

留 学 報 告 書

記入日: 2018年6月7日

所属学部／研究科・学科／専攻	国際日本学部
留学先国	カナダ
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: ヨーク大学 現地言語: York University
留学期間	2017年9月～2018年4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	リベラルアーツ学部 <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。
帰国年月日	2018年5月17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: 9月から12月下旬 2学期: 1月上旬から4月 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	50,000
創立年	

留学費用項目	現地通貨 (カナダドル)	円	備考
授業料		円	明治大学授業料のみ
宿舍費	6,200	560,000円	
食費	4,500	400,000円	ミールプラン 3000ドル含む
図書費	200	18,000円	
学用品費		円	
教養娯楽費		円	
被服費	600	54,000円	冬対策ダウンコート 380ドル、ブーツ 200ドル
医療費		円	
保険費	1,450	130,000円	形態: 明治大学保険 95,000円 ヨーク大学保険 410ドル
渡航旅費	2,550	230,000円	
雑費	400	円	寝具、冷蔵庫、電子レンジ
その他		円	
その他		円	
その他		円	
合計	16,000	1,450,000円	1ドル=90円



渡航関連

渡航経路: 往路: 成田ーアメリカ(旅行)ートロント 復路: ペルーアメリカ(経由)ー成田

※留学前後で旅行をしたので日本からカナダへ直接行くより高くなってしまっています。参考程度にお願いします。

渡航費用

チケットの種類	
往路	10万
復路	13万
合計	23万

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。

格安飛行機が一覧になっているサイトを調べ上げ、安いものを選択しました。

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)

アパート

2)部屋の形態

個室 OR 相部屋(同居人数1)

3)住居を探した方法:

学校から寮の案内が来てすぐに寮を申し込みました。ホームページで調べてから自分の希望に合う欄にチェックをし、寮の申請をします。

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)

学校から寮の案内が来てすぐに申請をしましょう。私もすぐにしたのですが、何故かキャンパス内のパートに入れられてしまい、現地に着いてから日本人の交換留学生がみんな同じアパートに入れられてしまったことが分かりました。全員寮を申し込んでいたとのことで、日本人がこうして寮ではなくアパートにまとめられてしまったのは正直残念でした(アパートに住んでいた多くは一般家庭です)。寮への移動を何度もお願いに行きましたが最後まで移動は出来ず学生寮生活ができなかったのは心残りです。

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。

現地で仲良くなった友達やルームメイトに相談していました。また、York Internationalという留学生のためのオフィスがあり、そこで相談出来ました。

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?

外務省の海外在留届を提出していたので、カナダ(トロント)の危険地域情報はメールで受信することが出来ました。実際に犯罪には巻き込まれませんでした。特に地下鉄やバスに乗る際や夜には身の回りのものに注意して行動していました。

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。)

キャンパス内のすべての寮にはwifiが設置されていたのですが、私の住んでいたアパートには通っておらず自分でネット回線を繋いでwifiを設置しました。キャンパス内は基本的にどこでもwifiが通っています。私のiphoneはsimカードを抜くことが出来なかったためwifiが通っているところしか使えませんでした。学校内、地下鉄の駅にはwifiが通っていたのでそこまで不便ではありませんでした。現地のセブンイレブンで買えるプリペイド式のSpeakOutという携帯を、電話とテキストのために購入し利用していました。もし外出中もデータを利用したいようでしたら現地の携帯会社と契約した方が良いと思います。

5)現地で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。)
海外キャッシング付きのクレジットカードを作り、日本の口座から現地の ATM でお金を引き下ろしています。クレジットカードは場所によって使える会社が違うので、様々な会社のものを用意し、紛失や盗難の際に備えて緊急連絡先もメモしておきました。現地で口座を開き(キャンパス内に BMO という銀行があります)、そこに送金してもらうこともできますが、住居費などの大きなお金は、Western Union Business Solutions という仲介会社を利用した bank-to-bank transfer サービスを利用して日本から振り込みをするのが留学生にとって最も簡単な方法だと大学側から紹介されます。私は BMO で無料で口座を開設しましたが、住居費等の高額なお金は bank-to-bank transfer サービスを利用したので実際にはあまり活用しませんでした。
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。
日本食は現地のアジア系スーパーで購入出来るので荷物に余裕があれば持っていく程度で良いと思います。ご飯が電子レンジで簡単に炊けるちびくろちゃんは大変便利でしたのでお勧めします！
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。
留学をして色々な業界に興味を持ったので未だ検討中です。 じっくり考えて行きたいと思います。
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。
日本人の交換留学生で一年先輩の方がボストンキャリアフォーラムに行かれて内定を頂いていました。事前にしっかり準備をしていたそうで大変刺激を受けました。私も早め早めから動き出して可能性を最大限に活かせるように幅広い視野で取り組んで行きたいです。
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)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。
21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):
Thinking about Contemporary Canada	現代カナダ
科目設置学部・研究科	Humanities
履修期間	9月から4月
単位数	6
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	少人数講義(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に180分が1回
担当教授	Beata Piechocinski
授業内容	カナダの社会や文化について学びます。移民制度やそれに伴うメリット・デメリット、住居問題、先住民、政治のことなど幅広く学びました。
試験・課題など	秋学期と冬学期にそれぞれ期末ペーパー、プレゼンテーションが1回ずつありました。プレゼンテーションはどちらもグループで行いました。冬学期はストライキの影響で無くなってしまいましたが、それぞれのタームで期末テストもありました。その他、授業内で行われる小課題がいくつかあり評価対象となっています。毎回の授業で主にテキストに載っている文献を次回までに読んでくれることが予習となっています。
感想を自由記入	少人数クラスだったので積極的に授業に参加しやすく、グループプレゼンテーションなどを通してクラスメイトと親しくなることも出来ました。移民政策など日本とは違ったカナダの社会や文化を学べて面白かったです。
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):
Language in Use	言語使用
科目設置学部・研究科	ESL
履修期間	9月から4月
単位数	6
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	少人数講義(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に180分が1回
担当教授	Jacqueline Ng
授業内容	ESL の生徒向けのクラスで、英語(言語)についてバイリンガル教育の利点・欠点、言語数の減少、ICT の活用、アイデンティティの問題等、様々なアプローチで学びます。
試験・課題など	プレゼンテーションが年間二回、期末ペーパーが各学期にあり、冬学期は期末テストもあります。予習は指示された文献を読むことです。また、授業内の小課題も評価対象です。
感想を自由記入	教授が素晴らしい方で、本当に沢山のことを学びました。英語について今までこれほど様々なアプローチで考えたことがなかったので非常に興味深い授業でした。プレゼンテーション力やエッセイを書く力も向上したと思っています。

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):
Contemporary Japanese Culture and Society	現代日本の文化と社会
科目設置学部・研究科	Japanese
履修期間	9月から4月
単位数	6
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180分が1回
担当教授	Cary S. Takagaki
授業内容	日本の社会や文化について、伝統、宗教文化、歴史、文化の発達、人間性など様々な視点から学びます。
試験・課題など	ブックレポートと映画レポート、リサーチペーパー、テーマ自由のプレゼンテーションが1回ずつと、授業の最初に行なわれるクイズ10回で評価されます。
感想を自由記入	今まで日本を外の視点から見たことがなかったので新しい視点で学びたいと思い受講しました。当たり前と思っていた習慣や文化が、そうではなく日本独自の誇れるものであったり、日本のことについても新たな気づきがあったりと、学ぶことが多かったです。

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 Business	ビジネス入門
科目設置学部・研究科	Administrations
履修期間	1月から4月
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(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に180分が1回
担当教授	Jenna Sweiss
授業内容	ビジネスの入門の授業で、外的要因、内的要因や様々な説を学びます。
試験・課題など	ケーススタディのペーパー提出二回と中間試験、期末試験があります(3時間)。教科書一章分とケーススタディ1つを読んできてくれることが毎回の課題です。
感想を自由記入	今までビジネスを習ったことがなかったので好きな授業が取れる留学の機会を活かして受講を決めました。初めは予習の量が多く、専門分野外の内容を英語で学ぶのについていくのが大変でしたが、新しい知識が沢山増えて時間を注いで勉強した甲斐がありました。



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

2016年 1月～3月	
4月～7月	TOEFL の勉強
8月～9月	TOEFL の勉強、受験
10月～12月	TOEFL の勉強、受験 留学計画書作成、提出 面接
2017年 1月～3月	留学先決定 学校情報収集
4月～7月	学校情報収集 手続き書類作成 寮申請 授業登録 ビザ取得 英語の勉強
8月～9月	学校情報収集 出発 留学前旅行 オリエンテーション 秋学期開始
10月～12月	秋学期中間試験 明治大学ゼミ試験勉強 冬休み旅行
2018年 1月～3月	冬学期開始 冬学期中間試験
4月～7月	冬学期期末試験 留学後旅行 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	高校一年生の時にオーストラリアに2週間留学をしたことが私の中で大変思い出深く濃い2週間で、それをきっかけに大学では長期留学をしたいと考えていました。語学や勉強面はもちろんのこと、今まで日本で家族と一緒に暮らしてきた私にとって、長期留学をすることは人間的にも成長できる良い機会だと思い留学への志望を固めました。学部のプログラムも考えましたが、より長く留学できる協定留学(交換留学)を目指すことを決めました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	まず TOEFL の条件を満たすために勉強することが第一です。TOEFL は形式が独特ですので沢山勉強をして形式に慣れることが大事だと思います。そして TOEFL のスコアだけでなく学校の勉強にも精一杯励み、高い GPA を維持することが出来るように心掛けました。留学が決まる以前には明治大学の留学カウンセラーの方に TOEFL の対策や留学全般の疑問を聞いたり、留学計画書の相談にのって頂いたりし、的確なアドバイスを頂きました。学校が決まってからはホームページで住居や授業等の学校全般の情報収集に努めました。また、以前ヨーク大学に留学された先輩やヨーク大学から明治に交換留学に来ている方の連絡先を事務室の方から教えて頂き、メールで質問を聞いたり直接会ってお話を伺ったりもしました。 大学の講義は想像以上に難しく初めは慣れるまで大変だったので、リスニング力をもう少しあげて行くべきだったと思っています。日本で何を学んでいたかもよく聞かれるので答えられるようにしておくと思いいます。
この留学先を選んだ理由	大学一年の夏に母とカナダに旅行をし、移民国だけあって本当に世界中から沢山の人々が暮らしているという多様性に感銘を受けました。人々や国の雰囲気は暖かく、大変居心地の良いものでした。協定留学を志望することを決め留学先を考えた時、多様性が尊重されている環境で暮らし、他国の文化や人間性を身に付けたいと思い、カナダが相応しいとすぐに感じました。ヨーク大学はカナダの中でも特に多国籍都市であるトロントに位置し、留学生を多く受け入れている学校だったので興味を持ちました。
大学・学生の雰囲気	ヨーク大学はキャンパスが非常に広く、学生数も 50,000 人と信じられないほど多いです。キャンパスを歩いていると純カナダ人に会うのが難しいと言っていいほどに、世界 170 もの国から人種、文化、宗教、年齢の違った人々が集まっていて一つの都市のような感じがします。自然に囲まれた豊かな環境で大変居心地がいいです。キャンパス内にはレストランが数多くあり(フードコートのようなもの)、世界各国の料理が集まっています。 大人になってからでも学びたいという意欲を持った方が沢山いらして授業を受けています。国籍も年齢も異なる学生が同じ授業を受けているのは新鮮な気持ちでしたが、モチベーションが高い学生が多く、刺激になりました。
寮の雰囲気	上の項目で述べた通り、寮の案内が来てすぐ申し込んだのですがキャンパス内のアパートに入れられてしまい、周りには一般の家族の方が住んでいて共有スペースも無かったために、私はアパートでの学生との交流はありませんでした。寮生活を送ってみたいだけに住居に関しては大変残念な思いをしました。結果的に最後まで移動することは出来ませんでしたが、何度もオフィスを訪ねて移動をお願いしたり、授業後も部屋に戻らず自分から積極的に友達を作るように努力したり、この困難を乗り越えるために自分がしてきたことは成長に繋がったのではないかと思います。寮に住んでいる友達のところへは何度も遊びに行かせてもらい、共有スペースなどで過ごしました。寮ごとにイベントも時々開催されているようでした。
交友関係	York Internationa という団体があり、留学生向けのイベントやサポートをして下さるので、そこが開催するイベントに参加するようにし友達を作りました。また、日本に興味がある学生のサークルにも参加したので友達が沢山出来ました。彼らとはよくご飯を食べに行ったり、ホームパーティをしたり、サークルのイベントのスキー旅行にも一緒に行ったりし、沢山の思い出になりました。親友と呼べるほどの仲の良い友達もでき、本当に嬉しいです。交流が増えると思うので何か興味があるサークルや団体に入ることをお勧めします！

困ったこと、大変だったこと	一番大変だったことは上に述べた通り、寮のことです。住居では交流が無かったので自分から積極的に外に出て友達を作る努力をしました。また、3月から TA を中心にした団体によるストライキが起こり、履修していた授業のうち半分の授業が無くなってしまった事は、本当に想定外で残念でした。学校に来る生徒の数も激減しキャンパスも閑散としてしまい驚きました。無くなった授業の空き時間を無駄にしないよう、ボランティアに参加したり、今まで以上に友達と出かけて思い出を作ったり、折角の貴重な日々を無駄にしない様に心がけました。
学習内容・勉強について	私は興味がある分野の授業を幅広く履修しました。積極的に授業に参加しやすいように少人数クラスの授業を選びました。授業では日本よりもアクティブでグループワーク、ディスカッションや意見を求められる機会が多かったです。カナダの社会や文化について学ぶ授業では移民制度やそれに伴うメリット・デメリット、先住民のことなど様々な内容を学びました。また、日本を外側の視点から見たことがなかったので日本の社会や文化を学ぶ授業も履修し、当たり前と思っていた習慣や文化が、そうではなく日本独自の誇れるものであったり、新たな気付きが学ぶことがあったりと、面白かったです。
課題・試験について	課題量は多かったです。予習として次週までに指示された文献を読んで理解してくることは、どの授業にも課されていました。特に多かった授業では教科書1章分を1週間以内に読まなければならなかったので慣れるまでは寝る時間を削ったこともあり、本当に大変でした。試験は3時間の記述式、提出するペーパーの枚数も多いなど、特に中間期末の時期は課題や勉強に追われていましたが、頑張った成果が結果に出た時は本当に嬉しく、モチベーションになりました。
大学外の活動について	ボランティアを経験してみたかったので、インターネットから探し家族向けのイベントのお手伝いをしました。朝から晩まで大変でしたが、小さな子供たちのエネルギーを感じ、幸せそうな両親の姿を見て癒されました。ネットで検索すると情報がたくさん載っているので調べてみると良いと思います。また、ヨーク大学が試験会場となっていた日本語検定の試験監督のお手伝いもしました。小さい子からご年配の方まで国籍を問わず受けていたので驚きました。とても良い経験ができました。
留学を志す人へ	しっかりと事前に準備して、目標を持って望めばとても充実した留学生活になると思います。せっかくの貴重な機会を無駄にしないように、何事にも挑戦する心を持って過ごすことが大切です。また、留学中困難に直面するのは当たり前のことです。大変なことがあっても「自分で絶対に乗り越えて成長してやる！」という意気込みを持って、諦めずに頑張りたいです。良い経験も悪い経験も全部自分自身の成長に繋がると思います。全力で楽しんで、実りある留学生活を送ってください。応援しています！！

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	自習	自習	ESL Center	授業	自習	ジム	自習
	授業	授業	ESL Center	授業	自習	ジム	自由時間
午後	授業	授業	ジム	Coffee Break(留学生交流)	自習	自由時間 (ダウンタウンにでかける等)	自由時間
	自習	自習	自習	授業	自習	自由時間	自由時間
夕刻	自由時間	サークル	自由時間	授業	自由時間	自由時間	自由時間
夜	自由時間 自習	自由時間	自由時間	自習	自由時間	自習	自習