

A decorative border of various botanical illustrations surrounds a central white circle. The illustrations include green ferns, a red maple leaf, a green leaf with a white vein, a yellow flower, a green leaf with a white vein, a red leaf, a green leaf with a white vein, a purple flower, and a green leaf with a white vein.

文学部2年 児玉菜美穂

ペンシルベニア大学留学体験

---

# 研修参加の動機

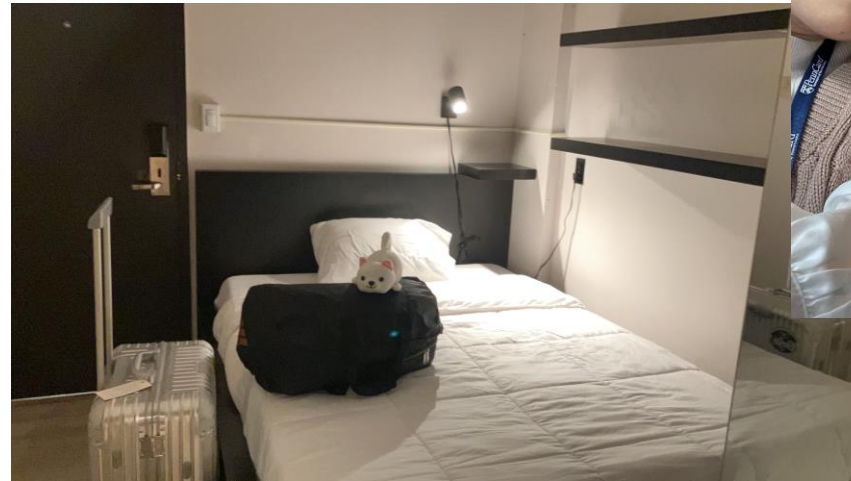


- 英語力を鍛えるため
- 海外の方と日常的にコミュニケーションを取れるようにするため
- 異文化に触れるため

# 1日のスケジュール

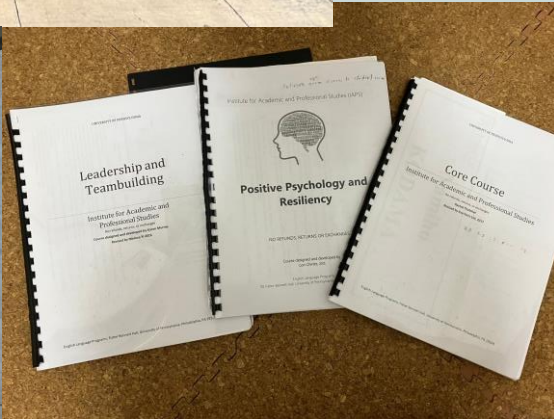


|          |        |
|----------|--------|
| 7 : 0 0  | 起床     |
| 8 : 3 0  | 午前授業開始 |
| 12 : 3 0 | ランチタイム |
| 13 : 3 0 | 午後授業開始 |
| 15 : 0 0 | 買い物・自習 |
| 18 : 0 0 | 夕食     |
| 20 : 0 0 | 自習・作業  |
| 22 : 0 0 | 入浴     |
| 23 : 0 0 | 就寝     |





# 授業



- Positive Psychology and Resiliency  
→ポジティブでいるための哲学を英語で学ぶ
- Readership and Teambuilding  
→リーダーシップやチームワークを学ぶ
- Core Course  
→フィラデルフィアやアメリカの歴史を学ぶ
- 基本的にはグループワーク
- 美術館に行ったり、他の教授の授業（生物学・歴史など）を特別に受けることも！



# 課外活動

N・Y!

大学の  
パーティ!



ショッピング!



# 思い出・成長・ 今後の目標



- 話しかけてくれる人が多かった！
- 実際に生活することで、今まで見えなかった外国の日常生活を深く知ることができた！
- 帰国の飛行機で隣の人に英語で話しかけることができた！
- 日常的に外国の方に話しかけたい！

# 留学する際の 注意事項



- クレジットカードを必ず持つ！
- 日没後、一人で出歩かない！
- 帰国のフライトの状況を必ず調べる！  
キャンセルが分かったらすぐに旅行  
会社に連絡！
- 大金は持ち歩かない！
- 辛いときは必ずメンバーに相談！



# 最後に



知らない国で暮らすというのは、確かに不安なことです。

ですが、その国に対する理解をしっかりと深めれば不安は消えます。

留学は知らないものに対する理解を深め、不安に打ち勝ち成長するための、とてもいい機会です。

一歩でも成長してみたい、と思ったらぜひエントリーしてみてください！応援しています！





ありがとうございました！

