

留 学 報 告 書

記入日:2019年5月28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: University at Buffalo (ニューヨーク州立大学バッファロー校) 現地言語: 英語
留学期間	2018年8月～2019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	2019年5月20日
明治大学卒業予定年	2021年3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月下旬～12月下旬 2 学期:1月下旬～5月下旬 3 学期: (記入例/1学期:4月上旬～7月下旬, 2学期:9月中旬～2月上旬)
学生数	約 30,000 人
創立年	1846 年

留学費用項目	現地通貨 (ドル)	円	備考
授業料	0	0 円	
宿舍費	8000ドル	876000 円	
食費	328800ドル	360000 円	
図書費	150ドル	17000 円	
学用品費	50ドル	5500 円	
教養娯楽費	913ドル	100000円	
被服費	200ドル	22000 円	
医療費	0	0 円	
保険費	1370ドル	150000 円	形態:
渡航旅費	2740ドル	300000 円	
雑費	1200ドル	131500 円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
合計	18250ドル	200 万円	

渡航関連

渡航経路: 空路

渡航費用

チケットの種類	エコノミー
往路	約 160000
復路	約 150000
合計	約 310000

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。

アメリカ航空、JAL

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)

J1

2) 部屋の形態

個室 OR 相部屋(同居人数)

3) 住居を探した方法:

オンライン

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)

一人暮らしはお金はかかるけど個人の空間を保持できるので快適でした。

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: キャンパス内の病院を保険適用で無料で利用できました。

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。

特に問題はありませんでした。相談できるオフィスはありました。

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?

友達や先輩から聞きました。大学の周辺は非常に治安が良かったので犯罪に巻き込まれることはありませんでした。

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。)

アメリカの sim カードを買いました。wifi 環境は整っていますが、出かけるときにはネット環境が必要になってくるので、wifi だけで乗り切るのは難しいと思いました。

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。)

クレジットカードがほとんどで、たまにキャッシュが必要な場面もあるので少だけキャッシュを持っていきました。現地で銀行口座は開設しませんでした。

6) 現地では調達できない日本から持っていきべき物があれば教えてください。

コンタクト、日本食、お気に入りの化粧水、化粧品、薬

7) 【授業料負担型の方】授業料の支払方法、支払時期等について教えてください。(例: 渡航前に自分で指定したクレジットカードで支払った、現地で開設した銀行のチェックで支払った、渡航前に留学先大学から指示があった、渡航後のオリエンテーションで支払いに関する案内があった等)

卒業後の進路について

1) 進路
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input 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
ネットの情報サイトや、留学経験者からのアドバイス
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) ※1～3年生で、就職活動をこれから始める場合は、差し支えなければ現時点で希望する業界、職種等を教えてください。
旅行業、ブライダルなどのサービス業に興味があります。
4)就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスをお願いします。 (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。) ※1～3年生で、就職活動をこれから始める場合は、留学経験を通して就職活動に対する意識や希望する就職先の変化等を教えてください。
変化は特にありません。
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)をお願いします。
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をお願いします。

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):
Hip Hop and Social Issues	ヒップホップと社会問題
科目設置学部・研究科	American Studies
履修期間	8-12 月
単位数	3 単位
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	ゼミナール(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 50 分が3回
担当教授	
授業内容	ヒップホップの歴史、世界各地のヒップホップの特徴、ヒップホップ音楽が表しているものとは、社会問題との関わり
試験・課題など	レポート2つと、中間テストと期末テスト。
感想を自由記入	テストがすべて筆記だったため少し難易度が高かったが、ヒップホップを学ぶ貴重な経験だったので、ためになりました。ヒップホップ音楽が盛んなアメリカならではの授業だと思った。

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		社会学基礎	
科目設置学部・研究科	Sociology		
履修期間	8月～12月		
単位数	3単位		
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(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に50分が③回		
担当教授			
授業内容	社会学の基本的なことを広く浅く学ぶことができました。授業がレコーディングされているので、テスト前にすべて見返して学びなおすことができます。先生がとても面白いし、わかりやすく説明してくれたので、留学生でも好成績を狙えます。		
試験・課題など	学期に3, 4回テストがあり、ペーパーの課題も数個出ます。テストはすべて選択問題なので、勉強していれば取れる問題でした。		
感想を自由記入	社会学は広い範囲を扱う学問で、日常と密接しているので興味がわきやすかったし、基本的なことを丁寧に教えていただけるので、楽しみながら、学ぶことができました。		

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):	
Sociology of diversity		社会の多様性	
科目設置学部・研究科	Sociology		
履修期間	8月～12月		
単位数	3単位		
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(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に90分が2回		
担当教授	Richard Strahan		
授業内容	現代アメリカにおけるダイバーシティの意味とは何か。人種、民族、階級、宗教、セクシュアリティ、ジェンダーの側面から考えていく授業でした。		
試験・課題など	宿題として出された論文に対してのリフレクションペーパーが毎週あり、内容は難しく、量も多い印象です。テストは3回あり、選択問題とエッセーがあった。		
感想を自由記入	最も苦戦した授業でした。扱う内容が難しすぎて課題には相当な時間がかかりました。		

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):	
Social problem		社会問題	
科目設置学部・研究科	Sociology		
履修期間	8月～12月		
単位数	3単位		
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(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に90分が2回		
担当教授	Dr Christopher Mele		
授業内容	社会問題の提示と定義を学ぶ。その問題がどのような作られ、熟慮され、蘇飛手解決されていったかのプロセスも学ぶ。		
試験・課題など	4回の定期試験。すべて選択問題で勉強しておけば得点できるもの。		
感想を自由記入	幅広いピックを扱うので、一つのことを深くやるわけではなかった。		

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):	
Human Geograpgy		地理学導入	
科目設置学部・研究科	Geography		
履修期間	1月～5月		
単位数	3単位		
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(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に90分が2回		
担当教授			
授業内容	アメリカに関する地理学の導入。気候、歴史、民俗、言語など、すべてのことは地理的影響を受けていることを学んだ。		
試験・課題など	1つペーパー課題と、毎週ミニテストをオンラインで受け、定期テストは3回ありました。		
感想を自由記入	留学生にとってはテストでよい点を取るのがなかなか難しかったです。テスト範囲が毎回広いのが大変でした。		

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):	
Intorduction to Psychology		心理学導入	
科目設置学部・研究科	Psychology		
履修期間	1月～5月		
単位数	3単位		
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(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に50分が3回		
担当教授			
授業内容	心理学とは何かから始まり、脳の構造、人間の発達、モチベーションの原理、人間が持っている思い込みとは何かなど広く扱った。		
試験・課題など	試験は選択問題で4回あった。実験室へ行き院生による心理学のリサーチの手伝いも課題としてあった。		
感想を自由記入	もっとも興味がわく授業の一つだった。初めて知る人間の心理が分かり面白かった。理系的な要素もあったが覚えれば何とかになった。		

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):	
Sociology of gender		ジェンダー論	
科目設置学部・研究科	Sociology		
履修期間	1月～5月		
単位数	3単位		
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(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に90分が2回		
担当教授			
授業内容	ジェンダーの違いは小さい頃から社会から無意識に教えられていて、それが働く場面や子育ての際に表面化し、様々な問題を引き起こしていることを学んだ。		
試験・課題など	指定された本を読みそれに対するペーパーを書く宿題と毎週授業内で抜き打ちテストがある。毎週読む論文も宿題として出される。		
感想を自由記入	本を丸々2冊読むのは大変だったけど、その分理解につながったし、自信にもなりました。		

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):	
Families and Public Policy		家族と社会政策	
科目設置学部・研究科	Sociology		
履修期間	1月～5月		
単位数	3単位		
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(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に50分が3回		
担当教授			
授業内容	アメリカにある社会問題、特に貧困家族に焦点を当て彼らを取り巻く環境と、それに対する社会政策を学んだ。		
試験・課題など	一つ自分の興味のある社会問題を決めそれに対する調査をする。表やグラフを使って数値を出しながら分かったことを一つにまとめポスターを作るのが最終課題だった。		
感想を自由記入	ひとつに焦点を当てるのでその分野は詳しくなれ、新たに学ぶことができた。数値からグラフを自ら作るのは良い経験になった。		

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

2017年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	TOEFL 勉強
10月～12月	留学先検討
2018年 1月～3月	出願 選考
4月～7月	
8月～9月	留学開始 秋学期スタート
10月～12月	中間試験 期末試験
2019年 1月～3月	春学期スタート
4月～7月	中間試験 期末試験 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	留学することで英語力を向上させたいと思ったのと、自発的に何かをする積極性を身につけたいと思ったからです。昔から海外旅行によくいく家庭で、海外志向でした。英語も高校生の内から力を入れていて、大学生になったら留学しようと考えていました。厳しい環境に身を置くことで人間的に成長できると思ったので留学したいと思いました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	長時間英語を聞くことになれておくことです。私は最初英語を聞くのに慣れていなくて、授業を最初から最後まで集中して聞くことができませんでした。そのため理解度も低く授業についていけなかったと思います。少しでも多く聞き取るためにも、できるだけたくさん英語を聞き、耳を鳴らしておく必要があると感じました。
この留学先を選んだ理由	アメリカのニューヨーク州にある大学で、カナダとのほぼ国境付近でもあり、ニューヨークという町と、カナダのトロントという町のどちらにもおとづれることができるので立地がいいと思いました。また総合大学なので、科目数も多く興味のある授業が必ず見つかるというメリットもありました。
大学・学生の雰囲気	ニューヨーク州立大学の中では一番大きい学校なので生徒の数がとても多くいます。また人種もばらばらで白人黒人アジア人インド人と多種な人が通っています。学生はまじめに授業に参加していて積極的に発言したり、質問をしたりしている印象でした。
寮の雰囲気	寮では建物ごとにイベントがよく行われていて、学生が楽しめるように工夫されていました。フリーフードが配られていることもたまにありました。階ごとにフロアミーティングがあり、同じ会の仲間とは顔見知りになります。ほぼ穏やかな雰囲気、金曜の夜は皆外へ遊びに行くのでとても静かになります。
交友関係	一期一会を大切にしました。学期はじめはオリエンテーションやイベントが多く友達でお作る機会がありました。そこでしゃべった子と、のちのち仲良くなることもありました。私は日本語を万でいる学生にチューターとして教えていたので、そこでたくさん知り合いや友達ができ、彼らも日本に興味があつたりするので仲良くなりやすかったです。
困ったこと、大変だったこと	留学中に何度か高熱になり、薬も効かずなかなか治らないことがありました。病院に行っても特に解決することがなく、その間授業に出ることもできなかったので大変でした。アメリカの薬は強すぎて、副作用がでると聞いたので、日本からたくさん薬を持っていくことをお勧めします。
学習内容・勉強について	私は社会学を専攻していました。基本的には教授の話聞いていますが、抜き打ちでクイズが出たり、グループワークをやることもあり。予習復習していないと困ることが多くあったので、なるべく取り組むことにしました。社会学はたくさん文献を読んでレポート書くことが多かったため、専門的な文献を読む力がつきました。日本語で同じ内容を WEB で探しても出てこないこともあり、英語で理解しなければならぬので、勉強にはかなり時間がかかることもありました。
課題・試験について	課題の量は日本とは比べ物にならないくらいあります。学期を通してコンスタントに課題が出ます。計画的に行わないと、他の課題とかぶったりテストの日程とかぶってしまうこともあるので予定を立てるのが大切だと思いました。テスト習慣は 24 時間空いている図書館にこもって取り組むこともあり。留学生だけでなく現地の学生も同じように図書館で勉強しなければならないほどのこともあります。

大学外の活動について	日本語学校のボランティアを毎週土曜日の午前中行いました。小学1年生のクラスに一年間入り、子供たちのサポートしました。
留学を志す人へ 「これを知っておいて欲しい」と思うこと、アドバイス等	自分から何とかして状況を変えようとする心持が大切だと思います。海外で一人で暮らすことは毎日が戦いで、日本での常識はそこでは通用しないし、困ったことも日々起こります。そのことに対していかに自分で解決できるか、困ったときに人に相談できるかが非常に大切です。振り返ったときに自分頑張ったなと思えるよう、日々何かをトライして頑張ってください。

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						日本語学校 ボランティア	
		授業		授業			
午後	授業		授業		授業	買い物	
	自習	授業	自習	授業	自習		
夕刻	日本語チューター						
夜		自習		自習		自習	自習