

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	マウント・セント・ビンセント大学(アメリカ)
-----	------------------------

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	113000 円	
図書費・学用品費	3700 円	
携帯・インターネット費	4500 円	
現地通学費	13900 円	(研修先まで 45 分)
教養娯楽費	42000 円	
被服費	81000 円	
雑費	17000 円	お土産代
その他	34000 円	例:交通費
合計	309100 円	

渡航準備について

1) 現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか
 現金の用意方法: 出発前の空港の両替所で、3 万円分を米ドルに両替しました。
 その他用意したもの: ☒ クレジットカード ☐ デビットカード・キャッシュパスポート

2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
 ほとんどクレジットカードでの支払いでしたが、チャイナタウンなど、現金しか受け取らないところもありました。

3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
 データローミングのためにアプリで eSIM を事前に購入し、現地についてから使いました。

4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
 ドライヤー

現地情報

1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。
 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等)
☒ なし ☐ あり (問題の内容や相談した人等:)
 特記事項:

2) 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？
 現地での盗難被害などはありませんでした。

3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。
 問題なかったです。

滞在形態関連

1) 留学中の滞在先の種類 2) 部屋の形態

☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル ☒ 個室 ☐ 相部屋(同居人数 人)

3) 共有部分

☒ バス ☒ トイレ ☒ キッチン(☒ 自炊可 ☐ 自炊不可)

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等) 滞在先には2つの家族と20代～50代の多様なルームメイトが暮らしていました。最初は家の中で様々な人と接することに少し怖さを感じていましたが、言葉を交わすうちに打ち解け、やがて家族のように趣味や日常の話を楽しめるようになりました。この活発な交流のおかげで、英語のコミュニケーション能力が大きく向上し、共同生活に対する意識も身につきました。これから留学する方も、最初は緊張すると思いますが、少し勇気を出して話しかけてみることで、滞在先がよい交流の場になるとと思います。

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。 毎週学生の入替わりがあるため、深く仲良くなる友達は少し作りにくい環境でした。しかし、クラスメイトは全員「英語を学ぶ」という同じ目的を持った留学生だったので、間違いを気にせず授業中も自由に発言できる良い雰囲気でした。
2)課外プログラムについて 学校主催で有名な観光地を巡る課外プログラムがいくつか用意されていましたが、今回は参加しませんでした。
3)現地での生活に関すること 人が多い場所でも犯罪の危険があるため、治安面には十分な注意が必要です。親切に話しかけてくる人が常に良い意図を持っているとは限らないので、どんな状況でも周囲の人に対して常に注意を払い、警戒心を持って行動することが大切だと感じました。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。 授業外での現地の学生との交流はほぼありませんでしたが、授業中には他国の学生とたくさん話し合うことができ、良い交流になりました。
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。 街中の公園やカフェで、ちょっとした質問から偶然話すようになり、現地の人と友達になったことが数回ありました。

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。 まず、日本に比べて知らない人と話すことに抵抗がなく、少し言葉を交わしただけでもすぐに友達になれる点がとても印象的でした。たとえその後には再会する約束に繋がらなくても、「今同じ空間にいるから」という理由だけで、その場での会話を純粋に楽しめる雰囲気がとても心地よかったです。また、コミュニケーションの面でも大きな違いを感じました。相手の気持ちを考慮して直接的な表現を避ける傾向がある日本とは異なり、自分の主張をはっきりと明確に言葉にしないと意図が伝わらない点も非常に印象に残っています。さらに、街全体に自由な空気感があり、目立つ行動をしている人がいても周りの人は全く気にしないところも日本とは違うと感じました。一方で、道端や公共交通機関などの衛生面に関しては、あまり清潔ではないという印象も受けました。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200字以上)

今回の留学生活を通じて最も強く感じたのは、オープンマインドでいることの大切さです。ニューヨークは非常に忙しくスピーディーな都市ですが、その分、いつでもどんな人とも良い出会いのチャンスに繋がる可能性に満ちていると感じました。このように開かれた心で人と対話し、多様性を尊重する姿勢は、日本に戻ってからの日々の生活でもぜひ実践していきたい大切なマインドセットになりました。 また、これから留学する皆さんにお伝えしたいのは、「たとえ自分の英語力が不十分だと感じていても、気にしすぎないでほしい」ということです。完璧な英語を話すことよりも、「相手とコミュニケーションを取りたい」という強い意志を持つことの方がはるかに重要だと学びました。ぜひ恐れずに心を開いて、たくさんの良い出会いを楽しんでください。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

研修名	ユニバーシティ・オブ・マウント・セント・ビンセント 一般英語コース(運営:Kings)
-----	--

留学費用項目	かかった費用 (円換算)	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	194,578 円	
図書費・学用品費	0 円	
携帯・インターネット費	12,938 円	
現地通学費	円	(研修先まで徒歩 35 分)
教養娯楽費	47,631 円	
被服費	0 円	
雑費	16,111 円	
その他	88,291 円	例: 公共交通機関、Uber 等
合計	359,549 円	

渡航準備について
1) 現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか 現金の用意方法: 外貨交換所で 200ドル分換金 その他用意したもの: ☒ クレジットカード ☐ デビットカード・キャッシュパスポート
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください Apple pay
3) 現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。 T-mobile の eSIM を現地契約
4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか 特になし

現地情報
1) 活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等) ☒ なし ☐ あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項:
2) 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？ Instagram(@fox5ny)をフォロー
3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。 特に問題なし

滞在形態関連	
1) 留学中の滞在先の種類 ☐ 寮・アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル	2) 部屋の形態 ☒ 個室 ☐ 相部屋(同居人数 人)
3) 共有部分 ☐ バス ☐ トイレ ☒ キッチン(☒ 自炊可 ☐ 自炊不可)	

4)感想:(滞在先の感想、これから留学する人のためのアドバイス等)
ホストファミリーは英語を第1言語としない人とのコミュニケーションに慣れているので臆することなく話してみることが大切だと感じました。

プログラム選択の参考となる点を記載してください
1)研修先授業およびプログラムの良かった点、良くなかった等を記載してください。
日本にいと日常的に行うことが難しく実践機会の少ないスピーキングやリスニングなどの実践的な会話スキルを、ネイティブスピーカーや様々な国からの留学生とのやり取りを通じて集中的かつ自然に練習しやすい環境が整っていた点が非常に良かったです。
2)課外プログラムについて
大学では、定期的に人気の観光スポットや美術館、ミュージカルなどの入場券・チケットが学生向けに格安価格で販売されていました。自分の興味やスケジュールに合うイベントやプログラムを見つけることができれば、費用を大幅に抑えつつ現地文化に親しむことができるため、非常に魅力的な選択肢でした。
3)現地での生活に関すること
ニューヨーク市内は地下鉄やバスなどの公共交通機関網が非常に細かく張り巡らされており、運行頻度も高いため、初めての滞在であっても目的地への移動に困ることはほとんどありませんでした。主要な路線では24時間運行が行われているほか、クレジットカードやスマートフォンのタッチ決済を利用してスムーズに乗車できるシステムが整備されていたため、非常に利便性が高かったです。

交流等について
1)プログラム内で現地学生等との交流があれば記載してください。
特になし
2)プログラム外で交流等を行った場合、どのようにして交流したか、何をしたか等を記載してください。
特になし

異文化体験について
1)日本とは異なると感じた、印象に残る体験があれば紹介してください。
ニューヨークの地下鉄では、日本とは異なり、車内でスマートフォンで通話をしている人や、大きな声で談笑している人が多く見受けられました。また、車内で音楽を流したりパフォーマンスをしたりする人がいるなど、静けさが求められる日本の電車内とのマナーや雰囲気の違いにとっても驚きました。一方で、お年寄りや困っている人に対してはすぐに席を譲るなど、助け合いや周囲への配慮がごく自然に行われている点も非常に印象に残りました。

留学体験記

研修や生活全般、今後の学生生活への抱負等、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200字以上)

人間は追い込まれた環境に身を置くことで、予想以上の力や適応力を発揮できるということを実感した充実した6週間でした。渡航前は言語や文化の違い、見知らぬ土地での生活に対して不安や戸惑いがあり、本当にやっつけられるのか自信が持てない部分もありました。しかし、実際に現地に飛び込んでみると、日々の生活や研修を通じて直面する課題を一つひとつ乗り越えていく中で、自立心や問題解決能力が自然と磨かれていきました。もし今、自分に自信が持てなかったり、挑戦することに不安を感じて留学を迷っている方がいるなら、まずは思い切って一歩を踏み出してみることを強くお勧めします。現地に行き直接体験することで、渡航前には想像もできなかった新しい視点や価値観、そして自分自身の成長や可能性に気づくことができるはずです。
