

# 留 学 報 告 書

記入日: 2016年2月10日

所属学部／研究科・学科／専攻	理工学部応用化学科
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: ミネソタ州立大学モアヘッド校 現地言語: Minnesota State University Moorhead
留学期間	2015年8月～2015年12月
留学した時の学年	4年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	4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	2016年1月11日
明治大学卒業予定年	2016年3月
<b>留 学 先 大 学 に つ い て</b>	
形態	<input type="checkbox"/> 国立 <input type="checkbox"/> 公立 <input checked="" 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月上旬～5月下旬
学生数	約6,600人
創立年	1888年

留学費用項目	現地通貨(ドル)	円	備考
授業料	\$3597.50	円	
宿舍費	\$2424.00	円	
食費	\$1270.00	円	
図書費	\$200.00	円	本を買うか、借りるかによって変わります。
学用品費	\$535.71	円	施設使用料等
教養娯楽費		円	
被服費	\$400～500	円	冬用のコート、ブーツ、冬服等。
医療費	\$15	円	風邪薬等
保険費	\$482.00	円	形態:
渡航旅費		270,000円	
雑費		円	
<b>合計</b>	<b>\$9024.21</b>	<b>円</b>	

## 渡航関連

渡航経路: 成田→シカゴ→ファーゴ

渡航費用

チケットの種類	往復
往路	_____
復路	_____
合計	約 27 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。

阪急交通社の留学生用のチケットを利用しました。

## 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)

寮

2)部屋の形態

個室 OR 相部屋(同居人数 2)

<b>3)住居を探した方法:</b>
入学申し込みの際に応募しました。
<b>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)</b>
友人ともすぐに会うことができるので、おすすめです。
<b>現地情報</b>
<b>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?</b>
<input checked="" type="checkbox"/> 利用する機会が無かった <input type="checkbox"/> 利用した:
<b>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。</b>
International Student Office、大学の教授、Housing Office 等、問題に応じてそれに関連するオフィスに行き、相談しました。
<b>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?</b>
田舎なので比較的治安もよく安全ですが、犯罪者が近くにいる等の情報は大学からメールでお知らせが来ていました。
<b>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。)</b>
寮の部屋によっては Wi-Fi がつながりにくいこともあります。私は友人から中古で Wi-Fi ルーターを購入して使用していました。学内のカフェ等は Wi-Fi がよく繋がります。
<b>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。)</b>
2つのカードを利用していました。 1. 日本から持ってきたクレジットカードを使用していました。 2. 大学内の Affinity Plus という機関で口座を開設し、デビットカードを使用していました。
<b>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。</b>
だいたい物は現地で揃います。
<b>卒業後の進路について</b>
<b>1) 進路</b>
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
<b>2)進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など</b>
<b>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)</b>
株式会社伊東商会
<b>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。)</b>
私自身は就活を終了させてから留学へ行きましたが、留学先からでも就職活動の準備はできます。(自己分析、企業分析等)就活は本人のやる気次第だと思います。
<b>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。</b>
<b>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。</b>
<b>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。</b>

### 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。
15 単位	<input checked="" type="checkbox"/> 6 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、添付して下さい。	
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):
Fundamentals of Writing	ライティング基礎
科目設置学部・研究科	English
履修期間	1 学期
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	Imbarrato Susan
授業内容	エッセイ、文法、リーディングなど
試験・課題など	毎週エッセイのリーディングの宿題が課され、その内容に関するテストがあります。また、月に 1~2つのエッセイを書きます。
感想を自由記入	留学生のみの授業です。

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 Sustainability	サステナビリティ基礎
科目設置学部・研究科	Physics
履修期間	1 学期
単位数	3
本学での単位認定状況	3 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	少人数制
授業時間数	1週間に 75 分が 2 回
担当教授	Lindaas Stephen
授業内容	地球上の環境問題について、なぜそれが起こるのか、理論、具体例等を学びます。エクセルを使用したり、ディスカッションをしたり、レポートを書いたり等様々な事に取り組めます。
試験・課題など	ほぼ毎週教科書 1 章を読む、調べ物をしてエッセイを書く、ディスカッションをする、エクセルを作る、プレゼンの準備をするなど、課題がかなり多くです。その分試験は 1 回のみでした。試験内容は議題をクラスメート全員で 5 つほど決めて、それについて、2 時間の間にエッセイを書き、説明をするというものでした。教科書持ち込み可でした。
感想を自由記入	一番重い授業でしたが、このクラスで何人か仲の良い友人ができましたし、楽しいクラスでした。

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):
Introduction to Global Issues	国際問題導入
科目設置学部・研究科	International Study
履修期間	1 学期
単位数	3
本学での単位認定状況	3 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	Conteh Andrew
授業内容	先生が話す内容をノートにひたすらまとめるというものです。ほとんど黒板は使いません。
試験・課題など	月 1 回エッセイ形式のテストがあります。また、どこかの国の国際問題について、7 枚以上のレポートを書くという課題もありました。
感想を自由記入	この授業もかなり重い授業でしたが、留学生も多く、面白い授業でした。アフリカ人の先生ということもあり、ノートをとるのが大変だったので、友人からノートを借りたり、チューターを利用したりしていました。

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):
Introduction to Leadership	リーダーシップ導入
科目設置学部・研究科	Communication
履修期間	1
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	グループで席に座る
授業時間数	1週間に 75 分が 2 回
担当教授	Ocana Anthony
授業内容	教科書に沿ってリーダーシップの理論を学ぶ。また、グループでプレゼン等を行う。
試験・課題など	月に 1 回教科書の内容に沿って試験があります。(4~6 章分の内容がでます) カンニングペーパーを 1 枚まで作れます。
感想を自由記入	アメリカ人とのディスカッション、グループプロジェクト等があり、かなり大変でした。ですが、グループプロジェクト等を通してアメリカ人と交流することができましたし、先生は理解ある優しい先生です。

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):
Art Appreciation: Content and Form	絵画鑑賞
科目設置学部・研究科	
履修期間	1
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	Pacheco Carlos
授業内容	教科書に沿って絵画の技法、歴史等を学びます。
試験・課題など	毎週クイズがあります。また月 1 回教科書の内容に沿ってテストがあります。また、学内の絵画作品を見て、それに関するレポートを書くという課題もありました。
感想を自由記入	大きなクラスで行われる授業でした。プロジェクターを使用しながら、絵画について学ぶことができるので、面白かったです。

### 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）

2014年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	留学相談に通い始め、留学の準備を始めました。
2015年 1月～3月	就職活動の準備をしていました。
4月～7月	就職活動の傍ら、入学に必要な書類等書く、ビザをとる、飛行機の手配をする、履修科目を考える等していました。
8月～9月	就職活動終了、渡航。
10月～12月	日々勉強でした。
2016年 1月～3月	冬休み中に友人の家に泊まりながら旅行をし、帰国しました。
4月～7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	20代の多感な時期に留学をしたい、また学生のうちしか留学できないと考えたからです。英語が話せるようになることで、世界中に友人を作り、視野を広げてみたいという想いと共に、アメリカ現地にて自分が生活することによって見えてくる、海外から見た「日本」を知りたい、そしてアメリカ人の考え、生活文化を肌で体感してみたいと考えていたからです。 理工学部にも所属していたということもあり、交換留学の申し込みは難しいと考えていましたが、チャンスがあるのなら挑戦してみようという想いから、応募しました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	TOEICの勉強、リスニング等はしていました。しかし、実際使われている英語はTOEICとは程遠い物でした。Podcastなど日常的に聞くこととお勧めします。またSpeakingに関してかなり苦労したので、日常会話で使われる単語、フレーズ等を海外ドラマや映画からでも良いので学ぶことをおすすめします。
この留学先を選んだ理由	理由は2つあります。1つめは、日本人が少ない大学であったためです。日本人の多い地域、大学だと、良くも悪くも日本人と一緒にいる機会が増えてしまい、英語から離れてしまうかもしれないと考えたからです。 2つめは、田舎の大学であったため、治安が良く安全だと考えたからです。銃社会のアメリカで安全に過ごすことを考えた際に、田舎の方が安全に過ごせると考えました。
大学・学生の雰囲気	ミネソタ州の人は「ミネソタナイス」と言われており、言いまわしがマイルドで優しい方が多いです。大学にも日本語学科があるため、日本が好きな学生もおり、そのようなアメリカ人と仲良くなることもありました。 授業等もノートを貸してくれる人や、一緒にテスト勉強してくれた友人がおり、沢山助けられました。 留学生とも仲良くなることができ、皆で助け合いながら生活していました。
寮の雰囲気	寮にはラーニングコミュニティというのがあり、そこで友人を作る人もいました。寮のラウンジを借りて、バースデーパーティーや映画鑑賞を行ったり、学内のイベントに寮の友人と参加したりしていました。 同じフロアのRA(Resident Assistant)や留学生とも仲良くなることができ、とてもいい環境でした。
交友関係	留学生とは自然と仲良くなることができましたが、初めはアメリカ人の友人がなかなかできず苦労しました。自らアクションを起こさないとなかなか友人ができないので、授業等を利用して、宿題を一緒にやったり、ノートを見せてもらう、チューターを利用するなど行うことで、少しずつアメリカ人の友人を増やすことができました。ちょっとしたことでも、イベントに参加することで友人が増えていくと思います。
困ったこと、大変だったこと	3つあります。 まず、食事が一番苦労しました。正直学食はあまり美味しくありません。アジアマーケットも車がないと行けません。日本からお味噌汁、レトルトのごはんなどを持ってくることをお勧めします。 2つ目は交通機関です。田舎のため、バスは30分に1本しかなく、ダウンタウンまで45分かかってしまいます。車を持っている友人ができ、連れて行ってもらえるようになってからはあまり困ることはありませんでしたが、それまでは大変でした。 3つめは、雪と寒さです。ミネソタは雪と寒さが有名で、本当に寒いと-20℃~-30℃になります。現地ですぐに温かいブーツ、コートを購入する必要があります。
学習内容・勉強について	私は必要な単位が6単位だったので、2つは研究内容に関連する授業を取り、残りは興味のある授業を履修していました。そのため、専攻は持たずにいました。初めは課題が多く、何をしたらよいかわからずかなり苦労しましたが、先生とこまめに相談をし、友人に助けをもらうことで何とか単位を取得することができました。
課題・試験について	授業のスピードがかなり速く、課題、試験もその分多いです。しかし、表面的な知識や暗記ではなく「理解」や「自らの考え」を求められる授業が多いので、多くを学ぶことができましたと考えています。2ヶ月ほどたったころには、やるべきことがわかってくるので、バランスをとれるようになりました。
大学外の活動について	特に何か活動はしていませんでしたが、学内のジムに通ったり、カープール(相乗り)を利用して、空港から寮まで帰ったりしていました。

留学を志す人へ	<p>「留学をした」ことで満足するのではなく、留学を通して「何」をし、「何」を得たいのか、といった志を持つことで、同じ留学生活でも得るものが大きく変わってくると思います。困った時も、自ら動かないと何も解決しませんが、動いていれば周りが助けてくれます。留学をすることでしかわからない日本のいいところ、悪いところ、海外のいいところ、悪いところが見えてきますし、私自身、留学を通して価値観が変わった部分もあり、日本では得られない視野、友人等多くを得ることができました。20代の若い時期に留学するチャンスがあり、想いがあるのなら、是非留学にチャレンジしてみてください。</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	チューター	授業	勉強	授業	チューター		
	勉強・ランチ	授業	チューター	授業	勉強・ランチ	ランチ	ランチ
午後	授業	ランチ・勉強	授業	ランチ・勉強	授業	友人と遊ぶ	勉強
	授業	授業	授業	授業	(勉強)		勉強
夕刻	勉強 (昼寝) ごはん	勉強 (昼寝) ごはん	勉強 (昼寝) ごはん	勉強 (昼寝) ごはん	(昼寝) ごはん (ジム)	ごはん	勉強 ごはん (ジム)
夜	勉強	勉強、	勉強	勉強	友人と 出かける等	友人と 出かける等	勉強