

## M. N. 英語英文学科・3 年次生

### I. 留学レポート

#### ① 協定留学を目指した理由

高校時代から留学を意識していたものの、具体的に行き先や目的を考え始めたのは大学 2 年生の頃でした。コロナ禍でのオンライン普及に伴い、国際交流は身近になりましたが、その楽しさに比べ、ニュースでは現地の人種差別等が目立ち、そのギャップに疑問を持ち、一度「日本にあまり興味の無い外国の人と触れ合いたい」と思ったことがきっかけです。2 年次に履修した授業でカナダの移民問題について学び、多文化共生を体感出来ると考え、カナダに決めました。休学して自分で留学する制度とも迷いましたが、海外に行ったことが無かったため、協定留学で国際課の方からのサポートを受けようと思い、協定留学に決めました。

#### ② 留学を目指してから出願までの語学学習方法

出願にあたり IELTS のスコアが必要だったため、公式問題集(過去問)、TOEFL テスト英単語 3800 に取り組みました。

・Speaking 国際課主催の英会話レッスンや、レアジョブ英会話に継続的に参加していました。一番のコツは、自分のレッスンを録音することです。後から聞き直し自分のミスを書きだすことで、定着しやすくなると思います。

・Listening 実はイギリスアクセントに苦戦することはあまりなく、それよりもスピードに慣れることが難しかったです。普段は 1.5 倍速で練習することで、普通のスピードが遅く聞こえるため、効果的だったと思います。あとは、全部を理解する必要はないため、メモの取り方を工夫するなど、テクニク的な部分も取り入れました。

・Writing 英文科の基礎科目で培った Writing Strategies をフル活用し、構成力は自分で鍛えましたが、細かい語彙やさらに向上させるためには、やはりネイティブの方に聞くのが一番だったと思います。国際課の英会話レッスンで時々見てもらっていました。また、意外と手書きで書くことに慣れておらず手こずったため、普段から少し練習しておくといいかもしれません。

・Reading 文章が長く、また学術的で難しかったのですが、単語帳で語彙力を増やすことや、文中の知らない単語から芋づる式に単語を調べるなど、泥臭く頑張るしかなかったように思います。また、全体を通して、2 年次に AES コースで授業を受けていたことで、IELTS にとどまらない英語力の基礎がしっかり出来ていたと思います。

#### ③ 留学決定から出発までの準備期間にしたこと

##### ◆ 語学学習法

Netflix を見ながら日常会話で使えるようなフレーズを意識して聞くようにしていました。人気作だと会話の種にもなるためオススメです。

Writing, Reading については、AES の授業も含め、英語でエッセイを書く授業を多く履修していたので、それに一生懸命取り組んでいました。

#### ◆ ビザ申請方法

国際課の方のサポートもあり、スムーズに取得することが出来ましたが、それぞれのステップで時間がかかる場合があるので、余裕を持って申請するほうがいいと思います。ややこしい作業になるため、コピーを取っておく、メモを取るなど気を張っておくといいと思います。

#### ◆ その他

生活に必要なものを揃えるのが大変でした。スーツケースや、トラベル用品、生活用品など、持っていきたいものはたくさんありますが、スーツケースの重量制限があるので、何が必要かを留学経験のある人に聞くことで取捨選択をしました。

#### ④ 現地到着後

##### ◆ 空港から滞在先までの移動手段、所要時間

渡航前に空港から Red Car Service を予約していましたが、正直あまりお勧め出来ません。当日、飛行機が遅れ真夜中の到着になったのですが、それに対応してもらうことが出来ず、結局 4 時間程度空港をさまよった後、空港リムジンを頼みました。Toronto Pearson International airport から Guelph までは車で 1 時間くらいです。ホストファミリーが迎えに来てくれる場合もあるらしいので、聞いてみるのもいいかもしれません。

##### ◆ 現地でのオリエンテーション期間中にしたこと

オリエンテーション期間は現地の友達を作る大チャンスです！！9 月は入学シーズンで、1 年生も友達を探しているなので、一緒に行動しやすいです。University of Guelph の公式アプリ (I Am A Gryphon) でイベントを把握して、1 日中色々なイベントに参加し、「1 年生ですか?」「どこ出身ですか?」と積極的に話しかけていました。その時、必ず Instagram を交換して、次の日も「今日何かイベント参加しない?」等、ぐいぐい頑張りました。

##### ◆ その他必要な諸手続き方法

到着時は、①入国後手続き ②SIM カード に注意です。

###### 1)入国手続き

空港につくと手続きを行うのですが、Student Permit を提出して学生ビザそのものを受け取る必要があります。事前に必要書類をまとめておけば係の人が分かってくれるため、特に慌てる必要はありません。が、私の場合は、到着後すぐ長丁場で、時差ボケもあり、とても眠たかったです。

2)海外に行き慣れている人なら知っているかもしれませんが、SIM カードは飛行機内で変えておくとすぐに使えて便利です。クレジットカードは念のため 2 つ (VISA と JCB など) 持っておくといいと思います。キャッシュレスとはいいますが、友達と割り勘をした際など、どうしても現金で払う時があるので、5 万円くらいは替えておくといいと思います。

## ⑤ 語学研修期間

### 語学研修先の施設・環境について

ESL では他大学からプログラムで来ている人が多く、8 割は日本人でしたが、全員自分と同じ留学生で、英語だけの環境を求めてきていることには変わらないので、他の国の人達と一緒に楽しく交流していました。参考までに、他の国からは韓国人、スペイン人、パナマ人、イラン人の子がいました。同女から留学するメリットとしては、私のように「一人で行ける」ことだと思います。そこで日本人のグループに入る、入らないは自分の行動次第だと思うので、上手くバランスを取ることが重要だと思います。

### ◆ 授業内容、課題、試験

ESL は本来、大学入学を目指した留学生向けの授業なので、授業内容は、英語での論文の書き方、参考文献の探し方など実践的なものが多いです。英語「を」学ぶ授業なので、興味のないトピックを扱う時もありましたが、英語力には確実に繋がるため地道に取り組むべきだと思います。ただ、課題が多いので、うまく手を抜きつつ、授業以外の時間も大切にするといいと思います。

## ⑥ 正規科目履修期間

### ◆ 大学の施設・環境について

最高です。大きな図書館、大きな教室、大きなジム、そして意欲ある学生たち。大学に行く度にたくさんの刺激を受けます。おすすめは UC と呼ばれる University Center です。ここで毎日のように色々な催しが行われているので、ふらっと寄ってみると色々なことに出会えると思います。

### ◆ 履修科目について

#### ・ One Health

「ワンヘルス」という“人と動物と環境の健康は相互に関係し合っている”という考えを元に、様々な環境問題を多角的に考察する授業です。疫病と政策について、培養肉についてなど、毎回違う専門分野の教授の講義を聞くことが出来て本当にどの授業も興味深かったです。グループワークでは、持続可能な野生動物の飼育方法に着目し、バイオガス活用の現状についてプレゼンしました。筆記テスト、エッセイ、プレゼンに取り組む時は、専門的な用語に苦戦しましたが、履修者が多いのでクラスメイトに気軽に相談することが出来ました。

#### ・ Mapping and GIS

GIS というソフトウェアを使って、地図を用いた情報収集の仕方を学びます。Lab と呼ばれる少人数の演習授業に加えて、データの基礎的な知識を学ぶ Seminar があり、2 週間に 1 度、様々なデータを用いて地図を作り、提出する課題がありました。「黒人女性と白人女性の乳がんデータの差」「ナイアガラ地域周辺の土地利用の変化」など、難しいテーマが多く、授業時間内だけでは到底追いつかなかったため、必死で時間外も取り組みました。

## ⑦ クラブ、課外活動、ボランティア活動

私はホストファミリーとの時間や、現地での様々な経験を優先していたので、特に何かに所属はしていませんでしたが、クラブ紹介がセメスターのはじめにあるので、参加してみるといいと思います。ボランティア活動はサイトに登録しておくとお知らせが回ってくるので、随時興味のあるものには参加していました。中でも、Project Serve と呼ばれるボランティアは農家へ行ったり、街のフードバンクのお手伝いをしたりと、地域の繋がりを感じられてよかったです。

## ⑧ 現地での住まいについて

### ◆ 語学研修期間/正規科目期間

私は 8 か月間同じカナダ人のホストファミリーにお世話になりましたが、ファミリーが長期の旅行へ行く際などは、また違うファミリーの家で滞在することもありました。地下の一人部屋と専用のシャワールーム、トイレ等自由に使わせてもらっていました。洗濯機も 1 週間に 1 度しか回せない家も多いらしいですが、私の家はいつでも OK でした。食事は、中国で生活をした経験もあるファミリーだったので、ご飯も含めアジア料理が多かったです。昼ご飯は全日の残り物をタッパーに詰めて持って行っていました。大学まではバスで 15 分程度の距離だったので、時々自転車を借りて綺麗な景色を楽しんでいました。(秋は紅葉がとても綺麗でした…!!) 門限はありませんでしたが、ファミリーの夜ご飯の時間と合わせるため、夕方までには帰るようにしていました。他にも洗いや掃除などは積極的におこない、「お邪魔させてもらっている」という気持ちを忘れず、家族の一員になれるよう努力しました。

## ⑨ 長期休暇の過ごし方

各セメスターの半ばに、Reading week と呼ばれる 1 週間の休みがあります。日本から持ってきたカナダの観光ブックがとても役に立ちました。

私が行ったのは、

### ・ Montreal/Quebec

交通：トロントから飛行機で 2 時間弱 (電車でも行けます!)

予算：10 万円程度 (もっと安く行ける場合もあります!)

日程：3 泊 4 日

カナダで一番フランス語が使われているところで、ヨーロッパ風の街並みもとても可愛らしかったです。ご飯やスイーツが美味しいので下調べして行くと良いと思います。治安もそんなに悪くはないです。

### ・ Banff(Alberta)/Calgary

交通：トロントから飛行機で 5 時間程度

予算：15 万程度

日程: 5泊6日

カナダといえば!の Banff ですが、本当に美しい景色で行く価値大あります。青い湖を見るには夏(7~9月くらい)が最適だと思いますが、冬は冬でまた違った美しさがありました。私は2月に行ったので-30℃という極寒でしたが、荘厳な雪景色に大変感動しました。こんな景色を見てしまって私はこれから何に感動していけばいいのだろう、と悩むほど、美しかったです。ただ、冬は交通機関が少ないので要チェックです。

・ New York

交通: トロントから飛行機で2時間

予算: 15万円程度

日程: 5泊6日 (空港宿泊込)

すごいです、この街は。街の鼓動が聞こえます。タイムズスクエア、ブロードウェイセントラルパーク、自信たっぷりに煌めくあの街全てが本当に夢の中でした。物乞いの人やお菓子を売る子供など、日本ではなかなか見られない貧困の差も目の当たりにし、社会について深く考えるきっかけにもなりました。ただ、治安に関しては注意しすぎるくらいがちょうどいいと思います。事前にたくさんの情報を集めて慎重に行動してください。

## ⑩ 留学期間中の就職活動の取り組み

私は1年就活時期を遅らせて留学をしていますが、留学後のスケジュールチェックは事前に行い、帰国後すぐに取り組めるようにしていました。他にも随時キャリア支援部の方とオンライン面談をし、情報を頂くようにしていました。留学中にインターン等はありませんが、普段の生活で目的と課題意識を持ち、自分なりに取り組むことが重要だと思います。

## 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

なんといっても国際交流です。各国から集まる交換留学生のコミュニティがあり、毎日のように寮やパブで集まっていました。皆で料理を持ち寄りご飯を食べるポットラックパーティーでは、色々な国の料理が集まり、とても楽しかったです。他にも、日本では行かないであろう、クラブにも何度か連れていってもらい、テイラーズウィフトの音楽だけが流れるイベントは盛り上がっていました。様々な新しい経験を通して、自分の可能性が広がっていく感覚が本当に楽しかったです。

### ② 留学中でつらかったこと、最も苦労したこと

実は、楽しかった時には必ず、辛いことが同時に起こっていました。楽しかった国際交流ですが、コミュニケーションスタイルが違うために、距離を詰めづらかったり、自分だけ間違っているような気分になったり、解決方法がすぐには思いつかない困難に出会うことが多々ありました。それでも、笑顔で挨拶をする、敬意を持つ、分からないことは聞く、など、真摯に向き合うことで、だんだんと馴染むことが出来ました。

### ③ 文化・習慣の違いなどで驚いたこと

お店などで先に入った人がドアを開けて待っていてくれることです。私自身は忘れてしまうこともありましたが…。また、知らない人同士でも視線が合った際には微笑み合ったり、Hi と軽く挨拶をしたりすることがあります。Guelph に限らずカナダ全土で心が温まる出来事が多かったです。他の方が体験談で書かれている、バスの運転手さんに Thank you と言う文化も印象的で、大きな声を出してでも、聞こえて無さそうなら外から窓をノックしてでも、Thank you, Have a nice day と声を掛け合っていました。さらに、エコの風習が進んでおり、街ゆく人は皆マイボトルを持っていて、そこかしこにウォーターサーバーがありました。

## 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

#### 良かった点

学業面、治安面などから留学の環境が整っていると思います。Guelph 自体は田舎ですが、大都市 Toronto への交通アクセスも良いため、落ち着いて勉学に集中出来、かつ刺激もあり、バランスが良かったです。また治安がとても良い場所なので、安心して過ごすことが出来ました。個人的には日本よりも安全な街だなと感じました。

#### 悪かった点

農学や獣医学が有名な大学なので、専攻科目があまり開講されていない場合があります。単位互換が出来る授業かどうかをしっかりと確認しておく方が良いと思います。ですが、同女ではなかなか受けられない魅力的な授業もたくさんあるので、事前にシラバス等で調べてみてください。

### ② 日本から持って行って、特に役に立ったもの

PC：自分のものがが必要です。私は留学先で壊れてしまい困ったので、事前チェックが大事です。

タブレット：あると便利です。配信された資料を端末にダウンロードして、iPad でノートを取っていました。ノート等は荷物になるので考えた方がいいかもしれません。

薬：環境が大きく変わるので体調は必ず崩すと思います。滅多に風邪を引いたことが無かった私でも、初めの2~3 か月は頻繁に高熱を出していました。少し余分に薬を持っていきましょう。

ポケットティッシュ：なぜかカナダでは気軽に手に入りません。売ってはいますが高いので、日本から持っていくことをお勧めします。

### ③ 語学力の向上等、留学の成果、留学前と後で変わったこと

留学を通して、学業面はもちろん人間的にも大きく成長した1年でした。世界というものが近くなり、自分には関係無いと思っていた環境問題や移民問題、他国の国家体制などを身

近に考えるようになりました。また、自分とは違う価値観、意見を持つ人と交流し、真のコミュニケーションスキルが磨かれ、チーム課題では、アイデアが発展していく楽しさを知り、自分の可能性が広がりました。おそらく高校生で留学をすることと、大学生で留学をすることの違いは、この変化が「成長」と表現出来ることだと思います。大学3回生にもなると、ある程度「自己」というものが出来上がっていてそれが全く変わることは少ないです。ですがその分、自分の良かったところがさらに良くなり、少し至らないところにも気づくことで「成長」に繋がっていくのだと思います。そんな風に自分次第で人生が変わっていくなかで、生きる実感をうずくほど感じる瞬間が多々ありました。留学をしたことで変わっていくこれからの人生が楽しみです。

#### 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

自分の行動次第で色々な留学になると思うので、何がしたいか、どうなりたいか等、一度目的を書き出してみるとより良い留學生活になると思います。留學生活は長く、また、その“成果”というものもすぐに現れるものではないので、全てを何かにしようとはせず、現地の生活を楽しんでください。人生で一番の1年になりますように！

### IV. 将来の目標

#### 今後の進路、将来の目標・夢

留學を経て、日本と世界を繋ぎたいと感じたため、日本の企業にてグローバルに活躍していきたいと考えています。ただその前に休學をし、バックパッカーとして世界を探検しようと考えています。今しか出来ないことを全力でやる、留學中に得たマインドを忘れずさらに成長し続けたいと思っています。

### V. 写真



交換留學生の会です。ドイツ、ベルギー、フィンランド、スペイン、シンガポール、香港など、約15か国の仲間が集いました。日本人は一人だけだったので、時々寂しくなる時もありましたが、異文化に囲まれた刺激的な日々を過ごすことが出来ました。



秋は紅葉がとても綺麗です。これはキャンパスで、授業の合間に散歩をして息抜きをしていました。手帳に挟んで持って帰って来た、楓の葉と松ぼっくりは今でも宝物です。



アライグマが庭にやって来た時の写真です。これは少し珍しいですが、自然が豊かで、リスやウサギを道端でよく見かけました



なんといってもカナダの冬は想像を超えます。この写真はまだ12月のもので、2月になると-20℃近く気温が下がる時もあります。面白いのは、大雪の日にかぎってバスが時間通りに来ることです。日本の常識は全て忘れましょう。



ホストファミリーと過ごした日々は、どの瞬間もかけがえのないものです。留學生活は楽しい事ばかりではありませんでしたが、この家に帰って話をすることが、大きな心の支えになっていました。他にも、子育てを含めたライフスタイルを間近で見ることで、自分の人生観や将来像が大きく変わりました。留學後も連絡を取り合っており、ずっと続くであろうこの出会いに感謝したいです。