

T. D. 社会システム学科・3年次

I. 留学レポート

① 留学決定から出発までの準備期間

特に特別なことはしていなかったように思います。授業に集中して課題をこなし、授業のない日や休みの日はアルバイトをしてお金をためていました。授業での課題のほかには準備と言えるほどではありませんが、夏休みからずっと続けていた英語のニュースを毎日かかさず聴き続けていました。また、図書館やゼミの先生から自分の専攻分野や興味ある本を借りて読んでいました。語学研修校への手続きが思ったより時間がかかったので、早めに候補を見つけて情報収集をし、準備しておくといいと思います。あと、予防接種も何種類か受けなければならぬので、なるべく早いうちから受けておいたほうがいいと思います。

② 語学研修期間

私はワシントン州シアトルにある University of Washington で6月～8月末まで ESL を講じていました。最初に Reading, Listening, Writing のテストを受けてレベルによってクラス分けされました。私は Speaking & Listening, Writing, Reading のクラスを受講していましたが、基本的に TOEFL のようなアカデミックな英語を勉強してきていない人たちにレベルを合わせていたので、正直授業は簡単で退屈に思うこともありました。最初の頃はこのままで大丈夫なのか不安を覚えていました。しかし、悩んでいても仕方がないし、正規科目履修期間に入ると勉強が忙しくなって自由に過ごせる時間もあまりなくなると思い、語学研修期間は机に向かって勉強することよりも、いろんな場所に出かけイベントに参加したり、たくさんの友達を作ったりとたくさんの人と交流することで、人間関係をつくることと毎日を楽しむことを大事にしていました。結果、本当にたくさんのいい友達と思い出ができました。ESL 期間は自由な時間が多くあるので、いろんな場所へ出ていろんな人と出会って楽しんでほしいと思います。

③ 正規科目履修期間

8月末からバージニア州スタントンにある Mary Baldwin College での生活が始まりました。最初に1週間のオリエンテーションがあるのですが、ここで履修登録も行われます。まずは自分の興味ある科目をシラバスから選んだ後、アドバイザーの先生と相談しながら決めていきます。先輩や他の生徒からの情報も参考にするといいと思います。留学生は平均的に Academic class から3～4つ、Elective class から2～3つを取るという感じでした。私の場合、秋セメスターは7クラス、春は6クラス取っていました。その一部を以下に紹介したいと思います。

<秋セメスター>

- **American Culture...**留学生は基本的に全員履修しなければならない科目でした。毎回違う先生が来て講義をしてくれるのですが、政治学や心理学、教育学...様々な面からアメリカについて学ぶことができます。また、留学生だけのクラスなので緊張することもなく、活発に意見交換もできるのでとても楽しかったです。
- **Comparative Politics...**政治学の定義や概念から入ってドイツ、イギリス、ロシアの政治と歴史、現在進行形で起こっている問題などについて学びました。毎週抜き打ちで小テスト、新聞やニュースから時事問題についてディスカッションをすることが多いです。
- **Modern Middle East...**中東の文化や宗教、政治などについて学びます。特にサウジアラビア、イラン、イラク、イスラエルの宗教対立や紛争問題、欧米諸国との関係などについて勉強しました。毎回、大量のリーディングとレポート提出があります。

<春セメスター>

- **The U.S. Foreign Policy...**第二次世界大戦後のアメリカの外交政策について学ぶクラスです。冷戦や 9.11 がアメリカにどのような影響を及ぼし、国際的立場がどのように変わっていったかベトナム戦争や中東戦争などの事例を交えながら学びました。10ページの期末レポートがあり、何か一つアメリカと他国の外交関係について興味あるテーマを挙げ、各自研究を進めるというものでした。
- **Principle Macro & International Economics...**マクロ、国際経済の基礎について学ぶ授業です。国際貿易収支や為替相場など基礎的なことから、最近起こった金融危機やサブプライム問題なども交え、世界経済で今何が起こっているか知識を深めていきました。

選択科目からは乗馬や合唱、ピアノなどを取りました。MBCは音楽や体育の選択科目も充実しています。勉強の息抜きにもなるので、ぜひ取ることをおすすめします。私は政治学を中心に履修していたのですが、専門用語が多いうえに先生も生徒もとにかく喋るのが早いので最初はほとんど理解できませんでした。また、日本と違って生徒と先生の意見交換が活発で、みんな積極的に発言するので毎回ディスカッションは白熱します。基本的にレポートを課すクラスが多かったので、ほぼ毎日何かレポートを書いていました。また、ほとんどのクラスが中間と期末テスト or レポートがあります。留学生は許可をもらえば辞書を持ち込むことができます。テスト期間はみんな必死に図書館で勉強しています。わからないところはクラスの TA やチューターに質問したり、スタディセッションに参加するとテストのポイントがわかるのでいいと思います。

④ 課外活動、ボランティア等

シアトルで ESL 受講中は、週 1 回とワシントン大学の学生と日本人の生徒で気軽に会話を楽しんだり、遊びに行ったりする「会話テーブル」という Conversation Group に参加していました。また、週 1 回で近くのコミュニティセンターであるダンスサークルにも友達と参加していました。正規科目履修中は、秋セメスターに近く of 保育園でボランティアをしていました。週 1 回 3 時間ほど子供たちと遊んだり、おやつ of 準備、掃除をしたりしました。また、ボランティアではありませんが、日本語クラスの TA として秋・春セメスターを通して活動していました。

⑤ 現地での住まい

ESL 受講中はホームステイをしていました。ホストファミリーはシアトル在住の知合いが紹介してくれました。学校からバスで 40 分ほどかかる所が難点でしたが、かわいい家具つきの大きな 1 人部屋にステイできてとても快適でした。ホストの子供たち 3 人の他に香港からの留学生がステイしており、一緒にキャンプに行ったり海に行ったり、おしゃべりをしたりみんな仲が良かったです。ホストマザーとファーザーは日本食が好きでよく日本食を作ってくれたので食べ物で困るということもありませんでした。本当の娘のように接してくれて本当に毎日楽しかったです。正規科目履修中は留学生寮に住んでいました。二人一部屋で机、ベッド、クローゼット、鏡つきのドレッサーが一人ずつにあります。アメリカ人のルームメイトはとても優しく、困ったことがあるといつも助けてくれました。寮の中に共同キッチンがあるので、料理をすることもできます。炊飯器やフライパンなどは共同で使えますが、皿などの備品は自分で購入したほうがいいと思います。シャワー、トイレ、洗濯機も共同です。

⑥ 長期休暇の過ごし方

冬休みは一カ月ほどあり、寮から出なければなりません。多くの留学生はアメリカ国内を旅行して周っていたように思います。私はシアトルに戻り ESL 受講中にステイしていたホストファミリーの家に行きました。友達と再会し、遊びに行ったりパーティーをしたりしました。また、クリスマス of 時期だったのでホストファミリーと買い物に行ったり、クリスマス of 飾りつけをしたり本当に楽しかったです。クリスマス当日は朝から大きなツリーの下にあるたくさんのプレゼントと暖炉にある靴下をもらいました。冬休み of 過ごし方は人それぞれだと思います。旅行に行けばアメリカ of 様々な都市を観光することができますが、私はゆっくりとアメリカ of クリスマスを体験したい!! と思い、ホストファミリーの家へ戻りました。冬休み of 次は、2 月末から 3 月初旬にかけて 10 日間ほど春休みがあります。留学生は届けを出せば寮に残ることもできますが、みんなどこかへ旅行に行っていました。私は韓国人 of 友達と 4 人でナイアガラの滝 & ニューヨーク of 旅へ行きました。

⑦ 留学期間中の就職活動の取り組み

特に何もしていませんでした。リクナビやマイナビに登録をして気になる企業を見ていた程度です。一度だけ試しにエントリーシートを書き Web テストを受けたのですが、そちらのほうに時間と気を取られ勉強のほうが疎かになってしまったのでその後、就職活動に関しては一切何もしていませんでした。不安になったこともあります。留学というものは一生に何度もできる経験ではないということ、そして中途半端は絶対に嫌だと思い、留学生活を優先しました。

II. 留学の感想

① 留学中楽しかったこと、思い出に残っていること

勉強が忙しいにも関わらず、いろんな友達と夜な夜なおしゃべりをしたり、キッチンで一緒に勉強しながらピザを食べたり、サプライズで誕生日会を開いたり...そんな毎日の普通の日常が楽しかったです。言葉も文化も違う国の友達と何かを共有できるということはとても刺激的な経験でした。また、今まで行ってみたかったいろんな場所へ行けたことも嬉しかったです。シアトルではスターバックス 1 号店やレーニア山、ニューヨークではナイアガラの滝にメトロポリタンミュージアム、ウォール街などを訪れました。特に思い出に残っていることは、ニューヨークで友達が財布をすられるという驚きの事件とシアトルにいた時、アメリカ人の友達に餃子パーティーへ招待されたにもかかわらず、なぜか日本人 4 人が作る羽目になり餃子を 400 個作った経験です。

② 留学中辛かったこと、苦勞したこと

正規科目履修が始まって最初の 2 ヶ月半ほどは、日本では見たことのないような大量の課題に追われほとんど寝ることができませんでした。締め切り 3 分前にレポートを駆け込み提出なんてこともやりました。授業も先生や生徒が知っていることがあまり理解できず、授業後に教室で泣いたこともありました。特に政治学の授業では自分の意見を発言する機会が多いのですが、他の生徒が白熱した議論を展開しているところに発言することはやはり難しさを感じました。けれども、他の生徒が話していることを少しでも理解し意見を言いたいと思い、なるべく毎日英字新聞などの政治面に目を通し時事問題の知識を得ておくようにしました。また、わからなかった授業内容は必ず授業後に先生に聞くようにしていました。

③ 文化や習慣の違いで驚いたこと

シアトルとスタントンに滞在したことで西・東海岸をそれぞれ体験したわけですが、雰囲気や文化、人が全く違って驚きました。共通することはアメリカの学生は本当によく勉強するということです。もちろんそうでない学生もいるのですが、日本の学生と比べて勉強に対する熱意が違いました。あと学んだことは、答えは YES か NO はっきりしていると

いうこと。どっちでもいいと言ったら、ホストマザーに「行きたいの？行きたくないの？どっち！？」と言われたことがあります。日本みたいなどっちでもいいという曖昧な答えは相手を混乱させてしまうようです。まずは自分がこうしたいという意思をもつこと、それが大切なんだなと思いました。あとは、州によるのかもしれませんが...バスも人も時間通りにくることはあまりないみたいです...

Ⅲ. 留学希望者へアドバイス

① 留学先大学の良かった点、悪かった点

MBC はとにかく面倒見が良いです。先生たちはいつでも質問に答えてくれますし、授業中もよく気にかけてくれます。私は授業後、毎回のようにオフィスを訪ねていましたが、本当に親身になって相談に乗っていただきました。また、同女でいうビッグシスター制度に似たようなものがあって、留学生には一人 ambassador と呼ばれる先輩が付きます。科目決めの時や何かトラブルがあった時、相談に乗ってくれたり、一緒に買い物に連れて行ったりしてくれます。あと、MBC では様々な授業を取れること(乗馬やスキューバダイビング、空手などめずらしいものも!!)いろんなイベント(ダンスパーティーやピクニック)があることも魅力の一つだと思います。悪かった点は、MBC はすごく田舎にあるので日常生活用品を買いに行くにも何をするにも車がなければ何もできないことです。買い物に行く際は車を持っている友達に頼んで連れて行ってもらっていました。(バスはありません。電車は週に3回)なので、簡単に必要なものを買いに行けないことがたまに不便に感じました。でも、その分静かで勉強しやすい環境とも言えます。

② 日本から持って行って役に立ったもの

まずパソコンは必須です。課題をやるにも何をするにもパソコンがなければ何もできません。個人的には日本の薬(胃薬、風邪薬、目薬など)と洗濯用ネット(洗濯機が強すぎて服が傷んでしまうので)は役に立ちました。また、現地でも変えませんが私はコンタクトレンズは日本から持って行きました。あと、小さな日本のお土産をいくつか持っていったら喜ばれました。たいていのものは現地でそろるので大丈夫です。

③ 語学力の向上等、留学の成果

まず、確実にリスニング力が違います。アメリカにいるときはあまり変化を感じませんでしたが、日本に帰ってきてニュースやネイティブの友達や先生が喋っていることが理解できるようになっていました。また、スピーキング力もかなり違います。英語で話しかけられたら自然に英語でやり取りできますし、何より躊躇することなく堂々と話せるようになりました。留学前はリーディングがあまり好きではなく避けていましたが、毎日何十ページもの英文を読んでいたのが今は抵抗なく読めるようになりました。こうやって見てみると全体的に語学力は向上したと思います。しかし、留学を通して語学力だけではなくたく

さん大切なものを得ました。励ましあい笑い合い一緒に頑張った仲間たち、人生に大きな影響を与えてくれた先生。本当に多くの素晴らしい出会いがありました。そして、離れていてもいつも応援してくれた日本にいる両親や同女のみんな、最後まで面倒を見てくださった TOEFL 講座の小倉先生と国際交流センターのみなさん、たくさんの人に支えられていることを知りました。この経験は私の一生の財産です。留学という貴重な機会を与えていただいたことに本当に感謝しています。ありがとうございました!!

④ これから留学をしようと思っているみなさんへ

言葉も文化も違う国で生活し勉強するということは、時に辛いことや大変なこともあります。でも、それ以上にかげがえのない経験と素敵な思い出を得ることができます。毎日宿題やレポートだらけで嫌になる時もあると思います。自分の語学力に不安になることもあると思います。けれども、目の前にあること一つ一つをしっかりとやっていけば必ず結果はついてきます。そして、留学にはそこでしか出会えない人がいて、そこでしか過ごせない時間があります。だから、悔いのないようになんかことにチャレンジして、思いっきり勉強して、思いっきり遊んで、思いっきり毎日を Enjoy して来てください!!

IV. 写真

① Seattle で BBQ パーティーの写真。みんな夜遅くまでずっと喋り続けて食べ続けていました…。ESL は基本的にアジアとサウジアラビアの人が多く、幅広い年齢層の学生がいました。この写真に写っているのも韓国、台湾、日本人の友達です。



② Mary Baldwin College の留学生のみんなで牧場へ出かけた時の写真。持っている草は馬の餌用。隣の家に行くまで30分以上歩きました...敷地広すぎです。Virginia は田舎ですが、自然豊かで景色もきれいでとてもいい場所です。



K. S. 社会システム学科・3年次

I. 留学レポート

① 留学決定から出発までの準備期間

学校で主催された TOEFL 合宿に参加したり、TOEFL iBT 対策の講座を学内で受講したりと、iBT のスコアをあげるために 2 回生の夏は英語を集中的に勉強しました。決定後は日本で出来る大学生活を十分に楽しもうとサークルに積極的に参加したり、日本旅行したりと友達といる時間を大切にしました。また留学生に日本の文化を紹介したり、家に招いたりと国際交流もしていました。

② 語学研修期間（英語圏：ESL, Academic Skills Study など、ソウル：韓国語集中講座）

シアトルにあるワシントン大学で 10 週間、語学の勉強をしました。大学内でクラスがあるため、学内のサークルにも入っていました。語学研修期間中は寮に住んでいました。ダイニングも 1F にあり、繁華街や学校まで歩いて 3 分、湖まで 2 分という好立地でした。夏休み中であったため、各国の留学生が目立つ寮でしたが、夜な夜なラウンジに集まって、一緒に勉強したり、話したりと、色々な文化に触れ合うことの出来た新鮮な毎日でした。また休日には留学生のみんなと一緒に買い物やご飯を食べに出かけたり、湖でカヌーをしたり、カナダのバンクーバーまでサークルのメンバーと出かけたりと常に予定はいっぱいでした。クラスもレベル別で、私は比較的周りの子のレベルの高いクラスに入ってしまいましたが、先生の斡旋やクラスの子の刺激で協定留学前までに必要なスキルも得られ、充実度の高い語学研修になりました。寮、クラス、サークルと日本人は少なく、常に英語を話せる機会があったのも語学力向上につながったと思います。

③ 正規科目履修期間

◆履修科目（決定までのプロセス、具体的に履修した科目名とその内容）

--- 科目ごとに 100 字以内程度

主にジェンダー学とコミュニケーション学を学んでいました。

Focus on Women：この授業はディスカッションにより進められるクラス形態のため、毎回意見が求められ、リーディング量も平均を上回り、一番苦勞しました。

Public Speaking：この授業はプレゼンテーションを学ぶためのクラスで、毎週プレゼンの練習をクラスメートの前でします。トピックも自分で決められるため、慣れると楽しい授業になり、何よりも人前で話す力がつき、一生活かせるスキルを学べました。

Interpersonal Communication：この授業はライティングの課題が多く、文法や文章構成力が身につくと思います。内容はコミュニケーション学の理論を学ぶ授業で、教科書も面白く、初心者でも楽しめる授業でした。

◆授業、レポート、定期試験

どのクラスも教授に頼めば、チューター（マンツーマンでサポートしてくれる生徒）をつけてもらえることが出来、授業に全くついていけないということはありません。それに教授のインターナショナル生に対するサポートも手厚かったです。しかし、日本の大学と比べ、課題は半端なく多いです。自分の勉強方法を見つけるまでは非常に苦労しましたが、次第に語学学習で学んだ勉強方法が活かしながら要領よく勉強することが出来るようになりました。また、私の場合はレポートよりはプレゼンテーションやディスカッションがメインの授業が多く、どの授業においても人前で話す自信を養成出来ました。定期試験は1週間程テストウィークがあり、そのうちのいつでも、また何時でも受けることが可能で、3時間ほど時間も設けてあるので、自分のペースで受けることが可能です。

④ クラブ、課外活動、ボランティア活動

とにかく人との交流が好きで、アウトドアのため、学内のどんなイベントごとにも参加し、どんどん現地の友達が増えていきました。またインターナショナルクラブにも所属し、留学生主催のイベントで、各国の紹介をしました。また、授業の一環になりますが、ダンスやスキューバダイビング、乗馬等を履修していたため、そこで友達になった子や教授に家やイベント事に誘われることが多く、常に休日の予定もいっぱいでした。

⑤ 現地での住まい（語学研修期間、正規科目履修期間）について

（寮・ホームステイの決定方法、設備、イベント紹介など）

協定留学中も寮に住んでいました。大学内にあり可愛くて大きな寮で、居心地は良かったです。ルームメイトもアメリカ人の子で、生活面も勉強面も色々と助けてもらえました。

⑥ 長期休暇の過ごし方

MBCは田舎にあるため車がないと出かけることが難しいです。そのため長期休暇をつかって思いっきりリフレッシュするようにしていました。アメリカ全土の観光名所はほぼ訪れ、カナダにも行きました。旅行地で出来た友達と観光するのも旅の醍醐味になりました。クリスマスの季節イベントやDCでのお祭りの時期は学校の友達に家に招かれ、アメリカの文化も体験することが出来ました。

⑦ 留学期間中の就職活動の取り組み

留学生活に集中するため、今しか出来ないことを優先していました。そのため留学中は何もしていません。しかし、留学前に先輩とお話をしたり、セミナーへ参加し、雰囲気だけはつかんでおきました。

II. 留学の感想

① 留学中で楽しかったこと、最も思い出に残っていること

沢山ありますが、やはり個性も意見もバラバラのメンバーとダンスクラスでコンサートを開催し、過去最多の観客数を呼ぶことが出来、ダンスの教授を最後のフィナーレで感動泣

きさせることが出来たことです。また旅行中はNYでのカウントダウンが印象に残っています。寒い中10時間程、タイムズスクエアでカウントダウンの10秒を待ちました。日本にいる両親がテレビで私を見て感動していたことが印象に残っています：)

② 留学中で辛かったこと、最も苦勞したこと

語学研修先のシアトルで多くの人との交流があったことに対し、MBCでは課題も多く、休日返上で勉強しなければならず、アウトドアの私には慣れるまでストレスがかかってしまいました。アメリカの環境に適応すればするほど、現地の友達との交流は深まりましたが、日本人同士固まらないようにすることで日本人との距離の取り方が難しかったです。あと9人の韓国人の留学生に囲まれながらオリンピックフィギアスケートの決勝を見たことです。

③ 文化・習慣の違いなどで驚いたこと

日曜日になると学校がとても静かで、それも多くの生徒は教会へ行っているからということに驚きました。宗教のとらえ方の違い、また勧誘が多かったことも驚いたことの一つです。

Ⅲ. 留学希望者へのアドバイス

① 留学先大学の良かった点、悪かった点

都会好きの私は田舎が慣れていなかったため、静かすぎると思いました。また、色々な人との新しい交流も限られていました。

その点、田舎だからこそより深く友達や教授と付き合い、お金を普段はつかわずに済みました。学校側がイベントをほぼ毎週提供してくれたため、学内には歩けば必ず、会話を交わすほど友達の輪も広がり、多くの異文化体験が出来て、おもしろかったです。

② 日本から持って行って、特に役に立ったもの（パソコン持参の有無も含めて）

パソコンは必要です。(Vista でない方がいいです)

- 折りたたみ傘
- 化粧品類
- 日焼け止め
- 音楽プレーヤー
- PC
- 電子辞書
- 綿棒
- 旅行ガイドブック
- カメラ（メモリ1枚以上・予備の充電器）
- 常備薬

□ 日本のお菓子や小物類（お土産に）
これらの項目は持っていて助かりました。

③ 語学力の向上等、留学の成果

私はこの留学を通して、自分に自信ができました。語学力も英語の環境を自らつくり、自分の目標に向かって軸をぶらさないようにしました。おかげで、自分らしく英語でコミュニケーション出来る自信もできました。また自分らしくいることで、自分の可能性に向けてチャレンジする姿勢も身につきました。

④ これから留学をしようと思っている後輩へのアドバイス

行動してから考えるでも遅くないと思います：)

留学は自分を見直せる機会が多く、今の自分に出会えたのも留学したからだと思っています。どんどん自分の可能性を伸ばして行ってほしいと思います。そこから自分というものが見え、将来を考えることが楽しくなりますよ：)！

IV. 写真



ダンスクラスのみならずコンサート後に。友達が私の名前が入ったポスターを作成くれたり、多くの友達に応援してもらい、感動しました。



シアトルで出会った留学生と休日に観光しながら芝生でリラックス。本当に毎日が楽しい語学研修期間でした。



学内のダンスパーティーで友達と。アメリカスタイルのパーティーは思いっきり楽しみました。