

留 学 報 告 書

記入日:2019年5月15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	アメリカ合衆国
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: サザンイリノイ大学カーボンデール校 現地言語: Southern Illinois University Carbondale
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13日
明治大学卒業予定年	2020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 月中～12 月中旬 2 学期:1 月中旬～5 月上旬 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 13,000 人
創立年	1869 年

留学費用項目	現地通貨 (\$)	円	備考
授業料		円	授業料免除
宿舍費	\$ 10,622.00	1,179,042 円	食事プラン込み (※\$1=111 円換算)
食費		円	学生食堂(宿舍費に含む)
図書費		円	
学用品費	\$170.00	18,870 円	
教養娯楽費	\$300.00	33,300 円	
被服費	\$500.00	55,500 円	
医療費		円	
保険費	\$2,390.00	265,290 円	形態:明治大学と留学先大学でのダブル加入
渡航旅費	\$2,360.00	261,960 円	
雑費	\$100.00	111,000 円	
その他	\$2,500.00	277,500 円	休暇中の旅費
その他		円	
その他		円	
合計	\$18,942.00	2,102,562 円	

渡航関連

渡航経路: 往路: 成田→ダラス→セントルイス、復路: シカゴ→香港→羽田

渡航費用

チケットの種類

往路 ￥141,800

復路 ￥94,410

合計 ￥236,210

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。

ANA

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1人)

3) 住居を探した方法:

留学先大学ホームページ

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)

大学寮は基本的に2人1部屋で、トイレとシャワーは隣部屋に住む学生を含めた4人での共有。部屋には学習机とベッド、クローゼット(各2個)、洗面台、冷暖房が備え付けられている。部屋ではプライベートの空間は全くなく一人の時間を確保することが難しい。寮には共同の洗濯機・乾燥機がありいつでも利用可能だが、それぞれ3台ずつしかないため必ずしも使用できるとは限らない。キッチンはなく食事の際は寮とは別の学生食堂に行く(徒歩2分)。ミールプランに加入することで一日に何回でも利用可能。私のいた寮の周辺には同様の学生寮がいくつも密集していたが主に現地の学生用で留学生は数人しかいなかった。

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。

留学生担当の機関があり相談可能だった。利用の機会はなかったが、友人が相談した際には対応も迅速で非常に協力的だった。

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?

キャンパス内の寮に滞在していたため比較的安全だったが、盗難対策のためパソコンや現金など、貴重品や高価なものは部屋の中であっても引き出しに鍵をかけて保管した。

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。)

寮のインターネット接続が不安定になる時があったが、1か月に1、2度の頻度だったのでさほど問題なかった。

5) 現地での資金調達はどうに行いましたか? (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。)

渡航の際に現金で10万円ほど持参した。現地での買い物は基本クレジットカードを利用したいため、当初持っていった現金で十分だった。

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。

大学周辺に大型スーパーやショッピングモールがあり、ほとんどのものは手に入る。生活用品をすべて日本から持っていくのは荷物が増え大変なので最低限のものだけを持参し、寮についてから生活するうえで必要だと感じたものを買えば足すほうが効率が良いと思う。ただ、冬の寒さが厳しいので防寒具は日本から持っていくとよい(ダウン等冬服は出費がかさむため)。特にカイロはあると役立つ。

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
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。
サービス業またはメーカー希望
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。
留学前から観光業界に興味があったが、留学先で履修したツーリズムの授業やアメリカ国内の旅行経験を通してより関心が高まった。
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。
26 単位	<input checked="" 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):
Environmental Conservation	環境保護
科目設置学部・研究科	Geography
履修期間	Fall 2018
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、ディスカッション(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	Julie M. Weinert
授業内容	自然環境や動植物に関する基礎に加え、環境汚染・地球温暖化などの環境問題とその対策について学ぶ。
試験・課題など	週 1 回の小レポート課題と学期末レポート課題、授業内でのクイズ(不定期)、計 3 回の試験
感想を自由記入	グループディスカッションが多く、ただ知識を得るだけでなくそれらを用いて環境問題について自らの考えを持ち理解を深めることができた。

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):	
World Geography		世界の地理学	
科目設置学部・研究科	Geography		
履修期間	Fall 2018		
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	講義形式(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	Julie M. Weinert		
授業内容	世界の国々を政治、経済、文化など多様な側面から学び理解を深める。		
試験・課題など	週 1 回予習を兼ねた調べ学習課題、学期末レポート課題、授業内クイズ(不定期)、計 3 回の試験		
感想を自由記入	この授業は学ぶ範囲が広いことに加えて、暗記すべき事柄も多く予習復習が大変だった。ただ、観光業に関心があるので世界の国々について学ぶのは興味深かった。		

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):	
Intro to Hospitality & Tourism		入門ホスピタリティ&ツーリズム	
科目設置学部・研究科	Hospitality & Tourism		
履修期間	Fall 2018		
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	チュートリアル(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に 75 分が 2 回		
担当教授	John R. Farrish		
授業内容	主にアメリカ国内における観光業について学ぶ。ホテル業界、航空業界、飲食業など幅広い分野についてふれる。		
試験・課題など	3 章ごとの試験、グループワーク課題、学期末グループプレゼンテーション		
感想を自由記入	少人数での授業ということもあり、主にディスカッション形式で授業が進められた。参考書はあくまで自分の理解を助けるためであり、授業内では自らの経験や意見を踏まえての発言が求められた。教授がスライドや黒板の使用を好まず、口頭のみでの授業だったためノートをとるのが大変だった。ただ授業内容は非常に興味深かった。		

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):	
Speaking & Listening in ESL		スピーキング&リスニング	
科目設置学部・研究科	Linguistics		
履修期間	Fall 2018		
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	講義形式(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に 50 分が 4 回		
担当教授	Shannon M. McCrocklin		
授業内容	基礎的なスピーキングとリスニング		
試験・課題など	試験・課題なし		
感想を自由記入	英語を母語としない人向けの授業だったが、基礎的で簡単な内容のため正直物足りなさがあつた。		

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):
Comm Across Culture	文化間コミュニケーション
科目設置学部・研究科	Communcation Studies
履修期間	Spring 2019
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、ディスカッション(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に 75 分が 2 回
担当教授	Tao Zhang
授業内容	異なる文化が共存する現代社会における相互理解、争い、差別など文化間で起こり得るあらゆる事柄について学ぶ。
試験・課題など	2 章ごとの小テスト、中間・期末の計 2 回の試験、グループプレゼン 1 回、2 度のエッセイ課題とその都度のプレゼン発表
感想を自由記入	この授業では発言が強く求められ、毎時間ディスカッションの時間が設けられた。また、計 3 回のプレゼン発表もあったため、この授業のおかげで人前で意見を述べることに慣れることができた。異文化を持つ日本人としての経験を生かすことのできたクラスだった。

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):
Personal Nutrition	栄養学
科目設置学部・研究科	Human Nutrition & Dietetics
履修期間	Spring 2019
単位数	2
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	講義形式(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に 50 分が 2 回
担当教授	Afroza Hasin
授業内容	栄養学の基礎を学ぶ
試験・課題など	3~4章ごとの計 4 回の試験、オンライン上でのクイズ(各章)
感想を自由記入	栄養学は学んだ知識を日常生活の中で応用する機会も多く、非常に興味深かった。グループでの活動はなく常に講義形式で授業は進められた。

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):
Race & Ethnic Relations in US	アメリカ社会における人種・民族関係
科目設置学部・研究科	Sociology
履修期間	Spring 2019
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、ディスカッション(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	Wendy N. Bressner
授業内容	アメリカ社会に残る人種差別や民族間の問題についてディスカッションを中心として学ぶ。
試験・課題など	週 1 回の小レポート課題、計 3 回の試験(エッセイ形式)
感想を自由記入	クラス内に白人・黒人・ラティーノ・アジア人がいたためそれぞれが自らの立場を踏まえ人種・民族問題について意見を共有しあう非常に興味深い授業だった。毎時間ディスカッションでは熱く議論が行われた。

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):	
Women & Men in Contemp Society		現代社会における男女	
科目設置学部・研究科	Sociology		
履修期間	Spring 2019		
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、ディスカッション(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に 75 分が 2 回		
担当教授	Danijela Cvetkovic		
授業内容	LGBTQ にみられる性差別や性認識の葛藤、また現代社会における男女間の役割や待遇の差、不公平性など、「性別」に関係するあらゆる問題について考え理解を深める。		
試験・課題など	計 4 回のテスト(エッセイ形式)、学期末レポート課題とそのテーマに応じたプレゼン発表		
感想を自由記入	ひたすら討議しあうクラスだったため最初こそ自分の意見を述べる事ができなかったが慣れてきてからは発言もできるようになり楽しく、かつ深く学ぶことのできたクラスだった。		

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):	
Multicultural Foods		食の多様性	
科目設置学部・研究科	Hospitality & Tourism		
履修期間	Spring 2019		
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	オンライン授業(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に 分が 回		
担当教授	Sylvia Thoms		
授業内容	世界の食の多様性について宗教や経済、文化などの観点から観光業とも結びつけて学んでいく。		
試験・課題など	2 週間で平均 4 章学ぶ。2 週間単位で一区切りになっており毎回オンライン上でのディスカッション課題が2つ、エッセイ課題が1つ、テストが1つ実施される。最終課題では自らと異なる食文化を持つ人に実際にインタビューをし、それをもとに5分程度の動画作成が求められた。		
感想を自由記入	オンラインコースのため自分で時間を選び進めることができるのは良かったが、予想していた以上に課題やテストが多く計画的に進めていくことに苦労した。		



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	TOEFL 受験に向けての勉強
8月～9月	TOEFL 受験
10月～12月	留学応募に向けての準備
2018年 1月～3月	留学先大学の決定
4月～7月	VISA 申請 留学先大学への必要書類の準備 履修登録や大学寮への入居手続き アパートの契約解除と引っ越しの手続き(一人暮らしのため)
8月～9月	留學生活の開始 8/12～ 秋学期開始
10月～12月	～12月中旬 秋学期
2019年 1月～3月	カナダ・アメリカ国内旅行(冬季休暇中) 1/14～ 春学期開始
4月～7月	～5月中旬 春学期 帰国(5月)
8月～9月	
10月～12月	

留学体験記

留学しようと決めた理由	大学入学後周りの生徒との語学力の差に愕然とし、英語圏に身を置くことで自分の語学力を試しそして高めていきたいと思ったからです。加えて、母国以外での生活経験は自身の視野や考えを広げ、自らを成長させることにつながるのではという思いも留学を志す決め手になりました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	留学の機会を得るためには TOEFL や TOEIC など語学検定の勉強に励むことはもちろん必要ですが、それに加えて自分の習得したい言語で映画を見ること、積極的にその言語を話す機会を設けること(留学生との交流等)で自然な表現やネイティブの好むフレーズ、話題などに慣れておくことをお勧めします。
この留学先を選んだ理由	この留学先大学を選んだ理由は明治大学からの募集人数が 1 名のみだったこと、総合大学として幅広い学部の授業が履修可能であったことの 2 つです。留学をするからには日本人のコミュニティで過ごすのではなく現地の人と関わりたいという思いが強く、日本人留学生が少ない環境に身を置くことが成長につながると考えました。また、私の興味ある観光学やコミュニケーション学の授業が豊富にあったことも留学先を決める際の決め手となりました。
大学・学生の雰囲気	私が滞在した大学寮はトムソンポイントと呼ばれるいくつもの寮が密集している場所にあったため、常に多くの学生が行き来し賑やかな雰囲気でした。また、寮に住む学生の大半が1、2年生だったこともあり、どの学生も活発でフレッシュさ溢れる気さくな人が多かったように思います。
寮の雰囲気	私の滞在した学生寮には約 100 人の学生が暮らしていました。そのうち留学生は私を含め前期は 6 人、後期は 3 人と非常に少なかったのですが、同じ寮に住む学生は気さくな人が多くすぐに打ち解けることができました。寮単位での交流はなかったのですが、フロアごとに勉強会や映画鑑賞会が行われることがあり自由に参加することができました。また、同じフロアに住む学生とのグループチャットがあり何か困ったことや頼みごとがある時に気軽に相談し合える環境でした。
交友関係	私は偶然同じ授業を履修していた学生の一人と仲良くなったことがきっかけでパーティーや遊びに誘ってもらえるようになり、その都度出会った人と連絡先を交換するうちに自然と交友関係が広がりました。日本にいたときは大人数で過ごすタイプではなかったのですが、現地では留学当初は想像できなかったほど多くの方と知り合うことができ、素敵な友人を得ることができました。非常に恵まれた環境で過ごすことができ毎日があっという間でした。
困ったこと、大変だったこと	サンクスギビングや冬休みなど休みの度に寮が閉まってしまうため、滞在先を探すことに苦労しました。友人宅に泊めてもらったり、旅先では安価な宿を探すなどしてできる限り出費を抑えられるように工夫しました。
学習内容・勉強について	どの授業でも最低 1 人は授業内でわからないことを聞いたり、一緒に課題に取り組んだりできる友人を作ったことで授業にはしっかりとついていくことができました。ただ、専門用語を覚えることだけは人の助けを借りてどうにかするものではないため多少苦労しました。
課題・試験について	試験期間には友人と図書館で半日以上過ごすこともありました。後期は特にプレゼン課題やビデオ制作課題などが多くあったため、友人にプレゼン練習に付き合ってもらいアドバイスをもらうなどしました。留学当初は発音やイントネーションに自信がなくプレゼン発表が重荷だったのですが、何度も経験するうちに人前に出て話をするにも慣れ、わずかながら成長を感じることができました。

大学外の活動について	印象に残った活動として、映画先行の友人が監督を務め制作した映画にキャストとして参加させてもらったことです。完成後は実際の映画館での試写もあり、非常に貴重な経験となりました。また、インターナショナルフェスティバルが開かれた際には数人の日本人の方と日本料理を準備しボランティアとして参加しました。
留学を志す人へ	一つ言えることは留学は自分次第でよい経験にもそうでないものにもなり得るということです。自分が留学を通して何をしたいのかはっきりしておくことが充実した留学生活につながると思います。例えば海外で友人を作りたい、英語を話したいという理由で留学を目指しているのだとしたら、それに加えて自分は何分野を学びたいかまで考えるといいと思います。留学先で同じ関心を持った人と出会える確率も上がり、留学中に得た人脈は帰国後に役立つときがきっと来ると思います。皆さんが刺激的で最高な留学の機会を得ることができるよう願っています。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	授業	授業	授業	授業	授業	課題/外出	課題/外出
午後	授業		授業		授業	課題/外出	課題/外出
		課題		課題	ジム		
夕刻	課題	課題	課題	課題	課題		
夜	自由時間 (自室)	自由時間 (自室)	自由時間 (自室)	外出	外出	外出	映画鑑賞

