

留 学 報 告 書

留学先国	アメリカ
留学先高等教育機関名	エベレットコミュニティカレッジ
留学期間	2018年9月～2019年3月
留学を開始した時の学年	2年生

留学費用（概算）

授業料（プログラム費用）	60万円
保険料	20万円
宿舍費（1か月あたり）	60万円
食費（1か月あたり）	28,000円
渡航旅費	15万円

滞在形態関連

1) 種類
寮。
2) 部屋の形態
個室，相部屋。3人部屋。 相部屋だったが，共用スペースの他に各個人用の部屋も設けられていた。
3) 設備
シャワー，お風呂（浴槽），トイレ，エアコン，キッチン，ランドリー，インターネット環境，宅配ボックス，ゲームルーム，卓球台。
4) 住居を探した方法
留学先大学のホームページ。

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？
はい。
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？
いいえ。
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、大学の留学担当窓口。
6) 現地の治安はどうか？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？
エベレット自体の治安は良い方だと思った。シアトルなど都市部はホームレスやドラッグユーザーもいたが、そんなに気にならなかった。日本よりは治安が悪いということを常に意識して歩くようには心がけた。
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？
寮のWi-fiは繋がるときはサクサク繋がるが、繋がらないときはまったく繋がらず困ることがあった。携帯電話は日本で手続きができるH2Oという会社のシムを使っていたが、T-Mobileなどお得で且つカナダなどほかの国に行った時も使えるような会社もあるので、いろいろ調べて自分にあう携帯会社を探すと良いかもしれない。
8) 現地での資金調達はどのように行いましたか？
現地で口座は開設せず、日本の口座と繋がっているデビットカードを基本使用していた。渡航前に上限額を外しておかないと授業料などが払えなくなるので注意が必要。渡航の際に何ドルか現金も持っていった。現金は絶対もっておいた方がいいと思う。
9) 利便性、買い物はどうか？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？
10 分くらい歩いたところに Safe way というスーパーがあり、そこで自炊用の食料調達をしていた。アジアスーパーもあるので日本製のものも結構現地で買える。
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？
バスや電車。
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。1週間。

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
English Composition I (ENGL&101)
授業内容や試験、授業を受けた感想について

英語必修。TOEFL の点数的に replacement test が免除だったので、ESL のクラスではなく ENGL&101 を取ることになった。内容はエッセイの書き方がメイン。読み物の課題が出て、少しディスカッションを行うこともあった。ライティング力はこの授業を通じてかなりあげることができると思う。成績はエッセイの課題、ファイナルのプレゼンテーション、出席率、授業中のノートでつけられた。

履修した授業科目名

General Psychology (PSYC&100)

授業内容や試験、授業を受けた感想について

基本的な心理学を習った。1 つの分野を深くではなく色々な心理学を広く浅く学ぶ感じだった。授業中のディスカッションやグループワークもあり。成績は小テストとファイナルテスト、エッセイ、出席率などでつけられた。心理学には興味があったので面白かった。

履修した授業科目名

Public Speaking (CMST&220)

授業内容や試験、授業を受けた感想について

スピーチの仕方を学ぶ授業だった。人前で話す自信をつけることができた。複数回のスピーチと出席率、ファイナルのテストで成績がつく。

履修した授業科目名

German I (GERM&121)

授業内容や試験、授業を受けた感想について

ドイツ語の基礎を学ぶ。単語テスト、小テスト、ファイナルの課題で成績がついた。

履修した授業科目名
Intro to Global Studies (GS&101)
授業内容や試験、授業を受けた感想について
世界で起こるさまざまな問題について取り組む授業。世界中で何が起きているのかを知ることができて良かった。小テストと単語テスト、ファイナルの課題で成績が決まる。ファイナルの課題はグループプレゼンだった。

履修した授業科目名
World Civilization (HIST&103)
授業内容や試験、授業を受けた感想について
近代の歴史を浅く広く学ぶ授業だった。小テストとノート提出で成績がつく。

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>もともと英語圏の文化に興味があったことや、英語力をあげたいという思いから、海外留学というのは中学生からの夢でした。国際日本学部に入學してからは、日本という国がどのように海外から見られているのか、ということに興味を持つようになり、エベレットコミュニティカレッジは日本庭園などがあつたり Nippon Business Institute という施設があることから、日本の文化がどのように他国に影響してるのかをほかのコミュニティカレッジよりも学べるのではないかと思い、ここのコミュニティカレッジを選びました。</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>留学の準備は基本 2 年生になってから始めました。私は結構ピザの手配や残高証明書の手配がギリギリになってしまい、少し焦ったので、ピザの手配や書類の手配などは、早め早めにやっておくのが 1 番だと思います。また自身の英語力も他国からきた留学生に比べて本当に劣ってるなあと感じたので、留学前からもっと英語力をあげておくべきだとも思いました。また授業登録のシステムなども戸惑ったので、アメリカの授業登録のシステムについて調べておくといいと思います。</p>
<p>留学中に役立った書籍、ウェブサイト、アプリ等</p>	<p>留学前に 1 番参考にしたのは先輩方の留学報告書です。留学中は SNS を通じて友情を深めたり、コミュニケーションをとることが多かったため、すごく現代的ですが Instagram やスナップチャット(わたしは結局入れなかったけど)、Facebook などのアカウントを作っておくといいかもしれません。特に、Facebook は作っておくと良いと思います。LINE は海外には普及しておらず、SNS のチャットは messenger が基本になるので、アカウントを持っていた方が、遊びのやりとりのほか、グループプレゼンなどをやる際にも役立つと思います。</p>
<p>大学・学生の雰囲気 (職場や同僚の雰囲気)</p>	<p>現地学生も、留学生も、基本とても優しいです。学校の雰囲気も非常に平和だと思います。留学生は基本単位変換を考えている人が多く、本当に意識が高い人が多いです。また、まだハイスクールプログラムを履修中の留学生もいて、高校生のうちから海外留学をしている人々を見ると、自身のモチベーション向上にも繋がりました。教授も基本優しい人が多いです。わからないことや困っていることを相談すると親身になってくれる方が多かったと思います。</p>
<p>滞在先の雰囲気</p>	<p>寮の雰囲気はすごくよく、住みやすい場所だったと思います。が、やはり部屋によっては揉め事も起こっていたり、国や文化の違いからすれ違いが生じたりすることも多々ありました。部屋のメンバーによって、留学中の生活は変わると思います。RA は厳しい人が多かったです。住居に問題が起こったときの対応(インターネット回線がおかしくなったときや、設備が故障したとき)は、日本に比べると遅いとは思いました。</p>

<p>留学先における交友関係</p>	<p>基本留学生は留学生同士で交流関係を広げることが多かったですが、クラスで知り合った現地学生や、現地学生のルームメイトなどとも交友関係も深めて留学生生活を過ごしていました。学校が用意しているイベントに参加したり、トークタイムという留学生同士の交流を支援する団体が主催してるものに参加したりして、交友関係を広めることが多かったです。どこの国の人と、どのように、どれくらい仲を深められるかは、人それぞれだと思います。私は私のやり方がありましたが、色々と自分に合う方法で交友関係の広めるのが1番だと思います。</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>留学してからは友達づくりが一番大変でした。自身のもともとの性格にくわえ、英語力のなさも加わり、もどかしさを覚えることが多かったです。また部屋の使い方によるルームメイト同士の対立の間に入ることもあり、そのときは少しつらかったです。今回は明治大学からの留学生が私だけだったので、本当にひとりの状態からスタートだったので、ひとりでどうやって落ち込んだときにメンタルを回復するかとか、問題を解決するかとかに苦しむことが多かったですが、そのぶん成長もしたと思います。個人的にテスト勉強も嫌いなので、それも辛かったです。</p>
<p>留学先における学習、課題や試験</p>	<p>平日は学校が終わると基本勉強していました。授業科目は少ないですが、良い成績をとるのはすごく大変でした。エッセイなどは、ライティングセンターを活用したり、現地学生のルームメイトにみてもらったりするように心がけていました。前期はライティング系の課題、リーディング系の課題、スピーキング系の課題、と分散されていたのですが、冬学期は読み物中心の授業ばかりとなってしまったので、読み物をする時間の確保が難しく、秋学期よりもつらかったので、うまく分散させた方が良かったなと思いました。</p>
<p>大学外の活動（課外活動や自由時間など）</p>	<p>自由時間は基本勉強ですが、友達とジムにいたり、シアトルに遊びに行くことも多かったです。ルームメイトの職場の老人福祉施設に行って、日本のプレゼンをしたこともありました。大学が留学生向けにイベントを開いてくれるので、マウントレーニア登山や、レブンワーストリップなどにもいきました。外部団体が開催してるスキートリップをしに、マウントバーカーで行われるスキーキャンプに、冬休み4泊5日で行ったこともあります。州外に出向いてる友達も多かったです。カナダが隣なので、結構行ってる人は多かったと思います。</p>
<p>留学を志す人へメッセージやアドバイス</p>	<p>留学に行って良かったと感じるかどうかは人それぞれだと思いますが、私はたった半年の留学でも日本にいたらできない貴重な経験をたくさんすることができ、本当に行って良かったなと思います。「留学」と一口に言っても、人には人の留學生活があり、どれも比較することのできない貴重なものだと思います。これから留学する方は、自分だけのステキな留學生経験を人生の中に刻めることを願っています！</p>

