

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	文理融合学部地域社会学科		留学時学年	2年
留学先	国	デンマーク	大学/機関	BOUSEI フォルケホイスコーレ
期間	2026年 2月 15日 ~ 2026年 3月 17日			
	短期	中期	長期	計 1ヶ月
	※○で囲んでください。			

[1] 参加したコースの時間数と時間割

- 授業時間数： 12 時間
- 科目名（受講した科目を全てご記載ください）：

【時間割】

時間	月	火	水	木	金	土	日
例) 9時~13時	○	○	○	○	○	○	Free
9時~10時30分	Health & Fitness	Ceramic	Health & Fitness	Photo Trips	Mixed Ball Games	Free	Free
10時45分~12時15分	Bushcraft	Ceramic	Free	Photo Trips	Eikaiwa	Free	Free
14時10分~15時40分	Eikaiwa	Mixed Ball Games	CommunityClass	Free	Free	Free	Free

[2] クラス編成や授業方法について教えてください。

【例】クラス人数、国籍割合、担当の先生、授業方法、使用教材等

授業によって異なりますが、大体20人ほどで、デンマーク人が多かったです。英会話の授業は、グループに分かれて活動し、その他のクラスは全体で活動するスタイルが多かったです。使用する教材は特にありませんでした。

[3] 課外活動や週末の過ごし方について教えてください。

課外活動として、みんなで2回ほどコペンハーゲンに行く機会があり、観光や現地の文化を体験することができました。週末には、近くの町へ買い物に行ったり、再びコペンハーゲンを訪れたりするなど、それぞれ自由に過ごしていました。

また、放課後にはバレーボールやバドミントンなどのスポーツをみんなで楽しむことも多く、交流を深める機会となりました。さらに、パーティなどのイベントも開催されました。

[4] よく利用し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)

ガーデンルーム、体育館、

[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：

ベッドと机が1人1つずつあって。クローゼットも設備されていた。

[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：

常に誰かが周りにいて、一緒におしゃべりしたり、スポーツをしたり、ゲームをしたりできたことです。みんなとてもフレンドリーで、気軽に話しかけてくれたので、すぐに打ち解けることができました。毎日がにぎやかで、とても楽しかったです。

● 苦労したこと：

名前を覚えることです。いろいろな国の人がいて、聞き慣れない名前も多く、覚えるのが大変でした。また、自分の伝えたいことがすぐに英語で出てこず、相手に伝えるまでに時間がかかることもありました。もどかしさを感じることもありましたが、少しずつ慣れていったと思います。

[7] 留学の成果について教えてください

1) 語学力の向上：

短期留学だったので「大きく成長した！」という感じではないけど、自分の知っている単語を使ってなんとか伝えようとする力はついたと思います。また、会話の中で新しく知った単語をすぐ使ってみることも増えました。そのおかげで、英語で話すことへの苦手意識が少し減ったと感じています。

2) 専門知識の向上：

写真の撮り方や水のろ過の仕方、陶芸など、普段あまり経験しないことに挑戦できたのがとても良かったです。実際に体験しながら学ぶことができ印象に残っています。また、現地での生活を通してデンマークの文化についても知ることができました。

3) 自己成長など：

もともと苦手意識があった英語に対して、「間違えてもいいから話してみよう」と思えるようになりました。少しずつですが、自分からコミュニケーションを取ろうとする姿勢が身についたと思います。

[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！

とにかく本当に楽しかったので、少しでも迷っているならぜひ行ってほしいです！英語が苦手な私でも十分楽しめたし、BOUSEI のみんなは本当にいい人ばかりで、毎日が新鮮で充実していました。日本ではなかなかできないような経験もたくさんできて、本当に最高の時間でした。

また、「やってみたい」「行ってみたい」と思ったことは、迷わずどんどん挑戦してみるのがおすすめです。積極的に行動することで、より充実した留学になると思います。

生活面では、サウナやプールがあるので利用したい人は水着を持っていくといいです。連絡手段としては Messenger がよく使われていたので、事前にダウンロードしておくとう便利です。あと、日本の味が恋しくなることもあるので、お味噌汁を持って行っておくとほっとできておすすめです。

[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。

	内訳		金額 (留学時の日本円)
1	短期留学者のみ	旅行会社に支払った経費(授業料、フライト代他)	44万円
2	中期・長期留学者のみ	フライト代	0
3	中期・長期留学者のみ	滞在費(寮費・ホームステイ代など)	0
4	教材費		0
5	保険代		1万8000円
⑥	私生活における諸経費(食費・交通費・洗濯費等)		4万円
7	個人的な買い物		15万円
8	その他(SIM)		1万5000円
9	留学に関する費用 (1 から 8 の合計)		66万3000円
10	受給した奨学金(奨学金名:)		0
11	留学に関する費用総額 (上記 9 から 10 を引いた額)		0



