

## 留学報告書

### ①基本情報：

北海道教育大学函館校、国際地域学科・地域協働専攻・国際協働グループ4年若竹明莉

留学先：ベルゲン大学（ノルウェー）

留学期間：2018年1月～12月

### ②原稿タイトル：ベルゲン大学留学報告書

### ③留学経験から得たもの：

私は留学によって人間的に大きく成長したと思っています。その留学経験から得たものは主に三つあります。以下にそれらを述べます。

#### 1. コミュニケーション能力

一つ目は、留学先の交流を通して培った、異文化に積極的に触れようとするコミュニケーション能力です。前期はキッチンシェアタイプの寮に住んでいて、アメリカ・オーストリア・スロバキア・ベルギー・中国・日本人からなる計8人でキッチンを共有していました。キッチンと共有スペースがフロアの真ん中にあり、その両端に各自室があったので嫌でも朝起きたときや出掛けるとき顔を合わせなくてはいけないので、自然と世間話をして交流することができました。誰かが料理を作っていたら、「何作っているの？」と聞くのが当たり前になって、相手にも聞いていたし自分もよく聞かれました。私は和食をよく作っていたので、珍しがられることも多かったし、「良い匂いだね！美味しそう！」と言ってもらえると嬉しかったです。（特に中国人の友人はおにぎりに興味津々だったのでバーベキューの時に一緒につくったら喜んでくれました。）そこから自然とコミュニケーションに繋がったと思います。キャリアフォーラムに参加するためボストンに行った際には、フラットメイトだったアメリカ人と再会し彼の大学を隅々まで案内してもらいました。

寮以外でも授業やイベントで友達ができたので彼らとは料理をつくってパーティーをしたり、カフェに出掛けたり山登りに行ったりと積極的に交流しました。（授業で隣の席になった韓国人の傘をあやまって折ってしまったことがあり焦ったけれど後日新しい傘を渡したらお礼にとカフェに連れて行ってってくれて仲良くなれました。）一番仲が良かった香港人とは毎週一緒に料理をつくって沢山お互いの国について話し交流を深めました。後期に仲良くなったロシア人と巻きずしをつくったら彼女が帰国したあと地元でつくったよと巻きずしの写真つきメッセージがきて嬉しかった。料理やイベントなどを通してお互いに国について話す機会が増え、結果的に異文化交流を達成することができたと思います。そう考えると難しそうに聞こえる異文化交流はそんなにハードルが高いことではないと感じたし、特

に料理は気楽に異文化交流をするためのツールになると思います。留学先で出会った友人達とは今でも連絡を取り合い、また会う日を楽しみにしています。

## 2. 行動力

二つ目は、失敗を恐れず自分から行動する力です。これは留学先で大変だったことを通して得ることができました。留学をすると、自分の力で行動しなければいけない状況が絶対あります。例えば、私の場合は在留カードが中々届かなくて学校と何度もやりとりしたり、自分の名前を検索したら住所と電話番号がネット上に出てくることに気付き(ノルウェーでは当たり前のように)住所がしっかりと載っているのはさすがに怖かったので、その削除依頼をしに携帯会社に駆け込んだり、スーパーで買った物の値段が間違えられていて返金してもらいにいたり、病気になったら病院に行って自分で症状を話して医者の説明を聴いたり、そうした日常の些細なトラブルの時に自分で解決する力が身に着きました。また、私は休みの日など海外旅行に行く機会が多かったのですが、そうした旅行先でもノルウェーにいても、分からないことがあれば人に尋ねるという習慣がついたと思います。小さなことですが自国の言葉が通じない状況で自分の力だけで解決しようとする力が身に着いたのはとても大きいと思います。

## 3. 困難を乗り越えるために努力する力

三つ目は困難にぶつかってもそれを乗り越えようと努力する力です。主に英語学習の過程でついたものですが、英語については思ったよりも触れる機会がなくて、授業はもちろん英語で行われノルウェー人は英語も話せますが、普段電車であったりスーパーであったり表記は全部ノルウェー語だし聞こえてくるのもノルウェー語だし、英語に染まる環境に憧れていた自分にとっては歯がゆかったです。でもこのままではいけないと思い、自分から積極的に外国人の友達を遊びに誘ったり英語で行われているセミナーに参加したり英語のドラマを見たりと英語に触れる機会を増やしました。また、ベルゲン大学にはタンデムパートナーという言葉と一緒に勉強する相手を大学に紹介してもらい仕組みがあるので、パートナーとは週一回の頻度で集まりお互い語学勉強について協力しました。

特に日本でもほとんど書いたことのない英語でのレポート課題は本当に大変で諦めたくなることもありましたが、ノルウェー人の友人に質問するなどしながらなんとか仕上げることができました。英語が劇的に伸びたという実感は無かったけれど、自分で考えて行動したことが大切なことだったのかなとも思います。

上記で述べてきたように、英語についてもそうですが留学先での交流や大変だったこと、旅行での経験を経て人間として大きく成長できたと思います。日本ではない場所で色々な人と交流して学ぶというのは非常に貴重な経験になりました。また、自分が異国で“外国人”として過ごすことで今までとは違った視点で物事を捉えられるようになり異文化に

対する理解が深まったと思います。

④これから留学する学生へ伝えたいこと、メッセージ：

留学先では自分は“外国人”であり、そうした環境の中に身を置くのは滅多にない経験だったと思います。一年間で見える世界がガラッと変わったとまで変化することはなかったけれど、視野が広くなり、何より世界中に友達ができました。私は自分の経験を通して、きちんとした目標を持ちそれに向かって努力しなければ留学してもしなくても同じだと学びました。結局自分がいかに努力するか行動するかで成長できる幅は大きく変わってくると思います。そして留学は本当にあっという間なのでいかに時間を有意義に使えるかがカギになると思います。私自身、その場所でしかできないことにもっとチャレンジすれば良かったなあと後悔しているので、色んなことに挑戦してもらいたいです。その中で失敗することもあると思いますが、失敗を含めて経験は全て自分にとってプラスになると思います。沢山経験して異国での生活を精一杯楽しんでください！

⑤留学中の写真：



香港の  
友人達と  
IKEA で  
ランチ！

ホラームービーの  
後に屋上で  
夜景！



みんなで  
スケート！

天気の  
良い日に  
ハイキング！



ゲームナイト  
にて！

日本語学科  
のノルウェー人と日本人留学生で  
ハロウィンパーティー！

