

工学部・工学系研究科 交換留学プログラム報告書

School/Faculty of Engineering Student Exchange Program Report Form

記入日/Date: 2024年7月2日

- 参加プログラム/Program: 工学系交換留学
- 派遣先大学/Host university: ノルウェー工科大学 (NTNU)
- 留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2024/01/08 ~ 2024/06/07
- 東京大学での所属学科・専攻等/Department at UTokyo: 工学系研究科建築学専攻
- 学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 修士一年

■留学を決めるまでの経緯/How and why did you decide to study abroad?:

英語力を取り戻すために、大学院在学中に一度海外留学をしたかった。木造建築について学びたいと考えていたところ、指導教授にノルウェーは伝統木造建築があることを教えていただき、ノルウェーに留学をしようと決意した。

留学の時期について/About the timing of the study abroad period

■留学前の本学での修学状況/Academic status BEFORE the program:

2023年/Academic year / 修士一年/University year / 秋学期まで履修/Completed semester

■留学中の学籍/Academic Status during the studying abroad/program:

留学

■留学後の本学での修学状況/Academic status ON RETURN:

2024年/Academic year / 修士二年/University year / 秋学期から履修開始/Semester

■留学にあたってこの時期を選んだ理由/Reason for choosing this period to study abroad:

留年や休学をすることなく大学院中に留学に行くには2024年の春学期しか合致する期間がなかった。

学習・研究について/About study and research

■留学先で履修した授業科目と単位数の詳細/Subjects taken and credits earned:

授業科目としては合計で三科目を履修。Structural Dynamics と Timber Structure と Norwegian Short Course の三つ。(日本への単位換算は行われなかった。)

■留学中の学習・研究の概要/Overview of the study/research during study abroad:

ノルウェーにおけるスターブ教会に関する研究。主にウルネス・スターブ教会の模型を作成し、構造を把握した。

■留学先での1学期あたりの履修科目数と履修単位数/Number of subjects registered per semester and credits earned per semester:

3科目/Subjects / 22.5単位/credits (ただし取得単位数は0単位。)

■1週間あたりの学習・研究に費やした時間/Hours spent for study/research per week:

20時間/hours

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの/Activities you took part in other than study/research:

現地大学のラグビー部、およびベトナム人コミュニティへの参加

■ 学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由/Details of the activities you chose, or the reason why you did not take part in any activity other than study/research :

現地大学生の交流の為。

■ 週末や長期休暇の過ごし方/How did you spend the weekends and vacations? :

週末は友人と交流や部活動への参加。長期休暇では隣国への旅行。

派遣先大学の環境について/About environment at the host institution

■ 設備/Facilities :

設備は大変良かった。木材で模型を作るということを行ったが、無料で木材や施設を利用することができ、何不自由なく研究に臨めた。

■ サポート体制/Support for students :

大学のサポート体制としてはそこまで手厚いわけではなく、定期的に流れてくる最低限の情報はあるものの、大抵は自分から情報を取得することが必須。

プログラム期間中の生活について/About life during the program

■ 宿泊先の種類/Type of accommodation :

学生寮に滞在。

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか/Environment around the accommodation and how did you find it :

交換留学を申請した際に、宿泊先も申請することができ、ノルウェー科学技術大学と提携している団体から宿泊先を借りることができた。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等/Climate, environment around the institution, transportation, food, etc. :

到着時の1月はかなり寒く、-10度くらい。更にそこに加えて極夜がであった。終了間近では比較的暖かく白夜も経験。学生街なので娯楽施設もある程度あり、比較的賑わっていた。交通機関は基本的に市内を走るバス。食事は外食が高いため、三食自炊をした。

■ お金の管理方法、現地の通貨事情/Management of money and situation about local economy :

お金は交換留学をする際に、ノルウェー科学技術大学に預けた約120万円から生計を立てた。

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理/Aspects of risk and safety management, local health care system, and any actions taken to maintain your health :

冬は日照時間が極端に短いためビタミンDを摂取することを心掛け、適度に運動もした。治安はかなり良い。医者にかかることはなかったが、念のため薬を持参した。

留学前の準備・手続きについて/About preparations and procedures before studying abroad

■ 留学先への入学手続き/Procedures for enrollment required by the host institution :

かなり複雑でよくわからなかったところも多かったが、国際推進課に相談をし、期限以内に必要書類を提出できた。

■ ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

パスポートを一週間ほど預かれることを知らなかったため、出国日と被りそうになったが事なきを得た。

■ 医療関係の準備/Preparations or actions taken to maintain your health :

特になし。

■ 保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :
大学指定の保険と、個人的に加入していた保険のみ。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)での手続き/Procedures required by faculties or graduate schools at UTokyo :
渡航届(留学許可願)を提出した。
■ 語学関係の準備/Language preparation :
特になし。

費用・奨学金に関すること/About expenses and scholarships to participate in studying abroad

■ 参加するために要した費用/Expenses of participation :	
航空費/Airfare	200,000 円/JPY
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)/Payment to host institution (tuition, facilities fee, etc.)	0 円/JPY
教科書代・書籍代/Textbook / Book	20,000 円/JPY
海外留学保険料(東京大学指定のもの)/Overseas travel insurance fee (designated by UTokyo)	65,900 円/JPY
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)/Insurance and/or social security (required by host institution/region/country)	0 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	
特になし。	

■ 留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :	
家賃/Rent	80,000 円/JPY
食費/Food	20,000 円/JPY
交通費/Transportation	0 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	30,000 円/JPY
■ その他、補足等/Additional comments :	
特になし。	

■ 留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :	
あり	
■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :	
JASSO	
■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :	
80,000 円	
■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :	
■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :	
国際推進課からの紹介。	

今後の予定について/About your future plans

■ 留学先で履修した授業科目のうち、単位認定申請をする(予定の)もの/The subjects for which you plan to (are planning to) transfer credit to UTokyo:

なし

■ 留学前に取得済みの単位数/Number of credits earned at UTokyo BEFORE your study abroad:

24 単位/credit(s)

■ 留学先で取得し、単位認定申請を行う(予定の)単位数/Number of credits earned and (planned to be) transferred to UTokyo:

0 単位/credit(s)

■ これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return:

6 単位/credit(s)

■ 卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm):

2025 年 3 月 (2025/03)

留学を振り返って/Reflection

■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts:

勉強や友人との交流などを通してノルウェーという相手国のこと、日本という自国について、そして自分のことについて考えるきっかけを与えてくれるものとなった。また英語で講義を受けることはその分野自体の視野を広げることにもなった。

■ 今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響/Impact of the program on your thoughts for a career or job hunting:

元々海外志向はあったが、より一層強まるものとなった。また海外に挑戦することに対して自信もつくものとなった。

■ 留学による今後のキャリア・就職活動へのメリット・デメリット/Merit/Demerit of studying abroad on your future career/job hunting:

留学前に就職活動は終了していたためメリット等は特になし。

■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad:

特になし。

■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):

建設会社(構造設計部)

■ 今後留学を考えている学生へのメッセージ、アドバイス/Any messages or advice for future participants:

自分のやりたいことをやってみるということは大きな経験となるのでぜひ挑戦してほしい。準備は直前過ぎると奨学金等が十分に得られないので要注意。

■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物/Websites or publications which were useful while preparing for or during your time overseas:

特になし。