

電気通信大学交換留学報告書

氏名: 錦奈央人

所属(留学開始時)	I 類 3 年
留学先大学	ロスキレ 大学(国名: デンマーク )
所属学部・学科等	コンピューターサイエンス 学部
留学期間	2025年 9月 1日 ~ 2026年 1月 31日

1. 留学の動機、この大学を選んだ理由など

将来、自分が沢山の人の関わるような新しいプロダクトを作る側になったとき、今の自分が持っている固定観念にとらわれず、もっと自由で広い視野を持って取り組みたいと考えたのが一番のきっかけです。そのために、まずは自分の知らない環境や文化の中に飛び込んで、新しい刺激をたくさん受けたいと思いました。また、大学で学んできたことを英語というツールを使ってどこまで深められるか、自分を試してみたいという気持ちもありました。

ロスキレ大学を選んだのは、PBL(Project-Based Learning)という授業スタイルに強く惹かれたためです。自分たちでプロジェクトをゼロから立ち上げ、チームで協力しながら形にしていくプロセスを経験することは、将来どんな道に進むにしても、大きな自信に繋がると考えました。また、デジタル先進国であると言われるデンマークが、実際にどのようなシステムを取り入れているのか、それが国民の生活にどういった影響をもたらしているのかを直接体感したいという思いがありました。

2. 留学前の英語等外国語学習の方法、語学試験の受験状況など

電気通信大学の授業を主軸に英語を学習していた。  
学域に2年の9月にTOEICを受験し、受け入れ可能な点数を取得していた。

3. 渡航について

ビザについて	ビザの種類: Residence and work permit 申請先: 申請時期、申請方法、提出書類、アドバイス等:
	事前のオンライン申請の後、6月初めから申請開始、留学先の学校から送られてくるオンラインフォームに記入した後、VFS Globalに予約して来館、パスポートやオンライン申請時に支払った料金のレシートのコピーなどが必要、現地では指紋を登録されました、オンライン申請から来館までが14日以内と決められているため、予約したい日付が空いているかを良く確認してからオンライン申請を完了させる必要があります。
	申請から取得までに要した日数: 50 日程度
出国年月日	2025 年 8 月 25 日
往路経路 (空路)	往路: 日本(成田)→フィンランド(ヘルシンキ)→デンマーク(コペンハーゲン) 復路:
現地での出迎え	<input type="checkbox"/> 有(具体的に: ) <input checked="" type="checkbox"/> 無(具体的に: 空港到着後、電車にてロスキレに移動)
現地でのオリエンテーション実施状況・内容	8月29日から31日の3日間。大学やデンマークについての基本的な紹介のほか、飲食を伴う留学生同士のカジュアルな交流イベントが多数実施された。

#### 4. 費用について

差支えない範囲でおおよその費用を教えてください。 ※内容は自由に変更可

内容	金額	内容	金額
航空券代/往復	385,000円 (249,680+135,320円)	教科書代等	0円
保険代	87,140円	食費	約45,000円/月
ビザ代	53,314円	住居費	約110,000円/月
予防接種代	0円	その他	円

#### 5. 授業等について

学期の期間	9月 1日～	1月 20日
	月 日～	月 日
	月 日～	月 日
	月 日～	月 日

履修した科目、科目コード、時間数、形態、授業の内容、履修方法など

##### Subject module project in Computer Science, 26631, 405時間

チームを組んでプロジェクトの内容を決めて、監督者との面談や中間発表を通しながら最終的にはレポートを提出する。

##### Subject Module Course 2: Software Development, 27058, 270時間

週2回の講義形式の対面授業を受け、その内容に基づいたプログラミング課題とレポートに合計3回グループで取り組む。

##### Subject Module Course 3: Interactive Digital Systems, 25233, 135時間

週一回の授業を受けて、その内容を用いて、グループで1つのインタラクションをテーマにしたシステムを工作し、レポートとともに提出する。

##### Danish Language Education Course (UCplus)

外部の機関(UCplus)が提供する移住者や留学生向けのデンマーク語のクラス。ロスキレ大学以外にも受講場所を選択できる。

学習面で困ったこと、解決方法など

スライド資料や図書館へのオンラインアクセスが充実しており、学習面では困らなかったが、グループワークでのミーティングの日程調整や、事前知識のすり合わせで時間がかかった。

留学先の学生との交流について(現地でどのように交流を深めましたか?)

主に同じ授業を取っている学生と交流した。また、同じ寮に住んでいる人との交流もあった。

大学の施設・サービスについて(インターネット環境、図書館、スポーツ施設など)

インターネットは学内専用のeduroam Wi-Fiが完備されているほか、電話番号を用いてアクセスできるゲスト用Wi-Fiがある。

図書館は平日、休日ともに8時から24時で使用可能。自習用やグループで利用できる席が多く用意されている。ただし、デンマークの学生はオンライン上で多くの出版物にアクセスできるため、蔵書を借りる人は少数。教科書になる書物にもそこから読むことができる。学内にはジムが併設されている。また、ビュッフェ形式の食堂がある。

## 6. 住居について

住居の種類	<input type="checkbox"/> キャンパス内の寮 <input checked="" type="checkbox"/> キャンパス外の寮 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> その他(具体的に )
住居の形態	<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋( 人) 個室の設備: 共有設備:キッチン インターネット環境:あり。料金は家賃に含まれていた。
住居からの通学方法・時間	徒歩および電車、通学時間は合計30分程度だが、ロスキレ駅まではバスがありそれに乗車すれば20分程度。
大学からの住居紹介	<input checked="" type="checkbox"/> あり(時期、方法:7月にキャンパス内学生寮の紹介あり、その他学生向け住宅探しサイトの紹介あり) <input type="checkbox"/> なし(住居探しの方法: )
住居全般に関するアドバイス	大学の学生寮に申し込むのが経済的にも学生間での交流的にも良い。ただし募集開始から3日ほどで枠が埋まってしまう。その場合は、賃貸を紹介しているサイトを利用するとよい。学生向けの住宅紹介サイトであれば家賃も手頃に抑えることができる(参考サイト: <a href="https://www.s.dk/">https://www.s.dk/</a> )。ただし、家具がついていない場合が多いため注意が必要である。

## 7. 健康管理、周辺の治安など

留学先での健康管理、衛生面等について注意すべきこと

外出時の防寒対策

現地での医療事情

申請から一ヶ月ほどで保険証(イエローカード)がもらえ、地域の医療機関にアクセスできる。

留学中の通院・入院の有無、医療費などについて差支えない範囲で教えてください

通院しなかったので不明

留学にあたり、予防接種を受けましたか?

はい(種類・回数・時期: ) いいえ

大学周辺の治安や雰囲気

良好。ロスキレ駅周辺は金曜日夜になると飲酒する学生で賑わうが、それ以外の曜日では夜は人通りが少ない。

その他、生活等に関して参考となる事項

全体的に物価が日本と比べて高い。特に衣類は古着でも高いので、冬の間まで日本から持ち込むことを推奨。  
3ヶ月以上居住する場合、CPRナンバーとMitIDの取得、Digital Postの開設が義務付けられている。とくに、CPRナンバーは、申請してからブルーカード(EUの保険証)やイエローカード(デンマークの保険証)が郵送されるまで合計で1ヶ月ほどかかる。

## 8. 留学を終えての感想、自分の変化、反省点など

一番の大きな変化は、物事を「まずやってみる」というフットワークが軽くなったことです。留学前は、何かをやるにしても失敗することを想像してしまったり、やらなければならないという重圧に辟易してしつたりするようなことがありましたが、デンマークで多様な価値観に触れる中で、正解は一つではない、だから、ひとまず好きなように動いてみるといいと強く実感しました。

特にPBLの授業では、ゼロからプロジェクトを立ち上げるにあたって、意見が食い違うことは何度もありました。しかし、そのたびに、それぞれのアイデアをプロトタイプにしてみたり、先生も交えて話し合ってみたりと、みんなが納得の行く形で意見を交わすことができました。チームで議論を重ねて一つの形を作り上げた達成感、英語という慣れない言語での作業であったのも相まって、日本では得られない大きな自信になりました。英語で専門分野を学ぶハードルが、終わってみれば伝えようとする意志が何より重要だと気づけたことが収穫です。

学内での学びに加え、デンマークでの日常生活を通じた人々との交流は、私の価値観と精神面に非常にポジティブな影響を与えました。街中での何気ない会話や、現地の方々と接する中で、彼らが持つ「他者への優しさ」や「多様性に対する寛容さ」に触れる機会が多くありました。

留学前は、日本での多忙な学生生活の中で、日々の課題や目先の成果を追うことに精一杯になり、精神的な余裕が失いがちでした。ロスキレ大学での課題も決して優しいものではありませんでした。しかし、そんな厳しい学業の傍らで、デンマークの人々のゆとりのある生活リズムや温かい人柄に触れるうちに、私自身の心にも余裕が生まれるのを感じました。あとから思い返してみると、その時の心のゆとりはデンマーク人の高い幸福感の一片に触れることのできた経験であったのだと思います。

反省点としては、現地のコミュニティにもう一步深く踏み込む勇気があればよかったです。勉強やプロジェクトに集中するあまり、大学や現地のイベントでのプライベートな交流を少し遠慮してしまった場面もありました。しかし、大学内での学生や、懇意にいただいた先生方との交流など貴重な経験も多く積むことができ、非常に充実していたと感じます。結果として、留学でしか得られない経験ができて満足しています。

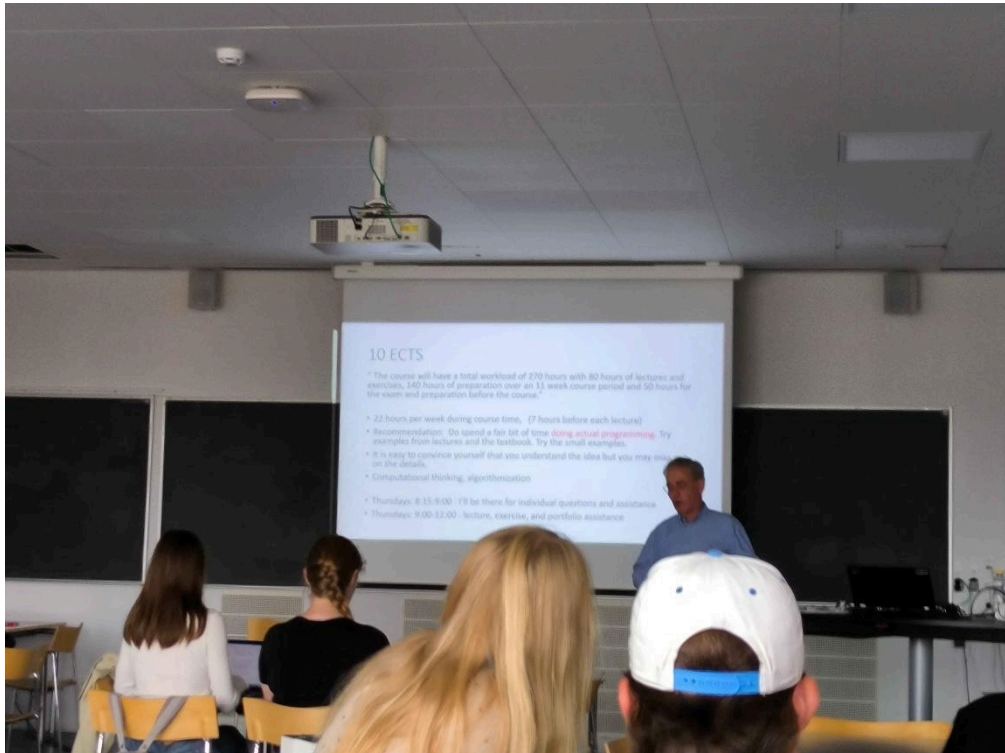
## 9. 留学を考えている学生へのメッセージ

留学に少しでも関心がある人はぜひ挑戦してみてください。私自身、最初は漠然と、大学生のうち一度は留学に行っておきたいなという程度でした。一度、足を踏み入れると、連続して留学までの準備を進めることにはなりますが、その準備の中で自分が実際に留学先に抱いている希望を具体化することになったり、留学先で過ごす、自分の予想を超えるような出来事に遭遇して価値観を変えることになったりと、やってみないとわからないことだらけの経験ができたと感じています。

ロスキレ大学は、主体的に学びたい学生にとって、これ以上ないほど刺激的な環境だと思います。PBLの授業を初めとした学生同士での実践的な経験は、今後社会で活躍する中でもきっと生きてくる経験になります。現在、経験が足りない、自信がもてないと悩んでいる人こそ、ぜひ留学に取り組んでみてほしいです。

写真 数枚(4枚～8枚)程度

注:ファイル容量が10M以上になると電通大メールの添付ファイルでは扱えません。



1枚目:授業風景、2枚目:クリスマスマーケットでの様子



3枚目:ロスキレ大聖堂に行ったときの様子、4枚目:友達との写真