

留学報告書

留学先国	アメリカ
留学先高等教育機関名	ロスメダノスカレッジ
留学期間	2018年8月～2019年5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）	80万円
保険料	30万円
宿舍費（1か月あたり）	9万円
食費（1か月あたり）	ミールプラン
渡航旅費	20万円

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、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。
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、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？
ホームレスが少し多めだった。
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？
携帯電話は sim カードを購入した。 カレッジでは、電波が届かなかったり wifi が不安定な教室があった。 ホームステイ先では wifi は快適に使えた。
8) 現地での資金調達はどのように行いましたか？
現地で銀行口座を開設し、親に日本から送金してもらった。銀行のクレジットカードを使用した。
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？
歩いて15分ほどの最寄駅の隣に大きなスーパーがあった。 ショッピングモールやアウトレットに行くには車で15分から20分ほどかかる。
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？
海外送金。
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。3日間ほど。

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

Introduction to Sociology

授業内容や試験、授業を受けた感想について

Sociology の基礎を学びました。4 回の小テスト, 3 回の scantron を使った試験, 1 回の記述試験がありました。

自分の興味がある文化や人種のことについて学べたのがとても良かったです。

留学体験記

<p>留学しようと思った理由や、この留学先を選んだ理由</p>	<p>留学しようと思った理由は、単純に英語力を伸ばしたかったのと、海外に興味があり、異なる文化の生活を経験してみたいと感じたからです。日本には学べないこと、気づけないことがたくさんあると感じました。そして、多種多様な人たちと触れ合い、文化を体験することで、国際的視野を広げたいと思ったからです。留学先のカレッジは雰囲気良さそうだと感じたのと、特にカリフォルニアは多文化であり、そして住みやすそうだと感じたので選びました。</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>留学に備えるために、日本でもたくさん英語に触れておこうと考えていましたが、バタバタしているうちにあまり準備を進められませんでした。英語に慣れるために、洋画を見たり、洋楽を聴いたり、youtube で海外や英語に関する動画を見るなどして、たくさん英語を聞きました。日本では英語を話す機会を全然作れなかったのが、英語でのコミュニケーションの練習をもっとできていればさらに良かったなと感じました。英語の本を読んだり英語で文書を書く習慣をつけるなど、日本でもっとたくさん英語に触れておけば良かったと感じました。</p>
<p>留学中に役立った書籍、ウェブサイト、アプリ等</p>	<p>私は知るのが少し遅くあまり活用できませんでしたが、Rate My Professors という学生が教授に対して評価をつけられるレビューサイトがあります。このサイトでは教授の評価を知れるので、授業や教授を決める際にとっても参考になります。授業や教授選びに失敗しなくてすむので、とても役に立つサイトであると思います。</p> <p>日本では使う機会がないUber は、アメリカではよく使われるし、とても便利でした。車社会のアメリカで、運転できない私は特に、Uber のアプリはとても役に立ちました。</p>
<p>大学・学生の雰囲気（職場や同僚の雰囲気）</p>	<p>私の留学先のカレッジでは留学生は少なかったのですが、学生が多国籍で、たくさんの文化背景を持った人たちと知り合うことができました。カリフォルニアは特に多文化なので、メキシコ、ロシア、ブラジル、オランダ、フランス、ドイツ、アフガニスタン、中国、ナイジェリア、エチオピア人など、たくさんの人種の方々と交流することができました。カレッジの隣には大きな湖があり、秋には紅葉がとても綺麗で、自然豊かでのどかなところでした。</p>

<p>滞在先の雰囲気</p>	<p>カナダ人のホストマザー1人のお家にホームステイをしました。家は静かでのどかな住宅街にありました。ホストマザーは明るく、とてもフレンドリーな方です。ホストマザーとはたくさん映画を見に行ったり、劇を観に行きました。また、スキーに連れて行ってくれたりと、様々なところに連れて行ってくれました。ホストマザーは看護師をしていて毎日忙しそうでしたが、毎回美味しい夜ご飯を作ってくれました。温かいホームステイ先でとても嬉しかったです。</p>
<p>留学先における交友関係</p>	<p>カリフォルニアは特にヒスパニックの方が多く、メキシコ人やプエルトリコ人、エルサルバドル人の友達がたくさんできました。土日にはショッピングに行ったり、映画を見たり、サンフランシスコに遊びに行ったりして楽しみました。冬には、同じ留学生のブラジル人のお友達とスキーに行きました。後期が終わって日本に帰る前には、アメリカ人のお友達とニューヨークに旅行に行きました。また、アニメクラブに何度かお邪魔して、日本の文化に興味のある方たちとも交流することができ、とてもいい経験になりました。</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>授業内容を理解したり、課題にかかる時間がほかの学生に比べて多くかかってしまうので、たくさん時間を割いても少ししか進捗せず、内容を理解するのにも課題を終わらせるのにもたくさん時間がかかってしまうのがとても大変でした。</p> <p>辛かったことは、授業でのディスカッションで、自分の意見をうまく伝えられなかったことです。グループ内の話し合いで意見が言えないことがあったので、もっと自分の意見を英語で伝えられる練習をしないと強く感じました。</p>
<p>留学先における学習、課題や試験</p>	<p>授業の合間や授業終わりに図書館に行って勉強をしていました。その日の復習や次の授業の予習、課題などたくさんやることもあり、平日は授業が終わると図書館にいることがほとんどでした。英語のネイティブではないので、他の生徒と比べて内容を理解するのにも、課題を進めるのにも倍の時間かかってしまうので、休日なども図書館やカフェなどに勉強をしに行くことが多く、勉学に費やす時間が多かったです。</p> <p>試験については、マークシートの試験は個人的にも簡単でやりやすかったけれど、記述式の試験は、ライティングが苦手な私にはとても難しかったので、きちんと理解して自分の言葉でかけるようになるようになるまでとても時間がかかりました。</p>

<p>大学外の活動（課外活動や自由時間など）</p>	<p>課題が大変で勉強に追われていたので、その日の授業が終わってからも、学校に残って図書館などで勉強している時間が多かったです。そのあとに友達とご飯を食べに行ったりもしました。家に着いてからは、ホストマザーと学校のことや勉強のことについて話す時間も大切にしました。休日で勉強に余裕がある日は、映画を観に行ったり、ライブを見に行ったり、お買い物に行ったり、サンフランシスコが近かったのでドライブしに行ったりなど楽しみました。</p>
<p>留学を志す人へメッセージやアドバイス</p>	<p>初めは慣れない環境の中、授業についていけなかったり、課題に追われて出かけられる時間がない時期もあったりして、勉強の毎日で大変なこともたくさんあったけれど、それを乗り越えれば楽しいことが待っていて、長期休暇の時に行く旅行のことなどを考えたら、私は頑張れました。頑張った分だけ自分の力にもなるし、楽しいことも倍増すると思って頑張りました。大変だったことも含めて、留学を通してたくさんの経験が自分自身を成長させてくれるなど強く感じましたし、たくさんの思い出と共に、留学は本当にいい経験になったなと感じました。</p>