

アイスランド留学体験記 (2026年5月)

N25M824 福原亜美

留学生活もあと2か月になりました。テスト週間でバタバタしているせいか、まだあまり実感はわかりませんが、ここで出会った友達とはもう今までのように頻繁に会えなくなると思うと、とてもさみしく、帰りたくないと感じることもあります。

今回は、留学中の食生活についてご紹介できればと思います。基本的には自炊をしていて、フラットメイトと料理することも多いです。自分の作るものとはまた違った味付けや見た目の料理を楽しんでいます。今回は写真を多めに、友達と作った料理をいくつかご紹介できればと思います。

まず、お米はインディカ米という細長いお米が主流です。みんなお米が大好きで、小袋に入った生米をゆでるだけで食べられる手軽さもあり、よく食べているのを見かけます。



パスタが安いので、よく作ります。



他にもバーガーやサンドウィッチ、タコスなどを作りました。





街に出るとラム肉のホットドッグやピザ，イタリア料理，タピオカ，ジェラートなど幅広い食べ物があり，アイスランドが様々な国の影響を受けていることを感じます。



留学も終わりに近づき、このレポートが最後になると思うので、最近感じている自分自身の変化について少し考えてみようと思います。

まず、英語で友達のノリに突っ込んだり、複数人での会話が理解できるようになったり、愛想笑いではなく心から笑える機会が増えたことです。愛想笑いが得意な私は、留学した当初、その才能をいかんなく発揮し、人と一緒にいるのに劣等感を感じる日々ばかりを過ごしていました。そんな気持ちを初めて人に打ち明けたあるとき、友達にこんなことを言われました。

「英語って髪の毛と同じだと思ってて、毎日伸びていることは目に見えないし、実感できないけど、気づいたら、『あ、なんか伸びてるかも』くらいの感覚で分かるものなんだと思う。」

私はその言葉を聞いて、腑に落ちた感覚がしました。一生懸命短期間で英語を覚えようとしたり、日本語や日本人をやけに毛嫌いして言語だけにとらわれたりするよりも、ヒトとの交流を大切に思い、毎日どんな形であれ少しでも英語に触れて、気長に地味で泥臭い努力を積み重ねれば、以前よりも英語を話す自分に対して少し自信を持てるようになった気がします。

アイスランドという、日本からほとんど真反対に位置する小さな国へ留学するまたとない機会を頂けたことに感謝しています。留学を支援してくださった島根大学、家族、アイスランドで出会った数十人の日本人、切磋琢磨したクラスメイト、「ただいま」と言える環境でどんな時も支えてくれたフラットメイト、そして出会ったすべての方々に心から感謝します。

Takk fyrir!



イースター期間の空港やスーパー



ジョージア伝統舞踊ショー「Fire of geogia」