

留 学 報 告 書

記入日:2015年6月17日

所属学部／研究科・学科／専攻	国際日本学部国際日本学科
留学先国	アメリカ
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: アラバマ大学 現地言語: University of Alabama
留学期間	2014年8月～2015年5月
留学した時の学年	2年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	2年生(留学先大学で在籍した学年)
留学先での所属学部等	<input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。
帰国年月日	2015年5月18日
明治大学卒業予定年	2017年4月
留 学 先 大 学 に つ い て	
形態	<input type="checkbox"/> 国立 <input checked="" type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> その他
学年暦	1 学期:8月中旬-12月上旬 2 学期:1月上旬-5月上旬
学生数	約3万人
創立年	1831年

留学費用項目	現地通貨 (ドル)	円	備考
授業料	0	0円	協定留学のため
宿舍費	8,400	1,040,000円	学校に指定された寮。光熱費も含まれている。
食費		200,000円	月2万円でご自炊していました。また、300ドルのダイニングドラー(校内のレストランなどで使えるポイント)も学期ごとの費用に含まれているので、一学期を通して上手く活用しました。
図書費	0	0円	
学用品費	500	62,000円	受講する授業によって変わります。中古の本やネットで買うことをおすすめします。
教養娯楽費		10,000円	土日はかならず外へ出て遊んでいました。
被服費		0円	
医療費	0	0円	
保険費		124,000円	形態:明治大学指定の保険に入りました。
渡航旅費		約300,000円	帰国日の変更がしやすいチケットのため
雑費		円	
合計		円	

渡航関連

渡航経路:シカゴ

渡航費用

チケットの種類	エコノミー
往路	約15万円
復路	約15万円
合計	約30万円

渡航に際して利用した旅行会社やガイドブックを教えてください。

使用していません。直接 ANA にてチケットを購入しました。

滞在形態関連

1)種類(留学中の滞在先)(例:アパート、大学の宿舎など)

大学の宿舎

2)部屋の形態

個室 OR 相部屋(同居人数 3人)

3)住居を探した方法:

留学先から決められた場所が紹介された。

4)感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)

値段には不満がありましたが、個人部屋をおすすめします。留学中に授業やルームメイトと距離をおいて、一人の時間を作るのも大事です。なるべくストレスや問題が起きない環境づくりも必要でした。また、学校の指定された寮では留学生が多く、他国の食や文化に触れる機会もたくさんありました。

現地情報

1)現地で病院にかかったことはありますか？大学内の医務室/診療所や付属病院等で医療サービスを受けることは可能でしたか？

利用する機会が無かった
利用した

2)学内外で問題があったときには誰に相談しましたか。留学先大学に相談窓口はありましたか。

困った時は、まず同じ寮に住んでいたアメリカ人や留学生に相談していました。それでもわからない場合は、学校の中心部にある留学生のための事務室に行きました。

3)現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか？その際どのように対処しましたか？

何か事件や天候による被害があった場合は、アラバマ大学に行く前に作る学校専用のメールアドレス(留学中頻繁に利用します)に大学と警察側から報告が来るようになっています。
実際に体育館のベンチにパーカーと財布を置いていたら、自分と他のアメリカ人 2人も財布ごと盗まれました。すぐに警察に電話して調査してもらったのですが、防犯カメラがなかったため、結局犯人も見つかりませんでした。幸いにもカード、bama カード(学生書)と現金5ドルしか入っていなかったため、カード会社にその場で解約の連絡を行い、翌日に学生書を発行してもらいました。bama カードは Suica のようにお金をチャージすることができるので、学校での買い物にはなるべく現金は持たず、bama カードを使用することをお勧めします。

4)パソコン、携帯電話、インターネット(接続について)現地での利用はいかがでしたか。

(例:寮のインターネット接続が不安定で1週間に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WIFI 接続が可能であったので、寮で使用できない時はカフェに行った。)

校内の建物付近にいれば wi-fi が飛んでいるので、ネットの接続で不便はなかったです。
携帯は必要ないのですが、あると何かと便利だとは思っています。例えば、学校が無料で運営している夜のタクシー(bama ride)に電話する時や、現地の学生とのやり取りや警察に連絡する時などです。

5)現地での資金調達はどのように行いましたか？(例:現地に銀行口座を開設して日本の親から送金してもらった。銀行口座は現地で外国人登録をしないと開設できない。また、クレジットカードも併用していた。)

cash passport とクレジットカードを活用して生活をしていました。cash passport は現地に銀行口座を作り、親に日本から送金してもらいました。

6)現地では調達できない日本から持っていくべき物があれば教えてください。

アラバマ大学から自転車まで10分のところにアジアマーケットがあるので、大抵の食材は見つかります。

進路について

1) 進路
<input type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input checked="" type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2)進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など
3)就職を選択した方は、差し支えなければ内定先を教えてください。また、その企業を選んだ理由も教えてください。(内定を得た企業すべての名前、或は入社すると決定した企業の名前のみでも構いません)
4)就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスがありましたらお書き下さい。 (例: 留学中の就職活動へ向けた準備, 帰国後に就職活動を始めるにあたり注意すること等。就職活動を不安に思い、留学を断念する方もいます。ご自身の経験を踏まえてアドバイスをお願いします。)
5)進学を選択した方は、差し支えなければ進学先を教えてください。
6)進学を志す留学希望者に向けたアドバイス(準備、試験対策等)がありましたらお書き下さい。
7) その他を選択した方は、留学希望者に向けたアドバイスがありましたらお書き下さい。

学習・研究活動についてのレポート(履修した科目ごとに記入してください)

1)留学先で取得した単位数合計	本学で認定された単位数合計 ※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。
24単位	<input type="checkbox"/> 単位 <input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由:)
2)以下は留学先で履修した科目についてのレポートです。今後留学をする人たちへのアドバイスも含めてお書き下さい。記入スペースが足りない場合は、A4用紙で別途作成し、添付してください。	
履修した授業科目名(留学先大学言語):	履修した授業科目名(日本語):
Introduction to international Relations	国際関係学入門
科目設置学部・研究科	Political Science
履修期間	Fall 2014
単位数	3
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義
授業時間数	1週間に50分が3回
担当教授	Matt Millard
授業内容	世界の出来事や国際社会を多様な思想から見る
試験・課題など	試験は合計 3 回あり、6割4択問題と残りの4割は記述問題。学期を通して一つだけ国際問題を教わった思想を用いて自分の見解を示すエッセイがあった。また、少人数のプレゼンも一度行う。
感想を自由記入	留学中に受講した授業の中で一番ためになった授業だった。現代の国際関係にも興味を持つことができ、先生は授業後に質問する時間を設けてくれた。授業の進行が少し早いのが、予習をすればテストは問題ない。

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
Introduction to Global Studies			
科目設置学部・研究科			
履修期間	Fall 2014		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義		
授業時間数	1週間に75分が2回		
担当教授	Kim Andrus		
授業内容	現代の国際社会における社会問題について教材やBBC(ニュース)を使いながら学ぶ授業。		
試験・課題など	定期的な時事問題小テストで、生徒がニュースを見ているかを確認をする。テスト(選択)は学期を通して3回行われる。また、学期の初めに国を決め、その国に関するデータを集め、学期末にプレゼンをする。		
感想を自由記入	この授業を受講することで毎日ニュース(BBC)の記事を読む癖ができ、国際事情に少し詳しくなれた。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
Introduction to the field of social work			
科目設置学部・研究科	Social Work		
履修期間	fall 2014		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義		
授業時間数	1週間に50分が3回		
担当教授	Bob Mckinney		
授業内容	アメリカの社会福祉に必要な知識と現代アメリカ社会で起きている社会問題に触れる。		
試験・課題など	学期の初めに1200文字のエッセイと、学期末に2000文字のエッセイの提出がある。また、福祉施設で15時間のボランティアを行う。(この時、大学付近の施設を自分で探し、申し込まなくてはならない)		
感想を自由記入	この授業は、アラバマ大学で一番受講したかった授業の一つでもあった。実際に現地でのボランティアをすることで、話や本からは知ることができないことを現場で見て感じることができ、自分の強みにもなったと思っている。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):	履修した授業科目名(日本語):
Introduction to African American Studies	
科目設置学部・研究科	African American Studies
履修期間	Fall 2014
単位数	3
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義
授業時間数	1週間に75分が2回
担当教授	Greg Austin
授業内容	奴隷制から現代に至るまでの黒人の歴史や運動
試験・課題など	テスト(選択)は合計で3回あり、毎週300字である出来事を説明するショートアサインメントが出題される。
感想を自由記入	アメリカ社会において黒人と白人の間では、未だに軋轢が生じることはニュースを見ていればよく聞くことだ。その歴史的背景をより知ることができた授業であった。

履修した授業科目名(留学先大学言語):	履修した授業科目名(日本語):
Introduction to Sociology	
科目設置学部・研究科	Sociology
履修期間	Spring 2015
単位数	3
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義
授業時間数	1週間に75分が2回
担当教授	Lesely Reid
授業内容	社会学において覚えておくべき、思想、単語と社会問題を学ぶ。
試験・課題など	ネット上の教材から不定期に小テストが出される。テスト(選択)は合計3回。
感想を自由記入	300人近い大規模の講義のため、授業内容が少し簡単に思えた。不安な人はこの講義を受講することをおすすめする。

履修した授業科目名(留学先大学言語):	履修した授業科目名(日本語):
Analysis Social Problem	
科目設置学部・研究科	Sociology
履修期間	Spring 2015
単位数	3
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義
授業時間数	1週間に50分が3回
担当教授	Paul Mills
授業内容	社会問題を多様な視点から見る授業
試験・課題など	テスト(選択)は学期中3回あり、毎週ごとに教科書のセクションで学んだ分野の軽いエッセイが宿題として出題される。
感想を自由記入	授業では唯一の外国人だったため、日本の社会問題などについても教授から聞かれることがあった。アメリカと日本、共に同じ先進国が抱える問題の相違点も見出すことができる授業であった。

履修した授業科目名(留学先大学言語):	履修した授業科目名(日本語):
Political Method	
科目設置学部・研究科	Political Science
履修期間	Spring 2015
単位数	3
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義
授業時間数	1週間に50分が3回
担当教授	Wes Hutto
授業内容	主に、政治的分野に関してどうリサーチペーパーを作成するかを学ぶ授業。
試験・課題など	すべて筆記である4つのテストは、授業内で教わったことが出題される。宿題は自分が研究することを授業外で調べ上げたものを説明する形式。学期末には、自分が調べてきたことを用いたリサーチプロジェクトを発表する。
感想を自由記入	受講した授業の中で一番苦戦したが、時間をかけて仕上げたリサーチプロジェクトは自分のためになったと思う。今後卒論を書くことになったら、役に立つと思われる。先生も優しく、質問を受け付ける時間を設けてくれた。

履修した授業科目名(留学先大学言語):	履修した授業科目名(日本語):
War and Peace	
科目設置学部・研究科	Political Science
履修期間	Spring 2015
単位数	3
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義
授業時間数	1週間に150分が1回
担当教授	Karl DeRouen
授業内容	なぜ戦争が起きるのかをデータや思想を用いて学ぶ授業。
試験・課題など	学期を通して一度プレゼンがある。その班で国を作り、ネット上でシミュレーションを行う。毎週シミュレーションで起きたことを報告書にまとめ、提出する。テスト(選択)は3回ある。
感想を自由記入	週一日で2時間半の授業は長く、授業に最後まで集中できなかった。しかし、使っている教材や授業外で行うシミュレーションゲームは、国関係や戦争をより理解できるツールだった。

留学に関するタイムチャート

留学するまでの準備、試験勉強、留学中、留学後、特に留学に関連して発生した事項を記入してください。例：語学試験の勉強、選考、出願、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等（形式は箇条書きなど簡単なもので構いません）

2013年 1月～3月	受験
4月～7月	TOEFL の勉強
8月～9月	TOEFL の勉強
10月～12月	留学先の確定、出願と面接
2014年 1月～3月	留学に向けての準備
4月～7月	留学に向けての準備
8月～9月	出発
10月～12月	期末試験 ヨーロッパバックパック
2015年 1月～3月	新学期スタート
4月～7月	期末、帰国
8月～9月	
10月～12月	

留学体験記

留学しようと決めた理由	グローバル化が今や自明化されてきていることは、誰もが納得すると思います。今後社会に出て、自分が日本人以外の人種や言語と共存して働くことになるのは確実であると考えました。その結果、社会に出る前に一度でいいから海外に出て、自分の目で世界を見て、実際に外国人と共存する感じを味わってみたかったのです。これは日本ではなかなか体験できません。モノ民族国家と言われる日本では、外国人観光客を見ることがあっても、一緒に何かをすると無に等しいです。だからこそ、海外に留学をすることが自分にとって必要だと思ったため、留学を決意しました。そして、それを踏まえて、今の自分にとってグローバル人材としての足りない要素を見つけたいと思いました。当時の英語力、実行力、計画力、コミュニケーション力、教養で、果たして外国人と上手く共存できるかを測ってみたかったのです。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	留学する上でまず一番大切なのは、計画性と実行力です。日本の大学でも当たり前のことなのですが、提出物を期限内に提出したり、求められている課題を実行したりすることは、アメリカでは特に厳しく見られます。どんな障害が起きても、期限外のもの認められません。自分で提出期限まで計画を立て、それを実行できるかは、留学中では大切な要素になります。留学前から意識することが望ましいです。また、留学中に日本の時事問題、政治、文化、礼儀、食に関する質問がよくされます。日本人として、自国のことを留学前に知っておくことも重要でした。例えば、私の場合は、福島原発がどう日本人に見えているのかななどの質問がされました。
この留学先を選んだ理由	以前の自分にとって、アラバマは超保守派と差別主義が多くいる悪いイメージの州で、決して留学先として選びたくなかったです。きっかけは、大学一年から現在に至るまで明治大学公認ダンスサークルに所属し、そこでダンスを踊るだけでなく、その文化や歴史についても興味を持つようになったことです。また現在人気のあるヒップホップ、ブレイク、ロックンやソールと言ったダンスは黒人文化から発生したものだを知ったこと、公民権運動発祥の州であるということで、アラバマに留学することを決意しました。また、社会福祉に興味があった自分にとって、全米で一番貧困と言われるアラバマ州で現地の現状を見つつ学べる環境が自分にとっていい機会だと思ったことも、選択した理由の一つです。
大学・学生の雰囲気	大学は日本と比べられないほど広く、大学を中心として町が構成されています。アメリカはサラダボールと言われていますが、南部のアメリカは全く違います。学生の大多数を白人が占め、黒人は10%ぐらいしかいないそうです。このことから、人種による格差社会がはっきり見えます。現在では見える差別はあまり存在しないため、ひどい差別を受ける心配はありませんが、社会の構成内に存在する差別が存在していることを知っておくべきです。比較的みんなフレンドリーで外国のことに興味を持っていますから、積極的に話しかけることが重要です。また、大学の一番大きいイベントとしてアメフトがあります。全米でも常に上位に入るチームなので、シーズン中は毎週学校を挙げて大騒ぎです。
寮の雰囲気	協定留学の場合は、アラバマ大学から指定された寮に配属されます。そこでは他国から来る留学生と一緒にまとめられるため、色々な国の人と異文化体験ができます。また、日本からの留学生は他に2人しかいなかったため、日本人と固まることなく留学を満喫できました。部屋は4人で必ずアメリカ人が一人いるため、遠くに買い物に連れて行ってくれたり、わからないことを教えてもらえたりします。寮では皆すごく仲良くなりました。世界各国に友達ができるので、冬休みなどを使って彼らの国に遊びに行くことも可能です。
交友関係	現地の友達ができたら、積極的に遊びに誘ったり、パーティに参加することをおすすめします。一週間を通して課題や読書に追われているとストレスが溜まるので、部屋に閉じこもらず、週末は常に遊ぶことを心がけるべきです。日本人に興味を持っている人もたくさんいるので、たくさん友達ができます。また、現地のダンスサークルにも所属していたため、日本に興味のない人ともダンスをツールとして交流する機会もあり、感謝しています。何でもいいので、他人と自分を繋げるツールを持つといいと思います。
困ったこと、大変だったこと	ベースが早い授業で、授業中に使用したパワーポイントをネット上に上げてくれない先生もいたので、ノート取りに困りました。また、授業にもよりますが、プレゼンを班で行う時にアジア人だからといって相手にしてくれないこともありました。しかし、このような問題は簡単に解決できることを知りました。恥ずかしがらずに発言することです。授業でわからなかったら、先生がもうけているオフィシアワーを上手く使います。グループになった時は、流暢でなくても発言し、存在感を見せることで問題は解決できます。

学習内容・勉強について	<p>テスト以外、あまり復習はしませんでした。なぜなら、授業は準備して受けることが大前提だと思っていたからです。授業が復習の場でした。教科書で読む範囲が決まっており、毎授業前に読んでおくのが大前提です。</p> <p>プレゼンやグループディスカッションの場合、積極的に発言することが重要です。自分もグループの一員だとアピールしないとメンバーから協力しない人と思われ、上手く輪に入れません。常に発言や質問をすることが大事です。</p>
課題・試験について	<p>授業にもよりますが、常に課題が出ることはありません。しかし、先ほど述べたように、予習を授業前に行う必要があるため、時間が余ることはないです。課題が出る時は約3ページほどのエッセイなどが出ます。学期の初めにシラバスが渡され、課題の出る時期や授業内容などの情報が細かく記載されているので、計画的に課題を終わらせることができます。</p> <p>テストは学期に3回あり、授業によっては選択式だけのところもあります。アメリカ人はテストが苦手なようで、テスト内容は授業の復習をしていればできる内容です。記述式の場合は、自分の言葉で言いたいことを説明できる英語力があれば、点数を取れます。</p>
大学外の活動について	<p>日本にいる時と同様にダンスサークルに所属していました。Riptide というアラバマ大学公認ダンスサークルにはオーディションがあり、決まった振りをその場で覚え、部員の前で披露します。練習は週2回、部員は約20人で2ヶ月に一度学校内外のイベントに参加し、発表していました。</p> <p>また、社会福祉の授業(intro to the field of social work)で、大学付近の社会福祉施設で15時間ボランティアをしていました。内容は朝から昼にかけて、食べ物やホームレスや貧困層に配るものでした。</p>
留学を志す人へ	<p>留学は自分を見つめ直すいい機会でもあります。そのため是非、自分がなぜ留学していくのかをよく考えておくべきです。目標を持つことは、留学中に挫折したり、目的を失った時に自分を助けてくれます。目標は特に大きなものでなくても大丈夫です。留学で得られるものも変わってきます。</p> <p>留学ではホームシックになることもあると思いますが、それはカルチャーショックを受けているからです。異文化に適用している証拠だと考えられます。大変だとは思いますが、諦めず、何事もチャレンジすることが大切だと思います。</p>

一週間のスケジュール(例)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前中	授業	授業	授業	授業	授業		
	図書館	図書館	図書館	図書館	図書館	起床	起床
午後	授業	授業	授業	授業	授業	遊ぶ	遊ぶ
	帰宅	帰宅	帰宅	帰宅	ジム	遊ぶ	遊ぶ
夕刻	ジム	自習	自習	ジム	食事などの買い物	自習	自習
夜	自習	ダンスの練習	ダンスの練習	自習	パーティ	パーティ	自習