

## 留 学 報 告 書

|             |                   |
|-------------|-------------------|
| 留学先国        | アメリカ              |
| 留学先高等教育機関名  | ニューヨーク州立大学ニューパルツ校 |
| 留学期間        | 2018年8月～2018年12月  |
| 留学を開始した時の学年 | 3年生               |

### 留学費用（概算）

|              |         |
|--------------|---------|
| 授業料（プログラム費用） | 約 78 万円 |
| 保険料          | 約 11 万円 |
| 宿舍費（1 か月あたり） | 約 12 万円 |
| 食費（1 か月あたり）  | 約 6 万円  |
| 渡航旅費         | 約 30 万円 |

### 滞在形態関連

|  |
|--|
| 1) 種類  |
| 寮。   |
| 2) 部屋の形態   |
| 個室。  |
| 3) 設備  |
| シャワー、トイレ、キッチン、ランドリー、インターネット環境、食堂、Studying Room、宅配ボックス。 |
| 4) 住居を探した方法  |
| 留学先大学の指定。  |

### 現地情報

|   |
|---|
| 1) 大学内の医務室／診療所や付属の病院などで医療サービスを受けることは可能でしたか？ |
| はい。   |
| 2) 現地で病院にかかったことはありますか？                      |
| いいえ。  |
| 3) 保険について、現地の医療保険に加入しましたか？                  |
| はい。   |
| 4) 留学にあたり、必須の予防接種はありましたか？                   |
| はい。ツベルクリン予防接種。                              |
| 5) 学内外で問題が発生したときは、誰に相談しましたか？                |
| 留学先の友人、日本にいる友人や家族、ホストファミリーやRA(レジデンスアシスタント)。 |

|   |
|---|
| 6) 現地の治安はどうでしたか？また、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、実際に窃盗等を含む犯罪に巻き込まれた場合、どのように対処しましたか？   |
| ニューパルツはニューヨークと言っても、自然に囲まれていて、皆さんが想像しているニューヨークとはほど遠いと思います。とても安心安全な街で、約4か月間暮らしていて、犯罪に巻き込まれることや大きな事件が近くで起こるなどは全くありませんでした。現地の情報収集としては、np alert という付近の危険情報などをスマホに送ってくれるものがあるので、それに登録しておくと思えば安心かなと思います。 |
| 7) 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？  |
| キャンパス内どこにいても、wi-fi が使えるので、インターネット接続の問題は何もなかったです。  |
| 8) 現地での資金調達はどのように行いましたか？  |
| 渡米前に親から700ドルほどの現金をもらっていたのですが、これで半年間一度もお金をおろさずに済みました。クレジットは心配だったので、違う銀行のものを3枚ほど持って行きました。デビットカードも1枚持って行きました。(chase銀行のカードを事前に父がくれました)  |
| 9) 利便性、買い物はどうでしたか？また現地では調達できない日本から持っていくべき物がありますか？   |
| 一番近くの大きなスーパーまでは歩いて片道20分ほどです。ですが、基本的にそこまでいかなくとも、校内でなんでも揃います。(ベツカバーなどは除き)<br>日本食が恋しくなるだろうなと思ったので、私は日本のカップラーメンや味噌汁、お菓子などたくさん持って行きました。風邪薬などは多めに持っていくといいと思います。タコ足(スイッチ付きの長いもの)も持っていくと便利です。             |
| 10) 授業料(またはプログラム費用)は、どのように支払いましたか？  |
| クレジットカード。   |
| 11) その他、生活等に関して参考となることがあれば教えてください。  |
|   |

### 渡航について

|   |
|---|
| 1) 現地空港から滞在先まで、どのようにして向かいましたか？  |
| 留学先大学のピックアップサービス。   |
| 2) 到着後にオリエンテーションはありましたか？あった場合、どれくらいの期間行われていましたか？  |
| はい。初めの約1週間にかけてありました。オリエンテーションリーダーが学校の案内などをしてくれます。また、その間に他の留学生と仲良くなれるイベントも毎日あるので、バーベキューや映画鑑賞など積極的に参加することをお勧めします。 |

**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）**

**履修した授業科目名**

ESL / Reading and Writing for Academic Purposes

**授業内容や試験、授業を受けた感想について**

基本的には writing がメインです。1 学期内で大きなエッセイを 4 つ書きます。アメリカのエッセイの書き方を細かく教えてくれます。課題は他の授業に比べて多い方でしたが、academic に行く前に取ると、大変になるかなと思います。Reading は、ペアの生徒が書いたエッセイを評価する為に読むときくらいで、それ以外は reading をあまりしません。中間・期末試験は、とても簡単ですし、どんな内容が出るか事前に知らせてくれるので大丈夫です。

**履修した授業科目名**

ESL / Grammar for Academic Purposes

**授業内容や試験、授業を受けた感想について**

文法を最初から最後まで細かく教えてくれます。中高生のときに、文法は沢山学んできたと思うので、日本人にとってはとても簡単な授業だと思います。ただ、話し言葉と書くときには違うので、私は少し苦戦しました。テストは、小テストが 7 回くらいあります。（章が終わるごとにやります）期末テストは、ペーパーテストではなく、グループプロジェクトで最後にプレゼンテーションをしました。

**履修した授業科目名**

ESL / Listening and Speaking for Academic Purposes

**授業内容や試験、授業を受けた感想について**

この授業は、リスニングをメインでやる日は TED TALK を聞きました。スピーキングは、プレゼンテーションを 3.4 回やりました。（中間・期末テストもプレゼンテーションです）内容は、自分で好きなトピックを選んだり、物語を話したり、様々ですが準備をして挑めばできると思います。

**履修した授業科目名**

ESL / Student Campus Resources

**授業内容や試験、授業を受けた感想について**

初めの 2 週間で終わる授業です。学校の中の施設を先生が案内してくれます。テストはないです。

**履修した授業科目名**

ESL / Current Event

**授業内容や試験、授業を受けた感想について**

Campus Resources を受講し終わった生徒がとります。TOEFL の勉強をしたり、発音の授業があったり、プレゼンもします。プレゼンは何回か回ってきますが、毎回 2 人ペアで行います。内容は自分たちが最近気になっているニュースについてです。そのニュースを英語で要約し、自分の意見も伏せて述べます。

## 留学体験記

|                                  |  |
|----------------------------------|--|
| <p>留学しようと決めた理由や、この留学先を選んだ理由</p>  | <p>私は、単純に学生生活で自分はこれを頑張った！と胸を張って言える何かがなかったというのが一番の理由です。就職活動について考えてみたときに、自分がやりたいことは何だろうと考えたら、自分は得意な英語を使った仕事がしたいと気づき、その英語力に磨きをかけて、もっと力を伸ばしたいと考えたのがニューヨーク州立大学へ留学しようと決意した理由です。留学へ行き、英語がもっとできるようになったら、自分の自信につながるのではないかなと考えました。</p>   |
| <p>留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備</p> | <p>留学準備は、7月頃に予防接種の予約を取りました。(テスト期間と重なったので、こういった留学の事前準備は早め早めに行うことをお勧めします) 荷物の準備は、一ヶ月前から気づいたものからスーツケースに入れて準備していたので焦ることもなく大丈夫でした。visaの申請も早く予約をして面接に行かないと、どんどん予約が埋まっていってしまうので、現地大学から自分宛てにメールが届くたびに早くチェックして、指示がきたらすぐに取りかかることを勧めます。あとでやろうと思っても、その頃にはまたやらなければいけないことがたまってと思うので、とにかくどんなことも早め早めを心がけてください。</p> |
| <p>留学中に役立った書籍、ウェブサイト、アプリ等</p>    | <p>ossmaの危機管理アプリと、ny地下鉄のアプリ(googlemapがあればいいですね)、お金の管理をするために家計簿アプリ、それから時間割を管理するアプリを入れていて個人的にどれも役立ちました。また前年度までの先輩方が残してくださっている留学報告書を明治のサイトからダウンロードして、何年分か読み、イメージをつかんでおきました。それから、アプリではないのですがパソコンでwordを使う時にはアメリカ版のwordを事前にダウンロードしておくとうこうに行った時に課題に取り掛かりやすいと思います。</p>                                     |
| <p>大学・学生の雰囲気(職場や同僚の雰囲気)</p>      | <p>現地の学生は皆大変勉強熱心で真面目な人が多いです。友人がeast west livingという特定の寮に住んでいる人に向けてのコミュニティに入っていて、私はよくそのコミュニティの学生と関わっていたのですが、そこの学生は特にアジアの文化に興味があるので話すのがとても楽しかったです。クラブに入ると自然といろんな国から来ている留学生や現地大学の学生と知り合えて仲良くなれるので、オリエンテーション期間にあるclub fairは絶対に行くべきです。</p>   |
| <p>滞在先の雰囲気</p>                   | <p>現地大学に行く前には、ニューヨークと聞くと「大都会の中に大学があるのか！危なそうだな。怖いな。」と私は考えていました。でも、おそらく皆さんが想像しているそんな「ニューヨーク」とは程遠いです。実際は自然に囲まれていて、とても静かで落ち着いたエリアに大学があります。(NYCからバスで片道1.5時間くらい) 犯罪に巻き込まれることや大きな問題もなく過ごせたので良かったです。現地の学生、先生方も優しい方ばかりでした。寮は当たり外れがあるので、なんとも言えません。</p>   |

|                                  |   |
|----------------------------------|---|
| <p>留学先における交友関係</p>               | <p>私は8人部屋の寮に住んでいたため、ルームメイトは途中で出て行ってしまっていますが、そこに住んでいた韓国人4人とブラジル人1人、イギリス人1人と仲良くしていました。食堂でみんなで夜ご飯を食べたり、土日は寮のラウンジで映画鑑賞をしたりしました。また、毎日ESLのクラスで同じメンバーと授業を受けていたのでクラスのメンバーとは全員仲良かったです。年齢や出身国関係なくひとつのファミリーのような関係を築くことができました。</p>  |
| <p>留学中に困ったこと、つらかったこと、大変だったこと</p> | <p>交友関係については、同じコミュニティの中に障害を持った生徒が2人いて、それを知らずに接していて、イベント企画の際に周りの気遣い不足でもめたことが何回かありました。また、LGBTの友人がいてカミングアウトをされた時に、初めてのことでどういった反応をしたらいいのかかわからず、悩んだ時もありました。寮のメンバーとは、文化の違いから何度か揉めることがありました。(例:シャワー室の清掃についてや夜中の騒音、スイートメンバー以外の人を夜何時まで入れていいかなど)話し合いを何度かして解決しましたが、日本人特有の「暗黙の了解」というのは海外にはないので、自分が嫌な気持ちだったり不快に感じたことは言葉にしないと伝わりません。私も、時にNOとはっきりいうことの大切さを学びました。</p> |
| <p>留学先における学習、課題や試験</p>           | <p>勉強に費やした時間は、試験前というよりも普段から毎日授業後に復習をしていたのでその時間は1日約3時間未満です。勉強する上で大切にすることは、わからないことはすぐに現地の学生に質問していました。エッセイも提出前にアメリカ人の友達を何人かつかまえて複数人に文法など細かい部分の訂正をしてもらっていました。自分で正しいと思っていても、現地の学生からしたらその言い回しは変だったりするので、課題提出の前にはアメリカ人の友達に頼ることも一つだと思います。</p>   |
| <p>大学外の活動(課外活動や自由時間など)</p>       | <p>休日は、アンバサダーやカンパセーションパートナーと外に出かけたりしました。(ショッピングモールやリンゴ狩りに連れて行ってもらいました)その他は、jam asia と international student union というクラブに入っていました。二つともインターナショナルの友達が入っていたので一緒に入ったのですが、イベントがたくさんあるので(prom, halloween party, apple picking, kahoot game etc.)とても楽しかったです。友達を作るいい機会になりました。club fair に行って自分の興味がありそうなクラブに所属することをお勧めします。</p>                                   |
| <p>留学を志す人へメッセージやアドバイス</p>        | <p>私は3年でニューヨーク州立大学へ留学しました。3年生になると、段々周りが就職活動を始めると留学しようかそれとも、日本にいてみんなと同じようにインターンへ行こうか等、迷っている人も少なくないと思います。周りに流される必要はありません。もし、自分が少しでも迷っているのなら、留学したいという気持ちがあるなら、私は一歩踏み出して挑戦してほしいです。きっと自分が想像もできないようなかけがえのない思い出や経験ができます!大学生活、後悔のないようにしてほしいなと思います。頑張ってください!!!全力で応援しています。</p>  |

