

## 授業料不徴収協定に基づく派遣交換留学 終了報告書

所属(本学)	生命理工学院 生命工学系 生命工学コース		
現在の学年	修士 2 年		
留学先国	スウェーデン	留学先大学	スウェーデン王立工科大学
留学期間	2016 年 8 月 21 日～2017 年 7 月 10 日		

### ① 留学先大学(機関)の概略

スウェーデン王立工科大学(KTH)はスウェーデンの首都ストックホルムに存在する理系総合大学(写真1)で、世界ランキングではヨーロッパの工学系の大学の中で8位に位置しているヨーロッパで人気の大学です。また、ヨーロッパだけでなく世界中から100カ国以上の国から生徒が、交換留学生また正規の学生として学びに来ているほか、派遣交換留学の提携先の学校は 200 校を超えるなど、世界中の学校とコネクションを持つインターナショナルな学校です。



### ② 留学前の準備

私は授業内容よりも、研究活動をメインに留学を望んでいました。留学先を決めるよりも、自分を受け入れて頂ける研究室を見つける必要がありました。そこで、自身の応募できる留学先の学校から自分の望む研究ができそうな研究室をリストアップし、その研究室の教授の方々に研究許可のメールを出しました。それからKTHの研究室の教授の方から受け入れ許可を頂き、KTHを留学先の学校として定め、正式に交換留学の手続きを進めていきました。その他、留学の手続きを進める上で東工大側、KTH側に提出する必要書類の準備、保険への加入がありました。これらに加え、スウェーデンへ留学する場合、VISAの代わりに在住許可の権利を申請する必要があるので注意が必要です。保険への加入は、東工大がオススメしている保険会社に加入を決めました。留学に際の寮は、KTH側に頼めば用意していただけたので寮を探す手間はありませんでした。

### ③ 留学中の勉学・研究

留学中は研究活動をメインとし、授業は聴講のみしました。留学前は授業を取り単位を取得しようと思いましたが、一つ一つの授業の課題の量が多く、研究に時間が充てられないと判断したためテストは受けない聴講という形で授業を受講していました。KTHの授業を受けて感じたことは、日本の授業と比べてより深く知識を身に付けられるという点です。そう感じた理由の一つに授業回数があります。日本とは違い、週に1、2回のスケジュールではなく、授業は基本週に3～4回あり、前回の授業の内容が頭に残った状態で授業に臨めるというメリットがありました。また、先ほど述べたように、課題がほぼ毎回出され、プレゼンテーションやグループワーク(写真2)の機会も多く、座学で

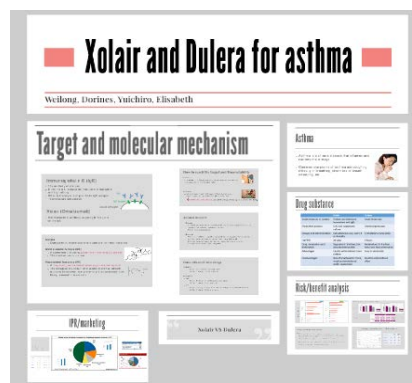


写真 2. グループ発表スライド

Drug development という授業でグループで発表しました際に作成したスライドです。喘息に対する 2 種の薬の比較を発表しました。

は身に付けるのに限界のある実践的な能力も身に付けられ、実りある授業聴講となりました。

研究についてですが、私の在籍していた研究室は教授・准教授が9人、Ph.D.の学生が40人程いる、規模としては大きい研究室でした(写真3、4)。その研究室で過ごす中で一番驚いたのは、共同研究をしているグループの数の多さです。ヨーロッパ、中国を中心に計50を超える研究室、企業と共同研究をしていました。共同研究先の学生や教授が研究室にディスカッションをしに来るときは講義や研究発表をして頂き、週に1~3度、イレギュラーにゼミが開かれました。様々な研究テーマ、また他研究室の雰囲気を知れたことはこの研究室で研究して良かった点の一つです。もう一つ、研究室で過ごす中で感じたことは、研究室の学生の「切り替え」がしっかりしているという点です。研究室にはコアタイム(研究室にいないといけない時間)が無いにもかかわらず、9時にはほぼ全員研究室に既にいる状態でした。一方、17時~18時にはこれもほぼ全員帰宅をしていました。「帰宅してから何をするの?」と聞いてみると、寮の同じフロアの友達と食事会をしたり、友達とコンサートを見に行ったりと、平日でもリフレッシュの時間をしっかり取っていました。また、彼らは研究をしているときの集中力はとても高い一方、お昼ご飯の時間ではご飯中の会話では笑いが絶えず和気藹々と楽しんでいました。私は余暇の時間は余暇をしっかり楽しみ仕事の時間は高い集中力を持って作業をこなす彼らと過ごす中で、日本に帰っても彼らのようにオン・オフをしっかり持つようにしたいと感じるようになりました。



写真3. 研究室集合写真

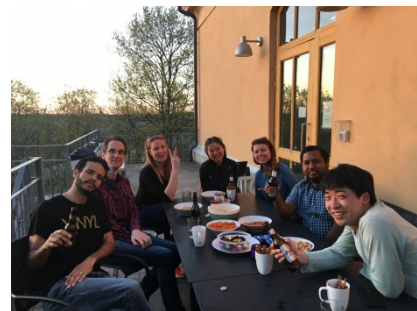


写真4. 研究室メンバーとパーティー

#### ④ 留学中に行った勉学・研究以外の活動

授業、研究以外の場で知り合いを増やす機会として、ランゲージカフェへの参加がありました。

①でお話したようにKTHは留学生、正規の学生として多くの国からの学生が学びに在学しています。そのインターナショナルな一面を活かし、ランゲージカフェが開かれていました。ランゲージカフェとは特定の言語を学ぶ人達とネイティブスピーカーが集い、その言語で会話・交流ができる場で、毎日図書館で12時から13時で開かれています。言語の種類はとても多く、中国語・ドイツ語・スペイン語・フランス語・スウェーデン語、そして英語と日本語もありました。私は月曜日の日本語の、そして金曜日の英語のランゲージカフェによく参加をしていました(写真5)。出会う人たちの大抵はそのランゲージカフェに行けば再会できるので仲良くなれる場所として最適で、一緒に船で旅行したこともありました(写真6)。

他にも寮の友達と近くの広場でサッカーをしたり、学校のジムで友達とトレーニングしたり、友達に自国の国を案内してもらうなど、留学中にできた友達と過ごした日々はどれも心に残る思い出です。



写真5. 日本語ランゲージカフェの様子



写真6. 英語ランゲージカフェのメンバーとバルト三国へ旅行

## ⑤ 留学を終えて、自分自身の成長を実感したエピソード

留学を通し、数えきれないほど成長した部分や価値観・考え方の変化がありましたが、中でも一番成長した部分は国際的な視野の広がりにと思います。留学する前は国際問題や国内外の歴史に全く興味がありませんでした。しかし、長く留学していると国際間の政治的な話や経済、歴史の話をする場合があります。そんな状況の時、周りが色々な問題について熱く語る中、自身が十分に加われず、とてももどかしかったのを覚えています。英語力不足も話に加われなかった一つの原因ですが、一番大きいのは世界的に常識的な歴史、政治的背景の不足でした。おそらく日本語で話し合っても話に加われなかったと思います。日本で起きていることや、日本の国際的な立ち位置について、他の国の方が自分より詳しいことも多くありました。海外の人と日本について話すことを通し、日本を世界の中の一つの国として観ることができたと同時に、日本国内だけのことに目を向けていては日本を理解することができないということに気づきました。このことに気づいてから、毎日ネットニュースなどで経済・国内・国際のニュースを必ず確認するようにし、分からない事柄が出てきた時はすぐに検索していく作業を欠かさずするようになり、帰国後もそれは継続するようにしています。

## ⑥ 留学費用

奨学金は日本学生支援機構(JASSO)の給付型で月に8万円を頂いていました。しかし正直なところ、これらの奨学金では北欧での留学費用を賄うには足りなかったです。保険料で留学前に12万程度、渡航費で往復15万円程度かかり、住居費は私のところは月7万円程かかっていました。さらにスウェーデンは基本的に物価が高く、3~4万円かかりました。これらにプラスして私は旅行もしていたので、足りないお金は親に頭を下げて出して頂きました。留学費用を出していただいていた家族には感謝の気持ちでいっぱいです。

## ⑦ 留学先での住居

②で述べたように、KTHに対する留学手続きの段階で、寮探しをKTHに頼むことができたためそちらを利用して自動的に寮が割り当てられました。ところが、私の寮は他の所と違う点が多々ありました。通常、KTHに通う生徒の寮は、フロアに共有キッチンルームがあり、そこに食器や料理道具が全てそろっています。しかし、私の寮は自身の部屋にキッチンがついており、共有キッチンルームがありませんでした。このタイプの部屋は家賃も高いようで、他の寮に比べ自分の寮は月1万円以上高くなりました。この家賃と、キッチン用具を買うなどといった経済的な負担に加え、共有キッチンがないとご飯も一緒に食べる空間もないため、フロアの住人と仲良くしづらいというデメリットがありました。(私は寮に友達が欲しかったので、外でフロアの住人を見かけたときは積極的に話かけお互いの部屋に行き一緒にご飯を食べていました。)また、私の寮だけ各部屋のシャワーのお湯のタンクの小ささが原因で、シャワーからお湯が一回につき10分しか出せないという問題がありました。さらに、他の寮は学校から30分以内の距離に位置しているにもかかわらず、私の寮は60分程度学校からかかりました。KTHに寮探しを頼むと、アンラッキーにより不可解な寮にあたることもありますが、自身で寮を探すという方法もあるようで、留学の途中で他の寮に引っ越すという方もいました。

## ⑧ 留学先での語学状況

スウェーデンの公用語はスウェーデン語ですが、年寄りの方以外はほぼ全員英語も流暢に喋ることができます。KTHでも授業や研究では全て英語が用いられていました。その留学期間中、大事な英語の能力はリスニング力だと感じました。語学試験の点数が高いに越したことはありませんが、どの人でもリスニングは苦勞すると思います。なぜなら、話す人により英語のなまりが全く異なるからです。国によっても英語のなまりの度合いは異なり、この国の人は聞き取りやすい、聞き取りにくいなど多く感じました。また、日常会話ではスラングや口語表現も多用されるので、それら単語が分からずリスニングに苦勞することは多くありました。ただ、スウェーデンは先ほども言ったように多くの国から留学生がいますが英語がネイティブの国から来ている学生は少ないです。その意味で、他の国へ留学するよりも会話で使用される単語は簡単なものが多く、話すスピードもアメリカ映画の程度早い人は多くいません。また、英語のなまりに耳

も慣れてくるので、会話に加わる積極性と自身の意見が言える程度のスピーキング力があればスウェーデンでは問題なく暮らすことはできると思います。

#### ⑨ 単位認定(互換)、在学期間

留学中の活動(授業履修、研究活動)自体を、東工大の生命理工学院の授業科目の「修士インターンシップ」として単位交換を申請しました。在学期間は2016年8月から2017年の6月末です。

#### ⑩ 就職活動

修士課程修了を一年遅らせたので、留学後に夏インターンシップを申し込みました。翌年から就職活動を予定しています。

#### ⑪ 留学先で困ったこと(もしあれば)

一番困った事は、マクドナルドでカバンを盗まれたことです。留学して一か月が経った頃、KTHの友達二人とマクドナルドで夜ご飯を食べにきました。終電が近くなってきたため席を立ち帰ろうとした際に、足元に置いてあったカバンが無いことに気づきました。そのかばんの中にはパソコン、財布、寮の鍵、電子辞書など多くの貴重品があったためショックが大きかったです。幸い、携帯はポケットの中だったので、その日は日本人の友人に連絡を取って泊めさせてもらうことが出来ました。また、予備のクレジットカードもポケットに入っていたのでスウェーデンでそのまま暮らすことができました。スウェーデンではヨーロッパの中では治安は良い方だと言われていますが盗難はよくあるようで、私以外にも、友人で4人ほど留学中に財布や携帯の盗難被害に遭っていました。海外では荷物は肌身離さない所に保管しないと大変だということを痛感させられました。

#### ⑫ 留学を希望する後輩へアドバイス

自分を含め、留学をした人の中で「留学しなければ良かった」と言っている人に会った事はありません。そのくらい留学は多くの事を気づかせ、また成長させてくれる良い機会だと私は確信しています。留学先では、留学でしか経験できないことが数えきれない程あり、就職をしてからはこれらを経験することはできません。もし、少しでも留学に興味があればプログラムに申込を考慮してみて損はないと思います。もし、留学の計画や留学に伴う不安等、聞きたいことがあれば、ぜひ自分を含め留学経験者に相談をしてみてください。

長く拙い文章でしたが、この報告書を読んでいただきありがとうございました。