交換・派遣留学帰国報告書

学部・学科

国際学部・国際学科

留学先国名

オランダ

留学先都市

グローニンゲン

留学先大学

ハンゼ応用科学大学

留学先所属学部

Healthy Workplace

留学期間（〇年〇月～〇年〇月）

2022年8月～2023年2月

学年（出発時）

3年

帰国報告書提出日

YYYY MM DD

2023 / 02 / 21

1.留学先大学について

（1）留学先大学の特長

留学生が多い。特にヨーロッパ内の学生。日本人はかなり少ないです。もし、日本人が少ない留学先に行きたいのであればオランダはおすすめです。

（2）留学先大学のサポートについて

語学面でのサポート

先生とコミュニケーションがしやすいので比較的メールや対面でいつも質問をしていました。

勉強面でのサポート

上記と同じ

精神面でのサポート

私は相談をしませんでしたがインターナショナルのオフィスがあったので安心

生活・住居面でのサポート

上記と同じ

2.生活環境等について

（1）住居についてアドバイスを含め自由に記入してください。

できるのであればルームシェアはプライベート空間がなくなるのでやめておいた方がいいと思います。キッチンのシェアは一緒にご飯を作ったりパーティなどをすることができるのでとても良かったと思います。

（2）パソコンについて
PC の保有状況

- (●) 日本から持参した
- ( ) 現地で購入した
- ( ) 保有しなかった

Wi-Fi の有無

- (●) 有
- ( ) 無

住居内でｲﾝﾀｰﾈｯﾄに接続していた場合、プロバイダー、料金等について記入してください。

無料

大学での PC の使用可否

- (●) 使用できた
- ( ) 使用できなかった

大学で PC を使用していた場合、施設の場所や時間制限等について記入してください。

使用していない

（3）医療について
Health center（大学内施設として）の有無

- 有
- 無

留学中に病院で受診したことがありますか。健康管理、衛生面について特に注意すべき ことを記入してください。

ない、日本の薬を持っていくと風邪をひいても安心できると思います。

（4）銀行口座について 留学先で口座を開設しましたか。どのように準備・手続きをしましたか。

はい、市役所に行って市民番号をもらうと口座が開設できます。

（5）異文化体験について 留学先の文化や習慣の違い等について記入してください。

様々な国から大学やアパートに来ていたのでたくさん異文化体験はありました。例えば、薬物の捉え方が違うので薬物のことをよく友達同士で話し合うことがあったり、よくウィードの匂いがして衝撃的でした。キッチンを共有していたので毎日食べるものがそれぞれ違って面白かったです。オランダは自転車大国なのでとても自転車が多く、道が整備されていて走りやすかったですが、現地の人たちのスピードは原付並だったのでよく注意をしないといけませんでした。

ボランティア等、課外活動を行いましたか。

クラッシックバレエの練習を週に二回や、ESNで様々な国の人たちと旅行やパーティなどを行いました。ESNの旅行でEUの本部を訪れ、見学をしました。

留学先の安全性や外国人への態度等、留意していたことがあれば記入してください。

私の留学先のグローニンゲンは学生の街なので安全面は比較的日本と似ていて一人でも夜間の外出もできます。しかし、アムステルダムなど大都市になると危険度は高くなります。

3.後輩へのアドバイスについて

（1）現地で参考となった留学先国の情報（HP や出版物等）を記入してください。

ESN（留学生のための団体）、友達

（2）日本から持参すると良いと思われるものを記入してください。

日本食。特に調味料、日本のお菓子、薬、ヒートテック

（3）留学したことによって得られたことについて記入してください。

英会話能力、自活力、考えに余裕を持てる、一歩踏み出す勇気、

語学力：
留学前－資格試験名称および点数（級）

755点

留学後－資格試験名称および点数（級）

（4）留学において最大のトラブルは何でしたか。

なし

（5）授業について：クラスの人数、成績評価、現地学生の取り組み方等

クラスの人数20人、成績評価はテストとレポート、プレゼンテーション、現地ではグループワークを主にしていました。

（6）留学期間中に就職活動をしましたか。どのように活動したか教えてください。

SPIの練習

4.費用について

留学費用の概算を円で記入してください。

（1）留学時のレート

1ユーロ＝約145円

（2）航空運賃

26万円（KLM航空）

（3）住居費
住居費（月額）

663.61ユーロ

住居費（留学期間合計）

663.61×5ヶ月（8月は513.76€）、税金344.86€、 予約費81€、 シーツ代52.5€

（4）食費（月額）

140ユーロ ×6ヶ月＝840

（5）保険料

6ヶ月53420円（近大から）6ヶ月272.01€（現地大学から）

（6）その他

イミグレーション費207€、自転車代6ヶ月×21.9€＝131.4€

（7）留学費用の合計

1,148,704円

5.その他 自由に記入してください。

交換留学をして本当に良かったと実感しております。アメリカの語学留学の時はあまり目標をもっておらず意識が低かったので楽しくはありましたが、今回の留学とは違いました。目標をたくさんもって出発したので意識も高く、目標を達成できた時はすごく嬉しく、有意義な留学生活でした。海外の友達もたくさんできました。

このフォームは 近畿大学　職員用 （@itp.kindai.ac.jp） 内部で作成されました。

Google フォーム