

交換留学帰国報告書

記入 | 2019 年 12 月
所属 & 学年 | 経済学部 3 年
卒業予定 | 21 年 3 月

留学先大学	オスロ大学
留学先国	ノルウェー
留学期間	約 5 ヶ月 (3 年次に留学)
留学開始 - 終了	2019 年 8 月 7 日 - 2019 年 12 月 15 日

A. 留学に至った経緯や留学準備について

- ① 留学する大学や国、プログラムを決めた理由を教えてください。

ノルウェーの経済状況から格差の小さい経済発展モデルを学ぶため。
ノルウェーは国として新しく、もともと経済水準が低かったが 1970 年代後半から大きな飛躍をとげスカンジナビア諸国として分類されるようになった国である。さらに貧困率は低く特殊な国だと考えた。この格差の小さい経済発展は高い税率と福祉サポートに支えられている。経済開発にはどこまでの政府介入が必要なのか、またそれを可能とする背景、福祉国家としての経済開発を現地で分析したいと考えた。
また、現在の多くの開発途上国が労働力や資源に依存しているように、ノルウェーも石油資源への依存が高い国である。資源依存からの脱却を目指した転換期にいる現地の諸事情を学ぶことで格差へ将来どのようなアプローチをするべきか考えられると思った。

- ② 留学を志したきっかけや経緯、動機などについて教えてください。

大学入学時から留学を経験したいとは考えていた。名大で経済格差や国際貿易論を学ぶ中で、パターン化されたモデルでは説明できない格差の発生要因について、より多角的に学びたいという思いが生まれ、その分野に強い大学への留学を決心した。

- ③ 留学前の海外渡航経験があれば教えてください。

渡航先	渡航時の学年	目的 & 期間など
中国	小 5 ~ 中 2	親の転勤に伴って
カナダ	大 1	語学留学・1 ヶ月

- ④ 実際に留学準備を始めたのは応募した時期からどのくらい前でしたか？

語学勉強は半年程前から大学の IELTS 対策講座に行くなどして勉強を始めていた。大学を選択し始めたのは 1 ヶ月ほど前。

- ⑤ 海外留学室の個別相談を利用した方は相談回数や相談内容、参考になったことを教えてください（利用していない方は、利用しなかった理由や状況など）。

大学選択する際に、確認すべき項目やそれぞれの大学の特色について教えて頂いた。また、留学準備を実際に進める中で、提出書類についての細かい確認などしっかり対応して頂き大変心強かった。

B. 留学前の語学対策や単位などについて

① 留学前の語学対策、TOEFLなどの受験回数などについて教えてください。

大学2年時の夏休暇に大学のIELTS対策講座に参加した。IELTSが初めての受験であり、スピーキング能力に自信がなかったので対策講座に参加したことは有意義だった。IELTSの受験回数は一度。

② 単位取得、単位互換、教職履修などに関してのアドバイスをお願いします。

単位互換・教職履修は行っていないのでわからない。現地の単位取得を行うためには授業を入れすぎないことが大切だと思う。一学期に3授業は、名大の感覚からすると大分少なく感じるが、一つ一つの授業が重く予習復習に時間がかかるので、時間割を詰めすぎると単位取得が難しくなる。

C. 授業や勉強について

① 留学先で履修した科目と科目コード（例：MKG3001 Introduction to Marketing）、時間数、形態、授業の内容、履修方法、などについて教えてください。

ECON2610 Welfare and Trade/週一 90分授業と週一 90分セミナー
国際貿易による勝者と敗者をミクロ経済学を用いて説明する。名大の公共経済と国際貿易の授業をとっているとわかりやすいと感じた。

ECON2951 Economic history and Inequality/週一 90分授業と週一 90分セミナー
1500年以降の世界史とそれに関係して国々の経済格差がどのように拡大してきたか、ピケティや授業を行う教授の理論を用いて説明する。

SOS2603 Nordic welfare society/週一 90分授業
ノルウェーの抱える社会問題（移民問題や高齢化、少子化など）とそれに対応するための福祉政策について学ぶ。

履修はすべて studentweb から。

② 授業を受けるにあたって、心掛けていたこと、どんな努力や工夫をしていましたか？

一度で授業全てを聞き取れることはないので指定された教科書範囲を事前に読み込んである程度背景知識を頭に入れてから授業に臨んだ。授業後は、授業の録音を聞きなおしたり、わからなかったことを友達に聞いて復習を行った。どの授業でもキーワードが必ずあるので少なくともそれらの意味はしっかり覚えておくこと、同じ授業を受ける子と友達になることが個人的には二大ポイント。

③ 学習面で困ったことはありましたか？どのように解決しましたか？

前述したとおり、聞き取れないことが一番のネックだった。英語を母国語とする友達を作りわからないところは教えてもらったり、「自分はこう理解している」とセミナーの先輩や教授に話し、間違っていたら正してもらうことで解決していた。

D. 大学生活について教えてください。

① 現地の雰囲気や大学の校風について教えてください。

大学は、本当に自然豊かで時間が緩やかに流れている。留学生も多く多様性のある学校。常に学生団体や部活動が何らのイベントやセミナーを開いていたりして、活動的な学生が多いイメージをもった。一方で勉強もしっかりする学生が多く、土日でも図書館が埋まっている光景はよく見られる。勉強、運動、社交と皆程々にバランスをとって楽しんでいる。

- ② ネット環境、施設、周辺環境などハード面について教えてください。

構内どこにいても wifi は問題なくつながった。学食、カフェ、図書館、ジム、スーパー、本屋など学生生活に不可欠な施設から美容院まで学内にそろっていてハード面で困ることはなかった。

- ③ 留学先でどのようにして現地の学生と交流を深めましたか（具体的にお願いします）？

日本に興味のある人の集まりに参加/部活動見学/知り合いのパーティー参加/授業などではじめは出会うことが多く、その後は定期的にご飯やイベントと一緒に仲を深めた。オリエンテーションウィークもあり、学生と出会う機会は充実している。

- ④ 余暇の過ごし方（授業後や長期休暇など）について教えてください。

授業後は予習復習、英語の勉強を行った。そのほかカフェでボランティアや、クラブ活動に精を出していた。金土日はアルバイトができない分時間があるので友人と遠出したり、イベントに参加したり、ご飯一緒に食べるなど社交の時間にあてた。長期休暇は旅行に行くこともあった。

E. 健康管理、保険、予防接種など

- ① 健康管理あるいは衛生面について注意していたことはありますか？

手洗いうがいと防寒対策はしていた。日照時間が極端に短い冬になると日中でも眠くなったり体が調子を崩しやすいので、意識して外にでて体を動かしたり人と会うようにしていた。

- ② 留学中に病院へ通った経験の有無、医療費などについて教えてください。

なし。

- ③ 加入した保険の種類について教えてください。

☐ 留学先の大学が用意した「キャンパス保険」への強制加入

* キャンパス保険でカバーされない部分は、個人保険に加入も含む

☒ 個人の保険のみ

☐ キャンパス保険と個人の保険の二重加入

- ④ 留学するにあたって、予防接種は必要でしたか？

☐ はい（種類：）

☒ いいえ

F. 住居、食事、マナーなどについて

- ① 留学中の滞在先について教えてください。

形態	☒ 寮 ☐ 下宿 ☐ アパート ☐ ホームステイ ☐ その他（ ）
何人部屋	（1）人 キッチン・シャワールームは6人で共用

- ② 生活（住居、食生活、服装など）や習慣の違い（マナー、対人関係）、安全面などについて、困ったこと、気をつけていたことがあれば教えてください。

初めての寮生活だったので騒音は気を付けていた。ドライヤー/シャワーの時間帯など。また、安全面や対人関係で問題を起こさないよう、フラットメイトとは密に連絡をとり、仲良くなるように心がけた。周りの友達を見ている、隣人と付き合いがなく話したことのない人ほどフラットメイトの問題等で悩んでいたように思う。月に1度ミーティングを開き何か問題があれば解消していた。

困ることは特になかったが、強いて言うならば、金土日曜はよく近所でパーティーが開か

れるので騒音はたまに問題提起されていた。

- ③日本から持参するとよいもの、または持参しなくてもよかったと思うものは何でしょうか。

持参すると良い物⇒スポーツ用品（部活に入りたければラケットなど持ってくと尚よし）、
レインコート、日本のお土産（ちょっとした物がお礼に便利）、厚手のコート
持参しなくて良かった物⇒かいり

- ④参考となる留学先国の情報（出版物、web サイト）を教えてください。

・大学公式 HP

・大学生活関係（全ての情報が最新で正しいわけではないので自己判断で参考程度に）

<https://kaigaigurashi.net/%E3%82%AA%E3%82%B9%E3%83%AD%E5%A4%A7%E5%AD%A6%E6%96%B0%E5%85%A5%E7%94%9F%E3%81%AE%E5%BC%91%E9%80%B1%E9%96%93%E3%81%AE%E4%BA%88%E5%AE%9A%E3%82%92%E8%A6%8B%E3%81%A6%E3%81%BF%E3%81%BE%E3%81%97%E3%82%87/>

G. 留学費用について

- ①留学費用や支出の管理などに関してアドバイスがあれば教えてください。

人によっては食費が一番かさむ。自炊したり、現地のアプリをうまく活用して食費はうまく削ると良い。

- ②奨学金はもらっていましたか？

☐ はい （奨学金名： 支給額： 円）

☐ いいえ

- ③差し支えなければおおよその留学費用を教えてください。*内容の費目は自由に変えてください。

内容	金額	備考
渡航費	16 万	
保険代	4 万	
予防接種・ビザ代	5 万	
住居費	月 4 万	
食費	月 3 万	
教科書代		

F. 今後の進路や目標、就職活動について

- ①卒業後の進路（進学、就職、その他）について教えてください。

☐ 進学

☒ 就職

☐ その他（ ）

- ②今後の進路や目標があれば教えてください。また留学の前後で、進路や目標に対しての考え方や気持ちの変化があれば教えてください。

留学前後での大きな進路変更はなかった。

ただ、北欧特有の価値観にふれ、アジアの競争社会を客観的に見た経験は今後の就職活動に影響すると思う。

- ③留学中に就職活動を行った方は、具体的なエントリー、一時帰国の時期、感想などを教えてください。海外留学生用の就職活動を受けた場合はそれに関する情報をお願いします。

3年時8月～12月に渡航したが、勉強に集中しなかったこともありES執筆以外は特に行わなかった。その分、留学前は早めに就活関連の情報収集を始めた。

F.留学を終えて感じること

- ①留学を終えて今の率直な気持ちや感想、印象に残っていることなど教えてください。

自身が目的としていた勉強ができたこと、現地の学生と信頼関係を築き新しい価値観に出会えたことは一生の財産になるだろうと感じる。これまでの大学生活から離れることで自分の強み弱みに関する気づきや自身の未熟さを感じることも多く、この経験を糧に成長したいと感じている。留学を支えて下さった方々に感謝している。

- ②留学したことで、何がどのように変わったと思いますか？

大きな変化は二つ。一つ目に、勉強に対する姿勢が能動的になった。留学先での授業やディスカッションでは理解のために予習復習が必須であり、テストでも授業を深く理解しているかが問われていた。そのため学生は課題感や興味を持って授業に臨んでおり、自身も1授業、1議論から最大限の学びを得ようという意識が芽生えた。

二つ目に、アンテナを高く張るようになった。留学先で何をするか、どんな機会をとるか、どんな友達をつくるかは全て自分次第であり、外国で1から生活をはじめるのに行動量や思考量は常に求められていた。そのため、常にアンテナを高く張り情報収集を行って行動していたし、そうして得られた新しい関係や考え方、価値観から学ぶことは多かった。

- ③現在、留学を考えている学生へのメッセージをお願いします。

留学の他にも海外経験できる機会は沢山あります。しかし、自分の興味のある学問を究めたり、同年代の海外の大学生と意見をぶつけ合い理解し合うことができるのは留学だけだと私は考えています。是非皆さんの目的に合わせて色んな機会と比べ、選んで下さい。その上で挑戦される方のことを応援しています！

以上