

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: 2024/7/29

- 参加プログラム/Program: 工学系交換留学
- 派遣先大学/Host university: デンマーク工科大学 (DTU)
- 留学期間/Program period (yyyy/mm/dd): 2023/ 8/21 ~ 2024/ 8/ 2
- 東京大学での所属学科・専攻等/Department at UTokyo: 工学系研究科 技術経営戦略学専攻
- 学年(留学開始時)/Year at the time of study abroad: 修士1年

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

日本での大学生活に一抹の退屈さを感じていたときに、友人が留学を考えていることを知った。そこから興味を持ち、留学について調べ始めた。

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1年/University year / S 学期まで履修/Completed semester

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

交換留学なので、休学はしていない。

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

2024 年/Academic year / 修士2年/University year / A 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:

修士進学を決めるタイミングで留学することを考え始めたから。

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:

7科目(35ECTS)

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

主に自分の専攻に近い分野の授業を履修

■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:

4科目/Subjects / 20単位/credits

■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:

バスケットボール

■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:

コペンハーゲンの日本人バスケットボールチームに所属し、週1回程度練習に参加した。

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

ヨーロッパ内を旅行、友人と市内で遊ぶ

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

■設備/Facilities :

全体的に綺麗で近代的な建物。ジムや食堂、フードトラック等もある。

■サポート体制/Support for students :

留学生や学生寮に関する窓口がキャンパス内にある。

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 :

留学生用の寮(共用キッチン)

■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 :

大学の紹介

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

気候: 夏は比較的晴れている日が多く気温も適温なので、楽園。それに対して、冬は天気が悪く日の出ている時間も短い。

大学周辺の様子: 大学は郊外にあり、寮から自転車を使って通学していた。

交通機関: コペンハーゲン市内に向かう際はバスを利用。市内の移動には電車も利用。

食事: レストランが日本の2倍以上の値段なので、基本的には自炊していた。

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

三井住友信託銀行のプレスティアを用いて、定期的にデンマーククローネへの換金を行った。ほとんどの店においてクレジットカードのタッチ決済で支払い可能。

■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 :

治安: 非常によい。

医療関係: デンマークは医療費が無料。

心身の健康管理: 冬は天気が悪く日の出ている時間も短いことから、気分も晴れないことが多くなる。ビタミン剤は有効。

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 :

メールで指導教員の許可書類などの pdf を送る。

■ビザの手続き/Procedures to obtain visas :

書類提出、指紋採取のためにビザセンターに行く必要がある。実際に VISA がもらえるまで 2 か月程度かかった。ただし、最悪出国までに VISA の書類が届かなくてもデンマーク入国自体は可能。入国後に VISA 書類を手に入れば問題ない。

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

風邪薬等を持参

■保険関係の準備/Preparations/procedures for insurance :

東大指定の保険に加入

■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 :

指導教員による許可書類等を事務室に提出

■ 語学関係の準備/Language preparation :

大学で英会話の講座を定期的に受講

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	250000 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	0 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)	130000 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 :

■ 留学先での毎月の生活費/Monthly cost of living during the study abroad period :

家賃/Rent	120000 円/JPY
食費/Food	30000 円/JPY
交通費/Transportation	12000 円/JPY
娯楽費/Entertainment/Leisure	20000 円/JPY

■ その他、補足等/Additional comments :

留学生寮はデンマーク人用の寮よりも家賃が高い傾向にある。デンマーク人からサブリースしてもらおうと家賃は低く抑えられるが、貸し手を見つけるのは難しい。シェアハウス等も可能だが、詐欺に注意。

■ 留学のための奨学金の受給有無/Scholarships for study abroad :

有

■ 奨学金の支給機関・団体名等/Name of the source of the scholarships :

スカンジナビア・ササカワ財団

■ 受給金額(月額)/Monthly stipend :

40000 円程度

■ 受給金額についての補足等/Additional comments about the monthly stipend :

合計 400000 円

■ 奨学金をどのように見つけたか/How did you find the scholarships? :

ネット検索

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 :

Environmental and resource economics, UX design prototyping

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

22 単位/credit(s)

<p>■ 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:</p>
<p>4 単位/credit(s)</p>
<p>■これから本学で取得予定の単位数/Number of (expected) credits to be earned on return:</p>
<p>6 単位/credit(s)</p>
<p>■卒業/修了予定/(Expected) year/month of graduation (yyyy/mm):</p>
<p>2025 年 03 月 (2025/03)</p>

留学を振り返って/Reflection

<p>■ 留学の意義、その他所感/Impact of the study abroad experience on yourself or your thoughts:</p>
<p>異なる環境においてそこで出会った人と関わりながら生活を営むことはとても新鮮であり、日本と全く違う生活が徐々に構築されていく感覚は何より楽しい。さらに多国籍に友達を作ることが出来たのは留学ならではの体験だと思う。これまで自分が関わったことのないような友達が出来て、自分がいかに狭い世界の中にいたのかをまざまざと体感した。</p> <p>また全く知らない環境で一人暮らしするのは刺激的であった。海外での生活もなんとかこなせるという自信がついたことは、今後のキャリア選択においても意義があるかもしれない。</p>
<p>■ 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:</p>
<p>自分にとってどのようなキャリアを選ぶのがいいか、環境を変えてじっくり考えることが出来た。</p>
<p>■ 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:</p>
<p>日本でのインターン等に参加できないため、一般的な就活生とは異なる就活スケジュールとなった。一般的な日本での選考ルートに乗れないのはデメリットであるが、その分留学生向けのボストンキャリアフォーラム等に参加するといった選択肢もある。</p>
<p>■ 留学中に行った就職活動/Job hunting activities during study abroad:</p>
<p>ボストンキャリアフォーラムに参加</p>
<p>■ 進路・就職先(就職希望先)/Career/Occupation (planned):</p>
<p>IT 系のビジネス職</p>
<p>■ 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:</p>
<p>留学が阻まれる理由は山ほどあるのに対して、留学をしなければならない理由は多くはないと思います。ただ、その留学をする数少ない理由に強い心当たりがあるのであれば、留学は最高の選択になると思います。家のように帰って安心する場所が日本以外に出来たのはこの上ない経験でした。</p>
<p>■ 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:</p>
<p>現地で留学、生活している人たちのブログ</p>