

交換・派遣・認定留学 帰国報告書

学部・学科 *

経営学部・経営学科

留学先国名 *

フィンランド

留学先都市 *

ユヴァスキュラ

留学先大学 *

JAMK応用科学大学

留学先所属学部

International Business

留学期間（〇年〇月～〇年〇月） *

2024年8月～2025年5月

学年（出発時）

3年

帰国報告書提出日

YYYY MM DD

2025 / 06 / 16

1.留学先大学について

(1) 留学先大学の特長

留学生が多く、国際的な雰囲気の大学です。キャンパス自体がコンパクトなので先生と生徒の距離が近いです。

(2) 留学先大学のサポートについて

語学面でのサポート

Improve your English、English Conversationなど留学生向けの英語の授業があります。

勉強面でのサポート

わからないところを質問すると丁寧に教えてくれます。

精神面でのサポート

先生たちが雑談などをしてくれるので、授業の合間の息抜きになりました。

生活・住居面でのサポート

提携している寮を紹介してくれます。また、住居で困ったことがあれば寮を運営している会社がすぐに対応してくれます。

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。

ルームシェアがほとんどですが、日本人の子と一緒にいる確率が高いです。友人は備考欄に日本人以外の人と同部屋がいいと記載し、別の国のルームメイトがいました。
夜中に騒ぐ人もいるので、心配な人は耳栓を持参した方がいいと思います。
私のルームメイトはいい人でしたが、他の友人は騒音問題、衛生意識の違いなどで苦勞していたので、いたいことをはっきり伝えることが大事だと思います。

(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。

家賃に含まれています。

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。

図書館で無制限に利用できます。

(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。

(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。

(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。

フィンランド人は日本人と似ているところがあって、基本的にシャイな性格でした。自分から話しかけることが大事でした。習慣の違いとしては、家族で過ごすイベントが多いので、頻繁に実家に帰っていました。

ボランティア等、課外活動を行いましたか。

課外活動として、剣道と日本語クラブに参加しました。

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。

治安はいい。しかし、冬は暗い時間が長くなるため、リフレクターをつけるなど対策が必要。学生が多い街なので、差別もなかったです。

周り与交流する際は、特に宗教の違いに気をつけました。ご飯会を開くときなどに食べることのできないものを確認する必要があります。

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。

Visit Jyväskylä Region

(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。

調味料（醤油、みりん、酒）、日本のお菓子

薬類（頭痛薬、風邪薬）、ビタミンD

ダウンジャケット、ヒートテック、タイツ、スノーブーツ

(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。

留学を通して、多様な価値観を受け入れる柔軟性や、英語での実践的なコミュニケーション力を身につけました。慣れない環境でも前向きに挑戦し、困難を乗り越える力と国際的な視野を養うことができました。

語学力：

留学前－資格試験名称および点数（級）

IELTS 5.5

留学後－資格試験名称および点数（級）

未受験

(4) 留学において最大のトラブルは何でしたか。

日本から荷物を送ってもらった際に、関税申告が難しかった。現地の友人に代理で申請してもらう必要があり、荷物を受け取るまでに時間がかかってしまった。

(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

授業形態は、少人数が基本であり、グループワーク、ディスカッションが中心です。生徒は、留学生に加えて、現地の学生もいます。授業は意見交換、発言が活発であり、先生と生徒の対話形式で進んでいきます。日本の講義とは異なった雰囲気です。課題の量は日本で受けていた講義とあまり変わらないです。

(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。

オンラインで面接を受けていました。対面の面接は企業に日時を調整してもらい、帰国後に受けました。

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=165円

(2) 航空運賃

約26万円（大阪～ヘルシンキ直行便）

(3) 住居費

住居費（月額）

約5万円

住居費（留学期間合計）

約50万円

（4）食費（月額）

約3万円

（5）保険料

約10万円

（6）その他

（7）留学費用の合計

約150万円

5.その他 自由に記入してください。

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