

## 留 学 報 告 書

留学先国	アメリカ
留学先高等教育機関名	オローニカレッジ
留学期間	2018年8月～2018年12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）	約 46 万円
保険料	25,800 円 （留学先カレッジの保険料は学費に含まれていた）
宿舍費（1 か月あたり）	約 11 万円 （朝食，夕食付き）
食費（1 か月あたり）	約 2 万 5 千円 （昼食，夕食）
渡航旅費	往路 148,510 円 （復路 2 万マイル）

### 滞在形態関連

1) 種類
ホームステイ。
2) 部屋の形態
個室。
3) 設備
シャワー，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，Studying Room。
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？
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？
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。
<b>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？</b>
私の住んでいた街は治安が良い場所でしたが、少し離れるとホームレスの方が多い場所もありました。夜は一人で出歩かない、財布などの貴重品はリュックの奥の方にしまうなど基本的なことには気をつけました。またATMからお金を下ろす時は、友達と一緒にいる時や学校の中にあるものを利用しました。
<b>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？</b>
ホームステイ先のWiFiは問題なかったのですが、学校は校舎によっては繋がらない場所もありました。日本からポケットWiFiを持参していたので困ったことはありませんでした。ただポケットWiFiはレンタル料が高いのと現地の携帯電話番号が取得できないので、SIMカードの利用も考えるべきだったと思います。
<b>8) 現地での資金調達はどうに行いましたか？</b>
もともとソニーバンクを利用していたので、そのキャッシュカードを使って現地のATMからアメリカドルを引き出していました。
<b>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？</b>
基本的に何でも揃います。ただ物価が高く、量も多いので始めは驚きました。また日本食もアジアマーケットなどで手に入れることはできますが、物によっては三倍ほどの値段がしました。
<b>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？</b>
クレジットカード。
<b>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。</b>
何事も「郷に入りては郷に従え」を意識するといいいと思います！

### 渡航について

<b>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？</b>
ホストファミリーのお迎え。
<b>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？</b>
はい。2日間。

### 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）

<b>履修した授業科目名</b>
Color
<b>授業内容や試験、授業を受けた感想について</b>

色の心理や組み合わせについての講義とそれに関する実技。一学期の中で 7 つほどの作品を作りました。絵やデザインが好きな人にはオススメです。久しぶりに芸術関連の授業を受けられてとても楽しかったです。授業で使う絵具などの道具はネットで注文しました（先生が教えてくれます）。

<b>履修した授業科目名</b>
------------------

Cultural Anthropology
-----------------------

<b>授業内容や試験、授業を受けた感想について</b>
-----------------------------

文化人類学の講義。パワーポイントのスライドが用意されていましたが、基本的にはそこから先生と生徒たちで話を膨らませていくような授業でした。課題は授業で触れた人類学の用語の説明や、授業内で見たビデオの要約とレスポンスでした。課題の数は多いですが、毎回コツコツやっていたら大丈夫です。
---

<b>履修した授業科目名</b>
------------------

Magic, Witchcraft, and Religion
---------------------------------

<b>授業内容や試験、授業を受けた感想について</b>
-----------------------------

世界の宗教や民族の伝統儀式、考え方についての講義。この分野は人々の文化の基盤になる部分だと思うので私にとっては興味深かったです。テストは全部で3回あり、マークと何問か記述という形式でした。テストの前日に先生がキーワードを教えてくれるのでそこを復習すれば大丈夫でした。しかし細かい質問も多いのでテスト勉強は必須です。
---

<b>履修した授業科目名</b>
------------------

Fitness for Life
------------------

<b>授業内容や試験、授業を受けた感想について</b>
-----------------------------

心と体の健康についての講義。内容自体は高校までの保健や生物の授業に似ていましたが、見慣れない専門用語の英単語が多く出てきたので少し難しかったです。チャプターが終わるごとにマーク式のミニクイズを行い、最終試験はマーク式テストと3~5ページのレポート課題でした。

## 留学体験記

<p><b>留学しようと決めた理由や、この留学先を選んだ理由</b></p>	<p>留学を決めた理由は、それまでの大学生活に物足りなさを感じていたからです。入学して半年が過ぎたころ、大学を卒業した時自分は何か胸を張って言えることがあるだろうかと不安を感じ始めました。今の自分より上のことに挑戦したい、色んな人に出会いたい、自分の世界を広げたいと思い留学を決めました。また英語を話せるようになりたいと思ったことも一つの理由です。留学先は、カリフォルニアの過ごしやすい気候と費用、成人式に参加したかったので8月から12月までという期間を見て選びました。</p>
<p><b>留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備</b></p>	<p>留学が決まってすぐにパスポートの更新をしました。2, 3月は留学先大学に多くの書類を提出しました。2年生に進級してからはより一層英語の授業に集中し、留学までに少しでも英語力をアップさせようと頑張りました。5, 6月にホームステイ先の申し込み、ビザの取得、航空券の手配を済ませました。7月は学校のテストや課題で忙しくなるので、早め早めに準備を進めるといいと思います。留学先を決める前の話になるのですが、留学先に寮があるかないかはよく確認しておけば良かったなと感じています。</p>
<p><b>留学中に役立った書籍、ウェブサイト、アプリ等</b></p>	<p>明治大学国際日本学部のサイトに掲載されている、先輩方の留学体験記を参考にしました。私の留学先の情報はなかったのですが、違う留学先の話も参考になると思います。また留学先のホームページはよくチェックすると思います。私は気になる授業をピックアップしたり、学校のスケジュールなどを見ていました。さらにグーグルマップも役に立ちます。留学前はホームステイ先や学校の周りをストリートビューで見て雰囲気などを確認していました。留学中も目的地までの行き方を調べるのに大変役に立ちました。</p>
<p><b>大学・学生の雰囲気（職場や同僚の雰囲気）</b></p>	<p>様々な国、様々な肌や目、髪の色、様々なファッションスタイル、様々な年齢などなど本当に色々な人がいて、多様性を感じました。みんなフレンドリーでカフェテリアに行けば友達の友達と友達になれることが多くありました。メインキャンパスが大規模工事中だったため、施設はあまりよくありませんでしたが、来年完成予定らしいので次行く方は利用できるかもしれません！また日本人の数がとても少なく、私は最後まで明治大学から一緒に行った1人以外とは日本人と話す機会がありませんでした。初めは不安に感じましたが、今思うとラッキーだったと思います。</p>
<p><b>滞在先の雰囲気</b></p>	<p>滞在先は七十歳くらいのフィリピン人のご夫婦の家でした。広い部屋と個人のバスルームを用意してもらいとても快適に過ごすことができました。朝食はホストが買っておいてくれるパンやシリアルなどを自分で食べ、夕食はホストマザーが美味しいフィリピン料理を作ってくれました。夕食は時々ホストと一緒に食べ、一人で食べる時もテーブルについて話をしてくれました。洗濯が10日に1回というルールには戸惑いましたが、服を買い足す、下着は手洗いするなど乗り越えることができました。</p>

<p>留学先における交友関係</p>	<p>オリエンテーションで知り合った友達とは留学中ずっと仲良しでした。またクラスでも何人が友達ができ、一緒に勉強をしたり、ご飯に行ったりなどしました。車を運転できる友達には休みの日に遠くに連れて行ってもらったり、観光地を案内してもらうなど大変よくしてくれました。もともと学校にアジア系の人が多いのもあってか、私の友達もアジア系の人が多いです。みんなフレンドリーで優しく、これからもずっと関係を続けていきたい人たちです。彼らのおかげで留学を楽しむことができました。</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>始めの一週間は慣れない環境に対する不安でいっぱい、帰りたいたと思うこともあり。学校が始まってからは友達ができるか悩んだり、自分の思ったことがうまく言葉にできずもどかしい気持ちになったこともあり。また一度ホームステイの会社からお金が振り込まれていないと言われたことがあり、その時はとても焦りました。親にカード会社に連絡してもらおうと、海外の会社だったためロックがかかってしまったようで、解除してもらい解決することができました。</p>
<p>留学先における学習、課題や試験</p>	<p>始めの方は先生が言っていることがあまり聞きとれませんでした。が、だんだんと聞き取れるようになりました。授業中はノートを取るよりも先生の話の聞くことに集中していました。不安なところは授業後に先生に聞きに行けば優しく教えてくれます。行き帰りのバスでは、教科書やノートを読んでその日の予習復習をしていました。課題やテスト勉強は図書室やカフェで友達と一緒に取り組み、わからないところを教え合っていました。レポート等は明治大学の英語の授業で習ったことをしっかりやれば乗り越えられると思います。</p>
<p>大学外の活動（課外活動や自由時間など）</p>	<p>インターナショナルクラブに加入したのですが、一度も活動がなかったのが残念でした。休日は友達と買い物に行ったり、映画を観たり、サンフランシスコやサンノゼに観光に行ったりしました。メジャーリーグ観戦も面白かったです。また Extra Credit がもらえるボランティアにも参加しました。サンクスギビングデーの四連休には、他の学校に留学している明治の友達と違う州に遊びに行きました。授業と授業の間が長かったので、カフェテリアで友達とおしゃべりしたり、学校近くのティーショップで勉強したりしていました。</p>
<p>留学を志す人へメッセージやアドバイス</p>	<p>留学は今の自分を見つめ直し、新しい自分に出会える良いきっかけになります。私からのアドバイスは「郷に入りては郷に従え」。せっかく違う環境に飛び込むのだから、まずは自分が変化し、新しい環境をよく知るべきだと思います。その上で日本と比べたり、自分の中のここだけは変わらない部分を見つけたりすると楽しいです。私は留学して本当に良かったなと感じています。明確な理由や目的がなかったって、留学してみたいと思っただけで挑戦してください。応援しています！</p>

