

デンマーク・BOSEI フォルケホイスコーレ 留学報告書

学部学科・研究科専攻	文化社会学部北欧学科		留学時学年	3年
留学先	国	デンマーク	大学/機関:	Bosei フォルケホイスコーレ
期間	2025年2月16日 ~ 2025年3月19日			
	短期	計1ヶ月		

[1] 参加した語学コースの時間数/科目名（受講科目・複数可）

・授業時間数:11

・科目名: Health & Fitness. Strength, Eikaiwa, Outdoor: Nature & Culture, K-Pop dance, Dance Fitness, Volleyball, Outdoor: Archery, Community Class: Singing, New and an Activity MR KR and a guest teacher,

時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~10:30	○	○	○	Free	Free	Free	Free
10:45~12:15	○	○	○	Free	○	Free	Free
14:10~15:40	○	○	○	○	Free	Free	Free

[2] 授業内容について教えてください。

（クラス人数、国籍割合、担当の先生、授業方法、使用教材等）

クラス人数:10~30人程度

国籍割合:デンマーク人6割、日本人2割、その他2割

担当の先生:デンマーク人

↳英語での授業

授業方法:すべて対面型

使用教材:プリント、運動施設・器具

↳使用する教材は現地で貸し出し・配布されるため、持参するものは筆記用具・ルーズリーフ・体育館履き・水着

基本的にパソコンも不要

[3] 課外活動・研修旅行・余暇の過ごし方について教えてください。

課外活動:バレーボールクラブ、バドミントンクラブ、サンセットクラブなど

研修旅行:コペンハーゲン日帰り旅行×2、Præstø(プレスト)への日帰り研修

余暇の過ごし方:睡眠、散歩、間食、ゲーム、映画・ドラマ鑑賞、サウナ、プール、旅行

[4] 派遣先でよく使った施設について教えてください。(図書館、学生会館、スポーツ施設等)

ツ施設等)

ガーデンルーム

- ↳ソファー、テーブル、ニンテンドースイッチ、カードゲーム、ビリヤード、テーブルサッカー、ピアノ
- ↳パーティーや授業、アッセンブリの際に使用することもあった
- ↳食堂と隣接しているため、利用者が多く、常に誰かがいる

食堂

- ↳約70座席、コーヒー・お湯が出る機械、食器、湯飲み、カトラリー
- 常にパンやフルーツが置いてあった

キッチン

- ↳IH、電子レンジ、電気ポット、食器、湯飲み、カトラリー、冷蔵庫、ポーカー、カードゲーム
- ↳食堂が夜には使用できなくなってしまうため、夜食をキッチンで食べるが多かった

音楽室

- ↳ドラムセット、ピアノ、その他打楽器等

TV ルーム

- ↳ネットフリックスなど使用可能、飲食可能

洗面所・トイレ・シャワールーム

- ↳洗面所・トイレとシャワールームがカーテン1枚で仕切られていた
- ↳トイレは男女兼用、シャワールームは場所による

[5] 宿舎（寮やホームステイ）での生活について教えてください。

部屋: 1部屋_2_人で使用

様子:

- ↳部屋の暖房が操作できないため、冬に渡航する場合は電気毛布・もこもこの靴下があると快眠
- ↳乾燥するため、マスクがあるとのどが元気
- ↳クローゼットだけでなく棚も多くあり、荷物の整理整頓がしやすかった
- ↳ベットの前側に窓があるため、気分が落ち込みやすい冬でも外の景色をみることで心の健康を維持できた

[6] 留学中に楽しかったこと、苦労したことを教えてください。

● 楽しかったこと:

コペンハーゲン日帰り旅行 1 回目

- ↳授業のスライドやインターネットなどで今まで平面的に見ていた景色が目の前に広がっていて感動的だった
- 各名所の歴史など背景を事前に日本語で予習しておくことより楽しめると思った

コスプレパーティー

- ↳音楽を大音量で浴びながら、個性豊かなコスプレに身を包んだ先生や学生と写真を撮ったり、踊ったりしたのが非日常的空間で楽しかった

食事

- ↳一人暮らしで普段は孤食だったため、大勢で集まって食事を共にする時間が格別だった

● 苦労したこと:

風邪

- ↳寮全体で風邪が流行していたため、完治までに時間がかかった
- ↳体を動かさず授業を多くとっていたため大変だった

対話

- ↳ほぼ毎日今まで話したことがない人と対話する機会があり、緊張との闘いだった

質問のテンプレートをいくつか持っているとお話を楽しみやすくなると感じた
相手のことを聞き出すためにはある程度自己開示することが求められるが、それに慣れていなくて難しかった
キッチン当番
↳先生が各生徒にキッチン当番の時間帯・曜日を割り当てるため、朝が苦手な私は苦労した

[7] 留学の成果について教えてください

1) 語学力の向上:

↳日本人同士で学んだフレーズを共有しあったり、授業やイベントで他の学生が使っていた表現を真似したりなどというように、生活していく中でインプットとアウトプットを活発に行うことができる環境だったため、語学力(日本語・英語・デンマーク語)は向上した

日本語

↳日本文化・日本語に興味がある学生が多く、日本語の単語やフレーズを教える機会がたくさんあった

英語

↳望星では英語での会話がメインだったため、英語に耳が慣れていった

↳日常会話でよく使える表現をいくつか蓄えることができたため、留学生活後半になるにつれて口数を増やすことができた

デンマーク語

↳町中にあるデンマーク語の意味や英語・日本語のフレーズをデンマーク語ではどのように表現するのかを聞いてメモしていた

実際にその表現を使うと喜んでくれたため、楽しく学ぶことができた

2) 専門知識の向上:

デンマーク文化(ヒュッゲ、デンマーク語)

↳ヒュッゲをつくりあげる要素、集う(アッセンブリ、食事、余暇時間)、デンマークの恋愛事情
健康維持法、スポーツ関連の知識

3) 自己成長など

自己管理能力の向上

↳心と体の健康への意識が高まった

対話

↳ルームシェア・70人以上の学生・先生との寮生活では対話せずにはいられないが、そのような環境に身を投じたことで普段活発に話さない人との対話に徐々に慣れていくことができた

↳寮生活では自分自身が関与していない事柄に関する情報が耳に届く。例えば、冷蔵庫のアイス盗難事件では共に解決方法を皆で話し合った。

逆に、自分自身が関与している問題もアッセンブリの時間を使って全員に共有され解決方法を話し合った。そのため、渡航前よりも自分自身の行動がどのように周りに影響を与えるかを考えるようになった。フォルケホイスコーレは自由度が高いという印象があったが、その自由は個人個人が担う責任の割合が大きいということなのだ気づかされた。

[8] 来年度に留学を希望する学生へのアドバイスをお願いします！

Do or Die!! 望星への留学を経て、「失敗を恐れて挑戦しなかったら、成功だけでなく失敗すら経験することができない」ということを学びました。時間・お金・体力・メンタルが許す限り、皆さんがワクワクすると思う選択をし続けてみてください！！

[9] 留学に関する費用の総額について内訳を教えてください。

項目※詳しく記入して下さい	金額(当時の日本円)
渡航費(旅行会社に支払った経費)	約450,000
授業料以外の諸経費(教材費・課外活動・保険料等)	0
私生活における諸経費(食費・交通費・洗濯費等)	約30,000
現地からの奨学金がある場合	0
お土産代や個人的な買い物	約50,000
その他()	0
留学に関する費用の総額	約530,000

