

デンマーク・コペンハーゲン大学

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	コペンハーゲン大学
期 間	2025年8月24日 ~ 2026年6月30日			
	長期		計10ヶ月	

【1】参加したコースの時間数と時間割

- 授業時間数：3コマ
- 科目名：Danish culture, Gender and Sexuality, H.C.Andersen and Søren Kierkegaard

【時間割】

時 間	月	火	水	木	金	土	日
10時～12時				○			
12時～14時			○				
13時～15時				○			

【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

授業は、1クラス約30人で行われるものが多く、大規模な講義では100人ほどの学生が受講していました。毎回ディスカッションの時間が設けられており、隣の席の学生やあらかじめ決められたグループで意見交換を行う機会が多くありました。

クラスメイトは非常に多国籍で、ドイツ、スウェーデン、ノルウェー、アイスランド、フィンランド、スペイン、フランスなどヨーロッパ出身の学生が多く、その他にもアジア、アメリカ、オーストラリアなど、世界各国から留学生が集まっていました。

授業では、毎回課されるリーディング課題をもとに考察や議論を深めるスタイルが中心で、決まった教科書を継続して使用することはほとんどありませんでした。映像資料を視聴したり、美術館やお城への見学、NGO団体への訪問など、学外で学ぶ機会もありました。

また、教授が授業で使用した PowerPoint を毎回アップロードしてくださるため、授業内容を復習したり、試験前の振り返りに活用したりしていました。

[3] 課外活動や週末の過ごし方について教えてください。

大学では、ランニングクラブ、ハイキングクラブ、ヨガクラブに所属しており、それぞれ週1回活動していました。どのクラブもインターナショナルな雰囲気、留学生でも友人を作りやすい環境でした。

また、週1回3時間のデンマーク語の語学学校に通い、さらにデンマーク語クラブにも週3～4回参加していました。

週末は、友人とボルダリングジムへ行ったり、カフェでゆっくり過ごしたり、ランニングをしたりと、体を動かしながらリフレッシュすることが多かった。また、以前通っていた学校でボランティアをすることもあり、実践的にデンマーク語を使う貴重な機会となりました。

[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)

勉強をするときは、大学の図書館やカフェをよく利用していました。スポーツをするときは、大学の体育館やキャンパス内の広場を利用することが多かった。

デンマーク語クラブは地域の図書館で開催されており、語学学習だけでなく地域の方々との交流の場にもなっていました。

ボルダリングは「Boulders」というジムを利用していました。コペンハーゲン市内に5店舗あるため、その日の気分に合わせてさまざまな店舗を利用していました。

友人と遊ぶときは、公園に集まってピクニックをしたり、芝生で寝転んで日向ぼっこをしたりと、のんびり過ごすことが多かった。特に Kongens Have や Frederiksberg Have はお気に入りの場所でした。夏には Amager Strand でビーチバレーをしたり、海で泳いだりして過ごしました。

[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__1__人で使用

様子：

寮は大学から自転車で約 10 分の場所にあり、デンマーク人やアイスランド人の学生が多く住んでいました。部屋は広く、キッチン、シャワー、トイレがすべて備わっていたため、とても快適に生活することができました。

寮内で住人同士が交流する機会はあまり多くありませんでしたが、その分、自分の時間をゆっくり過ごせる大切な場所になりました。一人でリラックスしながら生活できたことは、留學生活の良いリフレッシュにもなりました。

また、寮はビーチや森にも近く、散歩やランニング、サイクリング、海で泳ぐことなど、自然の中で体を動かすことが日常の楽しみになっていました。

[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：

さまざまなクラブ活動に参加し、多国籍の人々と出会い、多くの素敵な友人ができたことです。友人とのんびり過ごす何気ない時間や、図書館で集中して勉強した時間など、今振り返るとどれも大切な思い出になっています。

また、デンマーク語を一生懸命学ぶ世界中の人々と交流し、お互いに刺激を受けながら学び合えたことも、とても貴重な経験でした。

● 苦労したこと：

デンマークの冬は日照時間が短く、寒さも厳しいため、気持ちを前向きに保つことが大変でした。そのため、毎日ビタミン剤を摂取し、できるだけ外で体を動かしたり、友人とゆっくり過ごしたりする時間を意識的につくることで、心身の健康を維持するよう心がけました。

[7] 留学の成果について教えてください

1) 語学力の向上：

デンマーク語はまださらに練習が必要だと感じていますが、日常会話には困らない程度まで話せるようになりました。

渡航前から大学で3年間デンマーク語を学んでいましたが、日本では読むことや書くことが中心で、会話をする機会はあまり多くありませんでした。留学中は友人との会話やボランティア先での接客、同僚とのやり取りを通して実際にデンマーク語を使う機会が増え、耳も口も少しずつ慣れていきました。

また、自分自身をデンマーク語だけの環境に積極的に置き、ラジオやドラマ、ニュースを毎日視聴しながら新しい単語や表現を学び続けたことで、語学力を大きく伸ばすことができました。

2) 専門知識の向上：

多国籍のクラスメイトとともにデンマーク社会について議論や分析を重ねることで、さまざまな文化的背景や価値観からデンマークを捉える視点を身につけることができました。

アンデルセンに関する授業では、童話だけでなく詩や歌も学び、時代の異なるデンマークの作家たちと比較しながら作品を考察しました。教授が紹介してくださるエピソードや背景知識も非常に興味深く、これまで知らなかったアンデルセンの魅力を深く学ぶことができました。

3) 自己成長など：

留學生活を通して、自分に適度な負荷をかけながら生活をコントロールする力が身についたと感じています。また、自分の直感を信じ、新しいことに積極的に挑戦する姿勢も以前より強くなりました。

思いどおりにいかないことや気分が乗らない日でも、できるだけ前向きな気持ちで楽しもうと意識することの大切さを学び、それは留学を終えた今でも自分の大切な学びになっています。

[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！

留学は、語学力や専門知識を身につけるだけでなく、自分自身と向き合い、自分について深く知ることができる貴重な機会だと思います。また、さまざまなバックグラウンドを持つ多国籍の学生とともに学び、生活する経験は、日本ではなかなか得ることのできない貴重な経験になると思います。

少しでも留学に興味があるのであれば、ぜひ一歩踏み出して挑戦してみてください。きっと、自分の世界が大きく広がる経験になると思います。

[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）	0
2	中期・長期留学者のみ	フライト代	24,000
3	中期・長期留学者のみ	滞在費（寮費・ホームステイ代など）	1,7040,00
4	教材費		0
5	保険代		20,0000
6	私生活における諸経費（食費・交通費・洗濯費等）		750,000
7	個人的な買い物		10,000
8	その他（ 家具 ）		280,000
9	留学に関する費用（1 から 8 の合計）		2,788,000
10	受給した奨学金（奨学金名：東海大学国際交流奨学金）		450,000
11	留学に関する費用総額（上記 9 から 10 を引いた額）		2,338,000







