

M. N. 社会システム学科・3 年次生

I. 留学レポート

① 協定留学を目指した理由

大学に入学した際、留学をしてみたいとぼんやり考えていました。そして留学をするなら言語を学ぶ語学留学ではなく、現地の大学の授業を受けることができる協定留学がいいなと感じていました。

② 留学を目指してから出願までの語学学習方法

私は IELTS のスコアを取得するため、教材を使って勉強しました。国際課の隣にある、教材が置いている勉強できるスペース（ESSR）も活用しながら、放課後バイトがなく時間のある時には立ち寄るなどして、勉強の時間を確保していました。更にオンライン英会話も活用し、スピーキングの対策を行いました。

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

BBC ニュースなどを聴くようにして、英語に触れておくことを意識しました。YouTube やネットフリックスでも、英語のものを見るようにしていました。

◆ ビザ申請方法

基本情報をインターネットで申請し、大阪のアメリカ領事館にビザ申請の為の面接などに行きました。2、3 か月ほど前から申請を始めましたが、余裕をもって終えることができました。

◆ その他

ワクチンの接種が本当に大変でした。私は、北新地にあるトラベルクリニックに接種をお願いしました。合計で 10 本くらいのワクチンが必要で、合計で 10 万円弱かかったと思います。留学が決まった際は、B 型肝炎など時間を要するものもあるので、すぐに打ち始めた方がいいと思います。

④ 現地到着後

◆ 空港から滞在先までの移動手段、所要時間

現地の留学生サポートの学生たちが迎えに来てくれました。シャーロットビル空港から車で約 45 分だったと思います。

◆ 現地でのオリエンテーション期間中にしたこと

アドバイザーとの面談（どのような授業を取るかの再確認）、ダウントウン散策、シアター

での劇鑑賞など

◆ **その他必要な諸手続き方法**

現地での口座開設はしていません。現地で支払ったものはなかったと思います。私は渡航前に、国際電報を使って日本の口座から寮と食費の費用を振り込みました。

⑤ **語学研修期間**

◆ **語学研修先の施設・環境について**

語学研修期間なし

◆ **授業内容、課題、試験**

なし

⑥ **正規科目履修期間**

◆ **大学の施設・環境について**

大学は田舎に位置しているので、周りも落ち着いて比較的安全だと思います。大学の施設は図書館や食堂、寮やジムがあります。自然に囲まれているので空気は綺麗です。スーパー（フードライオン）までは歩いて 10 分くらいかかります。大きいスーパーマーケット Walmart に行くには、車で連れて行ってもらるか、無料で利用できるローカルバスに乗れば行けます。カフェや服屋さんが 5 分ほど歩いたところに位置するダウンタウンにあります。

◆ **履修科目について**

・ **INT 330 exploration leadership development**

このクラスは、VWIL といって、軍を目指した女性が所属するクラスの一環でした。私のような普通の受講生もとることができました。8 人だけの少人数クラスで、リーダーシップに必要な自己分析やグループワークがありました。一番大きい課題は中間の 20 枚レポートでした。先生が VWIL の将軍で優しく接してくださり、楽しい授業でした。

・ **BUAD 250 gender in workplace**

このクラスは 25 人くらいの規模でした。毎週 **weekly reflection** がありますが、600 字程度なのでそこまで大変ではありません。課題としては毎週与えられた記事を事前に読み、授業でディスカッションするという内容です。先生もパワフルで、明るい授業でした。

・ **SOWK 153 introduction to social work**

このクラスは、アメリカではコアな職種であるソーシャルワーカーの基礎について学べる授業です。内容が新鮮で、ソーシャルワーカーという職業に興味を持つきっかけとなりました。先生がすごくフレンドリーで優しく接してくださいました。取ってよかった授業の一つです。課題はディスカッションボード（100 字以内の感想）、たまにレポート（2, 3 枚）など、そんなに重くなかったです。

・ **SOC 100 general sociology**

このクラスでは、社会学の基礎を様々な観点（歴史や人物、ジェンダーなど）から学びました。クラス規模は 20 人ほどでした。課題はたまにレポート（2, 3 枚）でした。最終課題はレポート 5 枚程度です。学期に 3 回、オンラインでテストがありました（60 分、15 問くらい）。先生も明るく、一年生が多いので発言しやすいクラスでした。

⑦ **クラブ、課外活動、ボランティア活動**

セメスターが始まってからすぐ、クラブ紹介のようなものが図書館の前でありました。誰でも気軽にサークルのような活動に参加できる環境でした。私自身もいくつかアプライしたものの時間の確保が難しく、結局継続して行けたサークルはありませんでした。乗馬や映画サークル、サスティナブルやゴスペル、幅広くあった印象です。課外活動としては、ソーシャルワークの先生にお願いし、10 月にリーダーシップのリトリートに連れて行ってもらいました。他校の学生と交流し、学びを深められた貴重な 2 泊 3 日になりました。ボランティア活動としては、9 月末にスタウントンで行われるハリーポッターフェスティバルの案内係をしました。学校のメールで募集などがされるため、メールを見逃さなければ誰でも応募できます。

⑧ **現地での住まいについて**

◆ **正規科目履修期間**

寮でした。2 人部屋で同女の英語英文学科の子と同じ部屋でした。部屋にはトイレ、風呂はありませんが、蛇口があるので歯磨きは出来ます。食事はミールプランの 21 に加入し、毎食食堂で食べることができました。食堂のご飯に飽きた時は近くのスーパーで買い物し、作りました。大学内に寮があるので、すぐに移動できます。

⑨ **長期休暇の過ごし方**

長期休暇にはニューヨーク、ボストン、ノースカロライナ、などに旅行に行きました。私は 1 セメスターのみの滞在だったため、1 週間ほどの休暇（fall break, thanks giving break）などしかありませんでしたが、満喫することができました。基本、留学生同士で旅行に行っていました。

⑩ **留学期間中の就職活動の取り組み**

私は 11 月にボストンで行われている、日本人留学生向けのボストンキャリアフォーラムに 3 日間参加しました。事前に面接などの準備も必要だったので、本格的には 1 か月前から動き始めました。様々な企業に出会うことができ、本当に行ってよかったと思えるイベントで

した。就活が気になる 3 年生などは、是非行くことをお勧めします。私はルームメイトと行きました。

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

留学中、何気ない寮生活がとても充実しており楽しかったです。留学生 10 人程度でまとまって寮に住んでいたため、隣の部屋に遊びに行ったり、一緒にトレーニングをしたり、充実していました。最も思い出に残っていることは、選ぶのが難しいですが、ボストンキャリアフォーラムに行ったことだと思います。ボストンには 4 日程度の短い滞在でしたが、ボストンキャリアフォーラムに参加し、空き時間にはハーバード大学などの有名大学を巡り、吉田選手の所属するレッドソックスの球場も外から見ることができ、大満足でした。

② 留学中でつらかったこと、最も苦勞したこと

辛かったことは特にありません。強いて言うなら日本食だと思います。なので、日本食（サトウのご飯やレトルトのみそ汁など）を持っていくといいと思います！最も苦勞したことは、英語で本（教科書）を読むことだと思います。分からない単語が多く、日本語訳をしながら読むこともあったため、時間がかかりました。

③ 文化・習慣の違いなどで驚いたこと

朝シャワー派の人も多い事。毎日フライドポテトを食べることもできるということ。寮で暮らしている人がほとんどという事。

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

良かった点は、田舎なので毎日お金を使う必要がなく、いい意味で節約できたと思います。反して悪い点は、田舎なのでレストランなどが少なく、限られたレストランしかないこと、車を持っていないと大きなスーパーに行けず不便、空港までも少し遠いので、旅行の時は誰かに車をお願いする必要があるという事です。勉強環境としては、比較的少人数のクラスが多く、先生とも話しやすい環境だと感じました。食堂にはサラダもあり、自分で取る物を選ぶ形式でした。

② 日本から持って行って、特に役に立ったもの

パソコンはもちろん、私は iPad も持って行きました。資料を印刷する必要がなく、ノート代わりに也使えたため、非常に便利でした。いつでも洗濯ができるため、服はそんなに多く

持っていく必要がないと思います（現地でも安く買えます）。日本食が恋しくなった時用にサトウのご飯やレトルトのものを持って行ったことも良かったと思います。

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

正直、語学の向上を4か月で感じることは難しかったと感じています。しかし、アメリカでの授業スタイルや雰囲気を感じることができただけで、意味のある4か月間だったと感じています。留学後は、より将来に対する意欲で溢れている気がします。

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

留学をできる環境があり、行きたいと感じているならば、絶対に行くべきだと思います！私も留学の費用が高く、行けるか行けないかという所でしたが、自分のアルバイト代なども活用し、留学を達成することができました。留学に行く前にある程度英語の勉強をしていくことが大事だと感じました。

IV. 将来の目標

今後の進路、将来の目標・夢

今後は、就職しようか大学院に進学するかまだ迷っています。夢は海外で働き、女性のリーダーとして活躍することなので、夢を達成できるようにもっと専門知識を身に付けていければと考えています。

V. 写真



友達の誕生日に、ドレスアップをして近くのレストランに行きました。



週末、ワシントンに留学生のみんなと旅行に行きました。



友達の誕生日を寮のロビーでお祝いしました。



ハロウィンに仮想をした時の写真です！



ボスキャリに参加したときの写真です。スーツ
は持参しました。

N. S. 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

高校生の頃から英語が好きで、大学で留学したいと考えていました。2 年生の冬にオーストラリアの語学学校に通い、自分の英語力のなさだけでなく自信を持って英語を話す積極性が自分に欠けていたことを痛感しました。日本でも英語の勉強はできますが、やはり英語を使う機会は少ないので、speaking がなかなか上達せずに悩んでいました。そんな中でも地元の人たちと出会って実際に英語でコミュニケーションがとれた時は達成感が得られました。そこで現地で英語を学ぶ楽しさと重要性に気づき、改めて留学しようと決意しました。

② 留学を目指してから出願までの語学学習方法

ネイティブスピーカーの友達が何人かいたので、その友達とは常に英語で会話していました。私は、TOEFL iBT の勉強をしていました。公式の対策本を問題に慣れるまで解いたり、オンライン英会話を使って練習したりしました。Speaking のパートが特に難しかったので力をいれて対策し、自分が使いやすい構文やフレーズをリストアップしてノートに書き出しました。また、語彙がアカデミックなものが多く reading で苦戦していたので、ネットで TOEFL iBT の頻出単語を調べて暗記していました。

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

テストに向けた勉強から、日常会話英語の勉強に切り替えました。YouTube で日常会話の基本フレーズの聞き流しで、挨拶のしかた、会話の広げ方など役立ちそうなフレーズをながらシャドウイングしていました。現地に行っても使うことが多かったため、おすすめの勉強法です。

◆ ビザ申請方法

ネットにいろいろと情報が載っているので、自分で調べて必要な書類をそろえました。最初は情報量が多い上、様々な情報を入力しなければならないので苦痛に感じますが、実際やってみると思ったより簡単に取得できました。慌てないように計画的に動くことが大切かと思えます。

◆ その他

過去の留学生の先輩たちに持って行って役に立ったものを教えていただいて準備しました。シャワー用のスリッパや、スポンジなど。

④ 現地到着後

◆ 空港から滞在先までの移動手段、所要時間

日本出発日までに現地の国際課の先生と到着日時について情報共有し、当日は現地の先生とアンバサダーの学生が空港まで迎えに来てくれて、車で 45 分ほどで学校に到着しました。

◆ 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は、基本的に現地の新一年生と合同で行われます。キャンパスに慣れるため、さまざまなイベントを企画してくれています。新一年生に混じってコンボケーションという入学式のような集会にも参加し、新しい気持ちでスタートしました。キャンパス内の施設や設備について学び、学校のすぐ隣のダウンタウンのツアーでおすすめのレストランや雑貨屋さんなども教えてもらいました。

◆ その他必要な諸手続き方法

現地で必要な手続き等は特にありませんでした。現地についてから個人のキャンパスアカウントから寮費やミールプラン、その他費用をまとめて支払いました。ほぼすべての支払いをクレジットカードで行いました。現地で口座を開いた留学生もいました。

⑤ 語学研修期間

◆ 語学研修先の施設・環境について

なし

◆ 授業内容、課題、試験

なし

⑥ 正規科目履修期間

◆ 大学の施設・環境について

田舎のこじんまりとした大学です。キャンパスが丘に立地してあるため、移動が階段でなかなか体力が必要です。エレベーターが故障していたり、Wi-Fi の接続が悪かったりと不便を感じることも多々ありましたが、気長に待っていたら改善されました。自然がいっぱいでリスやウサギが沢山います。鹿やスカンクに出会うこともあります。夕焼けが本当に綺麗で何度も写真を撮りました。キャンパス内の丘の芝生に友達と寝転がって色々な話をしたのもいい思い出です。

◆ 履修科目について

・ JPNS 101 Beginning Japanese I (TA)

この授業は、teaching assistant として参加しました。日本に興味があつて履修している生徒が多いので、友達をつくりやすいかと思います。オンラインで提出された課題を採点したり、授業中に先生のお手伝いをしたりします。

• **BUAD 230 Marketing Principles**

本屋さんに売っているような一般の本を 2 冊、教科書として使用しました。課題として毎授業、教科書のチャプターを読み、そのチャプターに基づくクイズに答えます。マーケティングとは何かを具体的なブランドの戦略を取り上げて考えました。Midterm、final exam があります。

• **BUAD 200 Management Principles**

優れたマネージャーになるための基礎を学びます。キャリアに役立ちそうだったので履修しました。課題が一番多いクラスでした。プレゼンやエッセイ、インタビュープロジェクトもありました。毎週のクイズと Final exam がありました。

• **ANTH 120 Cultural Anthropology**

毎回の授業の Reading の資料が多かったです。先生がとても親切で、困っていることはなにかといつも気を使ってくれていたのも、不安はありませんでした。世界の様々な先住民について学びました。Midterm と final exam がオンラインでエッセイ方式でありました。

• **COMM 245 Social Media**

プレゼン 3 つ、エッセイ 2 つ、midterm ted talk、final project を提出しました。テストはありません。Social media のメリットとデメリットについて reading や video で学ぶ授業でした。

• **PSYC 275 Principles of Social Psychology (S)**

お気に入りのクラスでした。主にレクチャー型で、先生の話すスピードが速いので完全に集中してないといつていくのが大変でした。他人の存在が人の思想や行動にどう影響するかという内容でとても面白いので、あっという間に時間が経ちます。Test が 3 回、final exam があります。

⑦ **クラブ、課外活動、ボランティア活動**

入っていませんでした。

⑧ **現地での住まいについて**

◆ **正規科目履修期間**

2 人部屋の寮で、ルームメイトは日本人でした。私が留学した学期は、日本からの留学生が 6 人いて、それぞれが日本人同士でルームメイトだったので少し疑問を感じました。トイレとシャワーはフロアごとに共同利用でした。食事はダイニングホールで、ビュッフェ方式でいただきます。私は週に 21 回のミールプランでしたが、朝食はほとんど行くことがなかったなので大体 1 日 2 食食べていました。食堂のお料理は予想以上に美味しかったです。アジ

アンコーナーでは、お寿司が提供されることもあり、とても満足できました。1 番嬉しかったのは、サラダバーとフルーツが毎食あることです。やはり油っぽいものも多いので、バランスよく食べることで、体重の維持ができました。また、食堂のスタッフさんと仲良くなり、いつも気にかけてくれていました。留学生のためにステーキを用意してくれた時もありました。University café があり、気分を変えたいときは café に行っていました。スタバもあります。

⑨長期休暇の過ごし方

Fall break には、ニューヨークに行きました。私は洋画や海外ドラマが大好きなので、映画やドラマの中に出てくる観光地や建物が沢山あり興奮しました。夢のタイムズスクエアも、お気に入りのアラジンのブロードウェイも体験し、記憶に残る旅行になりました。

Thanksgiving break は、フロリダのディズニーワールドに行きました。当たり前ですが、大好きなディズニーソングが日本語ではなく英語であることに感動しました。マジックキングダム fireworks show は本当に見る価値があり、涙がとまりませんでした。どの留学生も、他の留学生か現地の友達と一緒に旅行していました。

⑩ 留学期間中の就職活動の取り組み

志望業界が確実に決まっており、留学前までにある程度のところまで就活を進めておいたため、留学中はほとんど何もしていませんでした。その分英語の勉強に集中しました。

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

他の留学生たちと過ごした夜です。一緒に映画をみたり、ラーメンやお菓子づくりをしたり、難しい課題と一緒に取り組んだり、毎日違うアクティビティをして楽しみました。特に思い出に残っていることは、夜に友達と一緒にキャンパス内を散歩したことです。ベンチに座ってのんびりしたり、語り合ったり、貴重な時間を過ごしました。

② 留学中でつらかったこと、最も苦勞したこと

寮生活です。やはり留学生のコミュニティーで行動するため、1 人の時間がありません。ゆっくりバスタブに浸かったり、スキンケアに時間を使ったり、自分の家のように快適な生活は送れないので、色々と我慢することが多かったです。最初はこんなもんかと思っていましたが、時間が経つごとに日本の生活の便利さが恋しくなりました。

③ 文化・習慣の違いなどで驚いたこと

アメリカ人は気さくな人が多いので、他人でも平気で話しかけてきます。服装や髪型、や靴などとにかく色んなところを褒めてくれます。どこに行っても、その場で出会った人たち同士がスモールトークをしている場面に遭遇し、素敵な文化だなと思いました。

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

良かった点は、同女のように規模が小さい大学なので、ほとんどのクラスが少人数で行われるところです。そのおかげで教授との距離が近く、留学生であることを認識してくださるので、動画に字幕をつけてくれたり、わかりやすく補足説明をしてくれたり、色々と気を遣ってくれました。また、10 人ほどの小さなクラスでは、授業がディスカッションのような形で進んでいき、自分はあまり発言できなくとも、クラスメイトの意見を聞いて共感することができたので、とてもいい経験ができました。また、学生数も多くないので、友達づくりに苦労しませんでした。アメリカ人の学生側から話しかけてくれることもあり、キャンパス内ですれ違おうと、いつも声をかけてくれていました。特に仲良くなった友達とは、寮の部屋に遊びに行ったり来てくれたり、近くのバージニア大学のフットボールやバスケットボール観戦などにも連れて行ってくれたりしました。一方で、立地が田舎なので交通の便が悪いのが残念でした。近くの空港に行くにもバスも電車もないので、車がないといけません。やはり週末などにちょっと息抜きで旅行にいきたいと思っても、なかなか予定を立てにくかったです。ただ、Amtrak という電車が近くにあるため、ワシントン DC まで行くのにはとても便利でした。Wi-Fi の環境が悪く、自分の携帯の通信を使うことが多かったため、途中でインターネット接続を無制限のプランに変更しました。

② 日本から持って行って、特に役に立ったもの

パソコンは持参必須かと思います。アメリカ人学生もほとんどが自分のパソコンを持っていたと思います。学食は基本的に美味しいのですが、日本のお米が恋しくなるかと思うので、可能であれば持っていった方がいいと思います。正直、近くのウォルマートというスーパーで日用品や雑貨は全て揃うので、特にこれというものはありません。高くはないですが質は良くないので、自分でこだわりのブランドがあるものは、持参した方がいいかもしれません。服は、着回ししやすい自分のものを持ってくることをおすすめします。

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

ライティングのスピードが速くなったと感じました。あまり頭で考え込まずに英語が出てくるようになったかなと思います。単語は意味を知っているだけでは使えません。文章の中でどう使えるかが分かっていないと、自分の語彙として機能しないということを学びまし

た。テストでスコアとるための勉強と、英語を話せるようになるための勉強は別物と考えて英語学習を続けていきたいと思うようになりました。また、自分の言いたいことが伝わらない時にパラフレイズができるようになったことと、その姿勢が大きな進歩であったと思います。自分の引き出しを使って自分の言葉で伝えようとしていると、相手もサポートしようとして一生懸命に聞いてくれます。この繰り返しで、語学力は向上していくのではないかと感じました。

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

日本で英語を勉強することと、実際に海外で英語を学ぶことは違います。私はこの留学経験を通して、英語だけでなく、英語学習に必要なマインドや新しい価値観など、プラスアルファで様々なことを学ぶことができました。これらは、実際に違う国に住んで、体験してしか学べないものであったと強く感じています。チャンスがあれば、ぜひ学生のうちに留学してみてください！

IV. 将来の目標

今後の進路、将来の目標・夢

私は、旅行業界に進みたいと考えていて、中でも、インバウンド観光をメインに扱う会社を目指しています。私は観光地としての日本が大好きなので、外国の方が日本旅行をより快適に楽しんでもらえるようにサポートしたいと考えています。

V. 写真



オリエンテーションウィークにキャンパス内の president house の前で撮った写真です。



仲良しだった現地の友達です。
バージニア大学のバスケットボールの試合観戦に行きました。



ニューヨークのブルックリンブリッジです。
ここからの夕日が最高でした。



host family と一緒にクリスマスツリーのデコレーションをしました。



留学生でとった最後の写真です。本当に楽しいメンバーでした。最後のお別れをするときは、みんなで号泣していました。