり 242,45 ユーロ	(現地通貨)	約 30,000 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			
(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 checked="" type="checkbox"/> 掛けた <input type="checkbox"/> 掛けなかった		
掛けた場合	<input checked="" type="checkbox"/> 日本 <input type="checkbox"/> 留学先国 <input type="checkbox"/> その他 ( )		
掛け金は	年間 120,000 円 補償額 死亡 1000 万円, 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)	(友人から聞いた話) 大学内に保健センターがある。予約すれば受診できる。 医療費は無料だが、薬代はかかる。	
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	衛生面で気をつけることは特にありません。 夏、冬で日照時間の変化が大きいため、ビタミン剤を飲むなど体調に合わせて対応していく必要があると思います。	
(3) 危険を感じた地域、状況		
なし		
(4) その他生活等に関して参考となる事項		
お店やオフィスが空いている時間が短いので注意が必要です。日曜日はお休みのお店も多くあります。		
<b>5. 帰国後の進路について</b>		
卒業予定年月	平成 31 年 3 月 (当初の卒業予定年月 平成 30 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 checked="" type="checkbox"/> その他 (インターンシップで1年間休学するため。)	
現在の状況および今後の予定・進路等	大学院進学	
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	留学に行く前になるべく多くの単位を取得しておくと思います。 現地でも就職活動の情報を集める、ヨーロッパで開催される合同説明会に参加する等できることはあります。	
<b>6. 留学準備、留学中に役立つ書籍、ウェブサイト等</b>		
書籍、サイト名	詳細 (出版社、URL 等)	コメント
地球の歩き方 北欧	ダイヤモンド社	地図や交通情報が詳しいので役立ちました。
フィンランド語が面白いほど身につく本	中経出版	留学前に、フィンランド語の学習に使っていました。わかりやすいし、基本はおさえられるのでおすすめです。
All about	<a href="https://allabout.co.jp/gm/gt/2854/">https://allabout.co.jp/gm/gt/2854/</a>	観光から交通までいろいろな情報を得ることができます。
<b>7. 自由記述 (後輩へのアドバイス等)</b>		
<p>海外旅行保険加入、在留許可申請はできるだけ早めにした方が安心です。東京の大使館に実際に行かなければならないので日程に余裕があった方がよいと思います。航空券については、様々な航空会社がありますが日本からフィンランドまで同じ航空会社にしたほうが荷物の入れ替えもなく、遅延した際などにも変更手続きが簡単なので安心です。生活用品に関してもほとんどのものはフィンランドで揃えられるので、日本からの荷物は少なめでも良いかもしれません。</p> <p>フィンランドは安全でとても安心して暮らせる国です。ただ、気候の変動が激しいので体調管理には十分気をつけるべきです。特に秋から冬にかけては寒さも厳しく日照時間も短くなり、日本とは全く異なる気候になるので気をつけてください。</p> <p>フィンランド人はほとんどの人が英語を話せるのでフィンランド語ができなくて不便を感じることはあまりありませんでしたが、基本的な単語や挨拶などは知っておいた方が良いでしょう。</p>		

## 学習の概要に関するレポート

留学の目的として、①英語の力をつける②専門分野を英語で学ぶ③自分の専門分野以外の授業を履修する、という3つを考えていたのでそれに従って授業を選びました。

### ①英語の授業

英語の力をつけるために、英語を学習する授業を専門科目と合わせて履修しました。夏休み中の Academic English コースに加えて、Academic English Skills や Basic Academic Writing といった授業をとりました。Speaking, Writing などそれぞれの力を強化できる様々な授業があるので目的に合わせて選べると思います。E-learning のコース (Reading, Writing, Pronunciation, Vocabulary) もあるので、自主学習として履修しました。ただ生活するだけ、授業を受けるだけでは英語力は伸びないと思ったので積極的に英語を勉強するように意識していました。

### ②専門分野の授業

Social Sciences 学部の授業を中心に時間割を組みました。専門的な内容を英語で学ぶのは大変でした。授業の予習として文献を読まないといけない授業も多くあったので、自宅学習も積極的に行っていました。

専門分野の勉強を通して英語の力がついたと思います。

### ③専門外の授業

留学生向けに開講されている授業は、所属学部以外のもので履修することができます。私は、コミュニケーション学科の授業も履修していました。日本では、自分の学部以外の授業をとる機会があまりなかったので新鮮でした。また、そこでまた新しい友達もできたので楽しかったです。また、オンラインで他大学の授業を履修することもできました。例えば、Gender studies や Sustainable development に関する授業などバラエティ豊かです。完全にオンラインでの授業なのでパソコンさえあれば履修できました。さらに、フィンランド語の授業も充実しています。週3回授業でみっちりフィンランド語を勉強できます。Each One Teach One という学生同士が母国語を教えあうパートナー制度もあります。私はフィンランド人とパートナーを組んでもらっていましたが他の言語のパートナーを見つけることも可能です。日本語を教えることもとても良い経験になりました。

ユヴァスキュラ大学の授業では、セミナー形式の授業が多くあった印象です。ディスカッションや発表を学生がする機会もあり、日本の授業とは違う雰囲気でした。最初は慣れるまで時間がかかりましたが、授業の中で発言ができるように頑張れば学びがより深まると感じました。比較的自由に授業をとることができるので、自分の予定や興味関心に沿って色々な時間割の組み方ができると思います。

## 生活の概要に関するレポート

### ・フィンランドについて

治安はとてもよく、危険を感じることはありませんでした。物価も高いとは思いますが、スーパーの食料品や生活用品は日本と同じくらいの値段だと感じました。大学提携のアパートも高くないので想像よりはお金はかからないと思います。ただ、レストランなど外食をするとお金はかかります。

長期間滞在していると、フィンランド独特の文化も存分に体験することができます。サウナはアパートにもついているのでぜひ経験してみてください。独立記念日をはじめとする祝日や季節の行事時には、伝統的な食べ物やお菓子を食べることも多くあります。その時期になるとスーパーなどに出てくるので、おもしろいです。フィンランド国内での移動は長距離バス、VR 鉄道、国内線飛行機などがあります。私は長距離バスをよく利用していました。ヘルシンキ、タンペレ、トゥルク、ラップランドなど機会があれば訪れてみてください。

### ・ユヴァスキュラについて

ユヴァスキュラは、大きな湖（ユヴァス湖）がある自然豊かで景色が綺麗な街です。大学は、City center の近くに位置しどのアパートからも比較的近いと思います。市内はバスが通っていますが、自転車での移動が便利です。（ほとんどの学生が中古自転車を買うか、レンタルをしていました。）バスを頻繁に利用する場合は、バスカードや定期を利用することもできます。各アパートの近くには、スーパーマーケットがあり、City Center には郵便局、デパート、映画館などをはじめ様々な施設があるので生活するのに不便を感じることはありませんでした。ユヴァスキュラに限らずですが、Second-hand のお店がたくさんあります。衣服から食器、家具まで様々なものを中古で気軽に手に入れることができます。

### ・大学生活について

初めは学生チューターが迎えに来てくれ、まちや大学の案内もしてくれるので不安に思うことはありません。銀行口座の開設などもチューターが相談にのってくれます。また、International Office や各学部のコーディネーターも親切なので困ったことがあればすぐに相談できました。Erasmus Student Network (ESN) に加入すれば、学生のイベントや小旅行に参加することができます。Sports sticker という制度もあり、ステッカーを購入すればスポーツクラス（授業外）に好きなだけ参加することができます。ヨガやダンスからサッカー、バレーボールなどたくさんのクラスがあるので運動したい人にはおすすめです。大学のジムも利用できます。さらに、大学にはヨーロッパ、アジアなど様々な国からの留学生がたくさんいます。フィンランド人と友達になるのはもちろんですが、世界中の人と知り合えるのも留学の良いところだと思いました。

