

芝浦工業大学 交換留学プログラム 参加後アンケート

海外派遣プログラムに参加したみなさまに、海外での経験を今後の学生に共有していただくため下記アンケートの記載をお願いしています。
記載いただいた内容は、芝浦工業大学のWebサイトやパンフレットに掲載いただくことがありますので、その前提でご記入をお願いします。
「留学するかどうか、もしくは留学先をどこにするか等、判断を迷っている後輩向け」という視点で記入をお願いいたします。

留学者情報	
・ 学籍番号	MH23017
・ 氏名	高倉 歓永
・ 学部	理工学研究科
・ 学科(コース等)	社会基盤学専攻
・ 学年(渡航開始時)	修士1年
・ ウェブ等への体験談掲載への同意	<input checked="" type="checkbox"/> 氏名も掲載してよい <input type="checkbox"/> 学部・学科まで掲載してよい <input type="checkbox"/> 完全匿名での掲載を希望

留学先情報	
・ 渡航型/オンライン型	<input checked="" type="checkbox"/> 渡航型 <input type="checkbox"/> オンライン型
・ プログラムタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 授業履修型 <input type="checkbox"/> 研究室配属型
・ 国・地域名	フィンランド
・ 都市名	エスボー
・ 留学先大学名	アアルト大学
・ 留学期間	<input type="checkbox"/> 3ヶ月未満 <input checked="" type="checkbox"/> 3ヶ月～半年(1セメスター程度) <input type="checkbox"/> 半年～1年(2セメスター程度)
・ プログラム期間	プログラム開始時期 (2021年9月上旬等) 2023年8月27日 プログラム終了時期 (2021年9月上旬等) 2023年12月16日
・ 留学時期 (主に留学をしていた時期にチェック をお願いします)	<input type="checkbox"/> 1年前期 <input type="checkbox"/> 修士1年前期 <input type="checkbox"/> 1年後期 <input checked="" type="checkbox"/> 修士1年後期 <input type="checkbox"/> 2年前期 <input type="checkbox"/> 修士2年前期 <input type="checkbox"/> 2年後期 <input type="checkbox"/> 修士2年後期 <input type="checkbox"/> 3年前期 <input type="checkbox"/> 博士以上 <input type="checkbox"/> 3年後期 <input type="checkbox"/> 4年前期 <input type="checkbox"/> 4年後期
・ 上記協定校を志願した理由を教えてください。	岩盤工学、有限要素法に関する授業を受けたく、芝浦工業大学にはなかったから。 ヨーロッパで地盤工学に精通している大学が少なかったため東南アジアでの学問との違いを知りた かったから。
・ (研究室配属型のみご回答ください) 受入大学の指導教員をどのように探 したか教えてください。 (SIT指導教員の紹介等)	

留学中の学籍について	
・ 休学の有無	<input type="checkbox"/> 休学をした <input checked="" type="checkbox"/> 休学しなかった
・ 休学せずに渡航した方は、休学せずに渡航できた理由を記載ください。 (留学が必須の学科だった、必修科目が渡航時期になく単位も十分に 取り終えており、かつ指導教員の許可も得られ、就活前に帰国することが できたため、等)	必修科目の授業はすでに取得済みかつ研究以外で卒業に必要な単位数も取得できる見込みで あったこと。帰国直後に就職活動へ取り組むことが出来るため。

留学先での学習・研究状況

- 留学先での学習・研究状況につき、概要を記載してください。

基本的には土木関係の授業を取ることが求められており、全取得単位数の2/3以上は必要。残りの1/3は自分の専門外でも良いのでほかの分野の授業もとった。授業自体は主に試験とExerciseで評価される科目が多いが必ずしもすべてではない。Exerciseとは授業の演習のことであり、解析ソフトを扱ったり、問題を解いたりするための時間割に充てられている。そのときにアシスタントと共に取り組むことが多かった。

- 授業を履修した場合、具体的な科目の情報教えてください。
(たくさん履修した場合は適宜追加して記載してください。また科目概要など、欄に収まらない場合は、適宜行の幅を大きくして記載してください。)

科目名①	Geotechnics	単位数 (現地単位数)	5
科目概要	地盤工学の導入部分から有効応力の計算、杭、基礎の選定、また、地盤調査方法やフィンランドで特に起こり得る永久凍土の融解による影響について学んだ。Honkasuoというエリアに住宅を建てた際に実際に起こり得る圧密沈下量や要求される支持力の大きさなどにおいてExcelでの解析計算も行った。		
科目名②	Rock mechanics	単位数 (現地単位数)	5
科目概要	Mohr-Coulombの破壊規準に加えてHoek-Brownの破壊規準のほかトンネル設計において掘削後の屋根をサポートするためのボルトの種類や、ショットクリートの特徴などを学んだ。		
科目名③	Structural design of roads	単位数 (現地単位数)	5
科目概要	道路設計においてどういう破壊が起こり得るのか。近年導入されつつある新しい舗装方法における座学。また、解析ソフトを扱って新しい道路を設計する場合、最適な舗装厚を検討した。		
科目名④	Introduction to advanced energy solutions	単位数 (現地単位数)	5
科目概要	エネルギー源からのどのセクターが最も多くエネルギーを多く消費しているのかについての授業に加えてFinal reportでは自分で一つの国についてどうしたら持続可能な脱炭素社会を築けるかのシナリオを書いた。		
科目名⑤	Survival finnish 1	単位数 (現地単位数)	1
科目概要	留学生対象のコースでフィンランド人以外がフィンランド語の最もベーシックな会話を学ぶ。		
科目名⑥	Finite Element Method in Geoengineering	単位数 (現地単位数)	5
科目概要	有限要素法においてある要素、節点がどの方向にどれくらい変位、ひずみを起こすのか、応力が架かるのかをmatlabをつかって計算したほか、COMSLやOPTUMを扱って、地盤の支持力分布を求め、信頼性を評価した。		

留学先での学習・研究以外の交流活動

- 交友関係、部活、サークル、日常生活などで特筆して後輩に伝えたいことを記載してください。

アアルト大学ではNippoliという日本人とフィンランド人が主に集まるサークルがあり年4回サウナパーティが開かれ、私は2回参加したほか、月1回スピーキングサークルに参加してフィンランドの友達を増やして行きました。私の学科の場合、この期間の交換留学生在が私以外誰もいなかったので主にサークルのイベントに参加して現地学生との交流を深めていきました。Nippoliには日本人も多く参加されているので日本人に現地生活でのアドバイスが聞けるのではと思います。

自由記述欄

- 留学で感じたこと等、自由に記載してください。
(当初の留学計画を達成していたか、新たな発見があったか、どのような苦労があったか、留学前に準備しておけばよかったと振り返って感じることはあるか、後輩へのアドバイス、等々何でも結構です。)

初めての一人暮らしで、これまでで最も長く海外に滞在したので、生活に慣れるのに苦労しました。一度鍵を部屋に置いてきてしまうこともあり、ドアオープニングサービス利用にかなり時間を要しました。アアルト大学の英語力は想像していた以上に高いレベルを求められ、最初はどう話したらよいのかが分かりませんでした。全部で4か月間あったのですが、前半2か月は授業についていくのが精いっぱい、あまり学生との交流が深められませんでした。この期間は正直、途轍もなく長く感じ、10月後半から11月にかけては日が極端に短くなるので鬱になりやすかったほか、部屋で何度も一人で泣くことがありました。アアルト大学は年数千人もの留学生を受け入れているので、当然カルチャーショックを感じることも多くありました。他の国の学生が居たからこそ生き方にいろんな考え方があるのではと感じました。しかし、後半はフィンランドの学生と徐々に話せるようになってきたからなのか、日はさらに短くなったにもかかわらず精神的には前半ほど苦労はしませんでした。学業の成績は当然重要ではありますが、交換留学中でしか会うことのできないフィンランドの学生と1人でも多く親しみを持つことが学業へのモチベーションアップにもつながるのではと感じました。最も重要なのは何事にも困った時に相談できる相手がいることだと感じています。相手に期待しすぎるのは良くありませんが、だからかと言って相手に頼ることは決して悪いことでもありません。私の観点ではありますが、フィンランドの学生が常に温かく出迎えてくれたからこそ、この留学期間を乗り越えられたのだと思います。

留学手続き時に苦労した点

- 協定校への出願時に苦労した点や、後輩へのアドバイスがあれば記載ください。(提出すべき書類、準備が大変だった書類など)

留学へ行く半年ぐらい前からCVなどを考えてたり留学前からできるだけ毎日英語に触れ続けたりした方が良いと思います。

- ビザ申請など、渡航準備時に苦労した点や後輩へのアドバイスがあれば記載ください。(提出すべき書類、準備が大変だった書類など)
(渡航型プログラムのみ。オンライン型は記入不要です。)

在留許可証のオンライン手続きは協定校からの受け入れ許可が通ってからオンライン申請完了まで進むことが出来ます。申請から在留許可カードが届くまで目安が3カ月とホームページには記載されていますが最短でどれくらいかかるかを大使館に問い合わせてもその年によって大きく変動するため答えられないそうです。オンライン申請の後には在日フィンランド大使館へ面接の予約をしますが、6月中旬から下旬にかけては申請者が多くなります。アアルト大学へ申請した後、しばらくたっても受け入れ許可の連絡がない場合はその大学側に催促し、在日フィンランド大使館での面接予約を出来るだけ早い時期に済ませる必要があります。

- その他、準備にあたり、後輩にアドバイスがあれば自由に記載してください。

HOASアパートの予約は倍率が常に高いです。ですので、家賃のある程度高く見積もっておいた方がオファーされやすいと思います。HOASやAYYのアパートメントの契約方法としてサブリースでの契約方法もありますが、詐欺のリスクもあるのでアパートの管理業者に確認するなど特に注意が必要です。

滞在先の宿泊施設などの情報 (渡航型プログラムのみ。オンライン型は記入不要です。)

- 宿泊先のタイプを教えてください。(協定校の寮、一般のアパート、ホームステイ等)

アアルト大学が推奨している家具付きのアパートです。キッチン、ユニットバスは共有で3部屋鍵付きです。

- 上記宿泊先はどうやって手配しましたか？(出願時に協定校に依頼することができた、協定校から紹介してもらった、自分で探した、等)

アアルト大学側はアパートを提供していませんが、HOASとAYYが推奨しているアパート業者であったのでHOASを申請しました。主に交換留学生在が対象として使えるアパートです。

- 現地空港到着後、どうやって上記宿泊先に向かいましたか？
交通手段や所要時間を教えてください。

HSLの空港アクセス線とMetroで向かいました。

- 上記宿泊先から日々協定校へはどうやって通学していましたか？交通手段や所要時間を教えてください。

アパートの最寄り駅がEspoonlahtiだったのでそこからMetroで30分程かかりました。

- 上記宿泊先の様子を教えてください。広さ、住み心地等。

いたって普通です。シャワーの湯の出る強さが弱かったです。周りが静かなので眠りやすいとは思いますが防音効果があるわけではありません。

留学中の費用や奨学金等（渡航型プログラムのみ。オンライン型は記入不要です。）

概算で結構ですので、参考までに記入してください。

初期費用

内訳	金額(円換算概算)	概要
協定校へ支払った費用 (授業料、初期登録費用等あれば)	¥800	通学定期券発行料
往復航空券代(往復)	¥300,000	往復Finnair
海外旅行保険・危機管理費用 (全期間分)	¥74,160	
その他費用(ビザ申請、パスポート取得費等、英語試験受験料等)	¥4,700	overallというAalto大学のユニフォーム的な服
計	¥379,660	

1ヶ月あたり費用

内訳	月額金額	概要
宿泊費/月	¥70,000	HOASのキッチンシェアのアパート。
食費/月	¥100,000	昼は主にアアルト大学の学食で食べていました
その他/月	¥65,000	ラップランドツアー
計	¥235,000	

奨学金情報

奨学金名	月額金額	概要
芝浦工業大学海外留学奨学金	¥80,000	
計	¥80,000	

写真共有のお願い（渡航型プログラムのみ。オンライン型は記入不要です。）

留学中の様子が分かる写真を4枚ほど共有ください。またそれぞれの写真に説明分を加えて下さい。
写真はそのまま掲載しますので、掲載してもよい写真を貼り付けてください。

大学のシンボルとなる建物の写真等をお願いします



説明文

Aalto universityのメトロ駅から出てすぐに見える建物です。

宿泊先の様子が分かる写真等をお願いします



説明文

ベッドと棚、椅子、机、ソファはすでに備えられていました。

その他、任意の写真



説明文

タンペレのナシネウラタワーから撮った写真です。

その他、任意の写真



説明文

ヘルシンキ大聖堂にサンタさん現る。

芝浦工業大学 交換留学プログラム 参加後アンケート

海外派遣プログラムに参加したみなさまに、海外での経験を今後の学生に共有していただくため下記アンケートの記載をお願いしています。
記載いただいた内容は、芝浦工業大学のWebサイトやパンフレットに掲載いただくことがありますので、その前提でご記入をお願いします。

「留学するかどうか、もしくは留学先をどこにするか等、判断を迷っている後輩向け」という視点で記入をお願いいたします。

留学者情報

- | | |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ・ 学部 | システム理工学部 |
| ・ 学科(コース等) | 生命科学科生命医工学コース |
| ・ 学年(渡航開始時) | 3年 |
| ・ ウェブ等への体験談掲載への同意 | <input type="checkbox"/> 氏名も掲載してよい <input checked="" type="checkbox"/> 学部・学科まで掲載してよい <input type="checkbox"/> 完全匿名での掲載を希望 |

留学先情報

- | | |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ・ 渡航型/オンライン型 | <input checked="" type="checkbox"/> 渡航型 <input type="checkbox"/> オンライン型 |
| ・ プログラムタイプ | <input checked="" type="checkbox"/> 授業履修型 <input type="checkbox"/> 研究室配属型 |
| ・ 国・地域名 | フィンランド |
| ・ 都市名 | エスボー |
| ・ 留学先大学名 | アアルト大学 |
| ・ 留学期間 | <input type="checkbox"/> 3ヶ月未満 <input checked="" type="checkbox"/> 3ヶ月～半年 (1セメスター程度) <input type="checkbox"/> 半年～1年 (2セメスター程度) |
| ・ プログラム期間 | プログラム開始時期 (2021年9月上旬等) 2023年8月 プログラム終了時期 (2021年9月上旬等) 2023/12/1 |
| ・ 留学時期 (主に留学をしていた時期にチェックをお願いします) | <input type="checkbox"/> 1年前期 <input type="checkbox"/> 修士1年前期
<input type="checkbox"/> 1年後期 <input type="checkbox"/> 修士1年後期
<input type="checkbox"/> 2年前期 <input type="checkbox"/> 修士2年前期
<input type="checkbox"/> 2年後期 <input type="checkbox"/> 修士2年後期
<input type="checkbox"/> 3年前期 <input type="checkbox"/> 博士以上
<input checked="" type="checkbox"/> 3年後期
<input type="checkbox"/> 4年前期
<input type="checkbox"/> 4年後期 |
| ・ 上記協定校を志願した理由を教えてください。 | Biomedical engineeringの学部があり、また、ヨーロッパの中でも安全な地域であったため、アアルト大学にした。 |
| ・ (研究室配属型のみご回答ください) 受入大学の指導教員をどのように探したか教えてください。(SIT指導教員の紹介等) | |

留学中の学籍について

- | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| ・ 休学の有無 | <input type="checkbox"/> 休学をした <input checked="" type="checkbox"/> 休学しなかった |
| ・ 休学せずに渡航した方は、休学せずに渡航できた理由を記載ください。(留学が必須の学科だった、必修科目が渡航時期になく単位も十分に取得しており、かつ指導教員の許可も得られ、就活前に帰国することができたため、等) | 国際プログラムのため。 |

留学先での学習・研究状況

- 留学先での学習・研究状況につき、概要を記載してください。

留学先では、主に、脳科学の基礎と、画像工学の解析、医療工学の解析基礎を行った。脳科学などの生物系の学問は英単語を覚え、プロセスを覚えればいいが、解析などのツールを使うものは、日本で使われているもの(C++やMatlab)と、ヨーロッパで使われているもの(Python)が違うため、そのツールの使い方から覚えなれないといけない。しかし、他の学生や、TAに助けをもらえるため、使えるようになる。また、イギリスのアクセントであるためなれるのに少し聞き取るのに時間がかかった。

- 授業を履修した場合、具体的な科目の情報教えてください。(たくさん履修した場合は適宜追加して記載してください。また科目概要など、欄に収まらない場合は、適宜行の幅を大きくして記載してください。)

科目名①	Basic of biomedical Data analysis	単位数 (現地単位数) 5ECTS
科目概要	医療工学の実際の実験でのデータを使いこれを解析した。授業ではその方法を学び、演習ではそれを実装した。主に、脳波の電子データを使用して、いかにノイズを取り除き、視覚化出来る状態にできるかを学んだ。具体的には、K-meanやPCA,機械学習の方法を学んだ。	
科目名②	Medical Image analysis	単位数 (現地単位数) 5ECTS
科目概要	医療画像の解析を行った。これの中では、授業と演習に分かれており、授業で習った内容を演習でPythonを使い実装した。演習はグループワークであり、チームの人と話し合いながら取り組んだ。主にMRIの画像解析を行った。Bsplineや次元を減らすなどして解析した。	
科目名③	Structure and operation of the human brain	単位数 (現地単位数) 5ECTS
科目概要	脳の基本構造から、科学的機能、物理的機能を学んだ。特に、エネルギーの発生と、視覚と脳の関係については深く学んだ。また、感情との関係や、ニューロンを学んだ。毎週小テストがあり、最後に全体のテストがあった	
科目名④	Finnish 1	単位数 (現地単位数) 3ECTS
科目概要	フィンランド語の基礎文法、日常会話、日常で使う単語を体験的に学んだ。	
科目名⑤	design bit	単位数 (現地単位数) 2ECTS
科目概要	アアルト大学では、デザインが有名であったので、オンラインでデザインの基礎、定義、デザインと社会の関係性について学んだ。	
科目名⑥		単位数 (現地単位数)
科目概要		

留学先での学習・研究以外の交流活動

- 交友関係、部活、サークル、日常生活などで特筆して後輩に伝えたいことを記載してください。
- 友達と一緒に過ごすことで、自然に英語は話せるようになる。ただ、授業についていくには単語を学んだり、ネイティブや、英語圏に住んでいる人たちよりも頑張らなければいけない。

自由記述欄

- 留学で感じたこと等、自由に記載してください。
(当初の留学計画を達成していたか、新たな発見があったか、どのような苦労があったか、留学前に準備しておけばよかったと振り返って感じることはあるか、後輩へのアドバイス、等なんでも結構です。)
- もしまだ留学先で迷っているなら、自分が行きたい場所や、自分のやりたいことがある場所がいいと思う。また、英語が不安なら、英語圏の国ではなくて第二言語くらいの国に行くことをお勧めしたい。なぜなら、周りの人も第二言語なので、理解してくれる姿勢が英語圏よりもいいと思う。あと、ラップカッター、簡易洗濯キッドを持っていくと、ちょっと遠出するときに便利です。

留学手続き時に苦労した点

- 協定校への出願時に苦労した点や、後輩へのアドバイスがあれば記載ください。(提出すべき書類、準備が大変だった書類など)
- 時間割を先に提出しなければならず、授業を選ぶのに苦労した。英語で受けられる授業は院生向けのものが多いため、難しい授業が多いので気を付けたほうがいいと思う。
- ビザ申請など、渡航準備時に苦労した点や後輩へのアドバイスがあれば記載ください。(提出すべき書類、準備が大変だった書類など)
(渡航型プログラムのみ。オンライン型は記入不要です。)
- 入学が決まってから、在留資格を取るのが、スケジュールギリギリであるため、すぐに出せるように準備をしたほうがいい。あと、家を見つけるのが本当に大変なため、早めに探すことをおすすめする。
- その他、準備にあたり、後輩にアドバイスがあれば自由に記載してください。
- とにかくできることは、スタートした時にすぐやることをお勧めする。

滞在先の宿泊施設などの情報 (渡航型プログラムのみ。オンライン型は記入不要です。)

- 宿泊先のタイプを教えてください。(協定校の寮、一般のアパート、ホームステイ等)
- 学生用アパート
- 上記宿泊先はどうやって手配しましたか?(出願時に協定校に依頼することができた、協定校から紹介してもらった、自分で探した、等)
- 自分で探した。
- 現地空港到着後、どうやって上記宿泊先に向かいましたか?
交通手段や所要時間を教えてください。
- 電車
- 上記宿泊先から日々協定校へはどうやって通学していましたか?交通手段や所要時間を教えてください。
- 電車とバスで30分くらい
- 上記宿泊先の様子を教えてください。広さ、住み心地等。
- 広さは日本の1DKと同じくらいで、セントラルヒーティングがついているため中は快適な温度であった。

留学中の費用や奨学金等（渡航型プログラムのみ。オンライン型は記入不要です。）

概算で結構ですので、参考までに記入してください。

初期費用

内訳	金額(円換算概算)	概要
協定校へ支払った費用 (授業料、初期登録費用等あれば)	¥4,500	学生団体(学割など)
往復航空券代(往復)	¥256,580	
海外旅行保険・危機管理費用 (全期間分)	¥74,160	
その他費用(ビザ申請、パスポート取得費等、英語試験受験料等)	¥12,400	ビザ申請
計	¥347,640	

1ヶ月あたり費用

内訳	月額金額	概要
宿泊費/月	¥58,752	
食費/月	¥40,351	
その他/月	¥24,211	日用品, 携帯台, 交通費, 交際費等
計	¥123,314	

奨学金情報

奨学金名	月額金額	概要
芝浦工業大学海外留学奨学金	¥80,000	
計	¥80,000	

写真共有のお願い（渡航型プログラムのみ。オンライン型は記入不要です。）

留学中の様子が分かる写真を4枚ほど共有ください。またそれぞれの写真に説明分を加えて下さい。
写真はそのま掲載しますので、掲載してもよい写真を貼り付けてください。

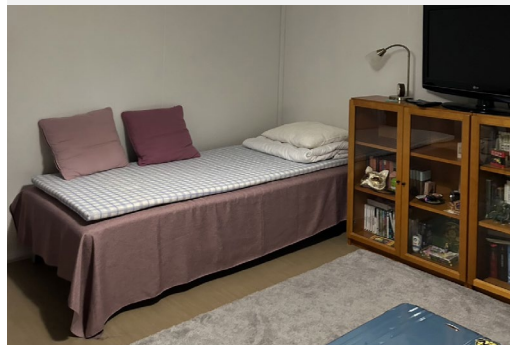
大学のシンボルとなる建物の写真等をお願いします



説明文

大学駅前
(光ってるのが大学のロゴ)

宿泊先の様子が分かる写真等をお願いします



説明文

宿泊先の部屋

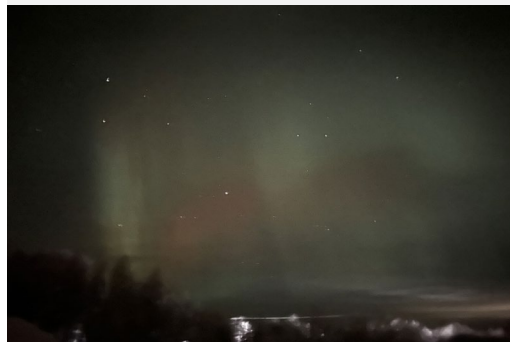
その他、任意の写真



説明文

学年集会とレクリエーションの写真(大聖堂前)

その他、任意の写真



説明文

オーロラの写真