

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	2019年8月～2019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）	90万円
保険料	5万円
宿舍費（1か月あたり）	13万円
食費（1か月あたり）	10万円
渡航旅費	20万円

滞在形態関連

1) 種類
寮。
2) 部屋の形態
相部屋（部屋：自分含め2人，スイート：自分含め4人）。
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，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？
いいえ。
4) 留学にあたり、必須の予防接種はありましたか？
はい。髄膜炎。
5) 学内外で問題が発生したときは、誰に相談しましたか？
大学の留学担当窓口。
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？
治安はかなり良かった。 在ニューヨーク日本国総領事館からのメールで注意喚起などを受けた。
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？
学校のインターネットはスムーズで使いやすかった。学校外に出た時はアメリカ放題で使いたい放題でした。SIM カードを購入していなかった友人でも Wi-Fi が至る所にあっただので、そこまで困っていなかったと思います。個人的には Starbucks の Wi-Fi が一番優秀だったと思います。
8) 現地での資金調達はどのように行いましたか？
クレジットカードを2つ（自分の口座のもの1つ、親の口座のもの1つ）、デビットカードを1つ持っていったため、買い物で不自由することはあまりありませんでした。ただ、友達と割り勘などをする際に、現金でやり取りしていたので、ある程度現金があった方がいいと思います。現地でもクレジットやデビットを使って ATM で現金を下ろすことは可能ですが、手数料などがかかってしまうのであまり降ろさない方がいいと思います。
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？
薬が高く手に入りにくいので、腹痛薬や頭痛薬などを一応持って行った方がいいと思います。特に、風邪薬は絶対にもっていった方がいいと思います。インスタント食品はアメリカでも手に入りますが、ちょっと高くなってしまっているので持って行っていいと思います。また、日本語の本を持っていくのもいいと思います。
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。
ある程度アメリカでの生活に慣れてくると、近くのアウトレットなどで買い物をするのもあると思うので、あまりものを持って行きすぎない方がいいと思います。

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。約 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	
ESL Reading & Writing	
授業内容や試験、授業を受けた感想について	
とても参考になる授業でした。Academic の授業でメールを送らないといけない場面で特に役に立ちました。	

履修した授業科目名	
ESL Listening & Speaking	
授業内容や試験、授業を受けた感想について	
正直なところ、レベルがかなり不安定でした。いろいろなレベルの人で構成されている授業だったということもあり、だんだんつまらなくなってしまいました。根気よく集中力を切らさずに頑張っていく必要があると思います。	

履修した授業科目名
ESL Grammer
授業内容や試験, 授業を受けた感想について
個人的には参考になる授業でした。日本で塾講師をしていたので、自分が教えにくかった部分をどのように英語で説明しているのかを聞くことができ、とても興味深い授業でした。

履修した授業科目名
Cultural Anthropology
授業内容や試験, 授業を受けた感想について
文化人類学という、かなり広い学術範囲の授業でしたが、アメリカ人視点で国外文化をどのように見ているのかウを知ることができ、面白かったです。課題やリーディングが多かったので大変な部分もありましたが、充実した授業でした。

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>まず最大の理由は、アメリカ大陸に行ったことがなかったので、一回行って見たかったことです。特にアメリカはよくメディアで取り上げられるような国だったので行きたかったです。その際、アメリカの大学の候補は大量にあったのですが、留学生の数が多いいということ、立地がニューヨーク州にあるニューヨーク州立大学が最もいいだろうと思い、本大学に決めました。国際日本学部が提供しているプログラムだったという点も、質問などがしやすいということから決める一因となりました。</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>あまり準備はしませんでした。留学の面接についても聞かれたことに正直に答えようと思っていたため、特に準備はしませんでした。実際に留学先が決まり、パッキングを始めたのも出発の1週間前だったので時間をかけずに準備しました。ただ、ビザと航空券に関しては早めに準備をした方がいいと思います。ビザは最悪でも1か月前には取れるようにしているといいと思います。また、航空券についても、行きは日程が確定次第とった方がいいと思います。帰りのチケットもとってしまってもいいですが、現地に行ってからとるのでも遅くないので、それでもいいと思います。</p>
<p>留学中に役立った書籍、ウェブサイト、アプリ等</p>	<p>特定のサイトは覚えていませんが、パッキングをする際には何を持っていくべきかインターネットで調べました。また、飛行機については日によって価格の変動が激しいので、こまめに確認するようにしていました。留学中だと、amazonのアメリカ版のサイトがあると便利だと思います。必要なものを買うことができるのと同時に、Black Fridayで大幅にディスカウントもされるのでとてもよかったです。あとは、明治大学のVPNはあるととても便利です。日本のラジオはもちろん、日本の位置情報でないと使用できないアプリを使うこともできるようになるので、ぜひ設定しておいた方がいいと思います。</p>
<p>大学・学生の雰囲気 (職場や同僚の雰囲気)</p>	<p>とても穏やかな雰囲気の学校だと思います。図書館やスタディスペースで勉強している人が多いですし、目的をもって積極的に授業を受けている人が多いように思えます。アカデミックの授業に関しては、授業内で先生が質問をした際に積極的に回答する人が多く、自分もその雰囲気にいい影響を受け、発言、質問がしやすかったです。ESLの授業に関しては明治大学の英語必修の授業とほとんど同じ構成で、今学期はアジア人のみ(ほとんど日本人)</p>

	の授業でした。
滞在先の雰囲気	学校のあるニューパルツはニューヨーク州にあるものの、かなり穏やかな場所です。車がないと遠くまで行けないくらいには田舎でした。マンハッタンに行く場合はバスを使って1時間半ぐらいで着きます。近くのスーパーまでは歩いて10~15分ほどで着くため、近くはないですが、ダイニングホールの食事に耐えられなくなった場合には自炊をすることもできます。レストランは近くに何件かありますが、1セメスターで確実にすべて行けるぐらいの数しかないため、スーパーを使うこともあるかと思います。
留学先における交友関係	ESLの授業のクラスメイトと友達になり、彼らとともに行動することが多かったと思います。また、Japanese Tableという日本語を学習したい人が来る集まりがあるのですが、そこでアメリカ人の学生と仲良くなりました。また、サークルのような、クラブがいくつかあり、そこで友達を作ることもできました。みなとてもいい人たちなので、こちらがたどたどしい英語で話していても理解しようとしてくれます。また、ジムなどで卓球やバスケをしていれば、知らない人がいつの間にか混ざってきて、仲良くなるようなこともありました。
留学中に困ったこと、つらかったこと、大変だったこと	複数人と共同生活をするにあたって、文化的な違いや、習慣の違いから些細なことながらも、苦労することはありました。自分だけでなく友達も特に苦労していたのが、ごみの問題でした。2人部屋の場合ごみ箱が2つあるのですが、人によっては平気でこちら側のごみ箱にごみを捨ててきて、自分が全く捨てていないのにもかわらずごみ箱がいっぱいということがありました。そして、そのごみ箱は自分で片づけなければいっぱいのままでした。ルームメイトやスイートメイトが決まると同時ぐらいにルームメイトアグリーメントという部屋での決まり事を一緒に書くのですが、そこに書いていようが書いていまいが、それが守られないこともあります。自分の意見はしっかり言わないと伝わらないので、根気強く対応する必要がありました。

<p>留学先における学習、課題や試験</p>	<p>ESL の授業は課題という面でも国日の英語必修の授業と似ていたため、定期的にエッセーを書かされるぐらいでした。テストも中間と期末に分かれていたので、そこまでの違いはありませんでした。Academic の授業に関してはもちろん授業によって違いますが、私がとっていた文化人類学の授業はテストが期末含めて 3 回あり、Participant Observation という参加型の課題が 2 つ、その他のリーディングの課題が 2 つありました。正直 ESL の課題とバッティングしたときには期限に追われながらやっていました。試験に関しても復習をしないと全く分からないようなものだったので、しっかり勉強していました。</p>
<p>大学外の活動（課外活動や自由時間など）</p>	<p>4 か月のうち 2 か月ほどは授業が 1 つ多かったため、夜ご飯を食べた後にジムに行って体を動かしていました。その授業が終わった後は、課題もだんだん増えてきていたので、基本的には自分の部屋や図書館で勉強をしつつ、クラブに参加したり、寮にあるキッチンでご飯を作ったりしていました。クラブに関しては 1 度クラブとしてのイベント参加があり、日本とアメリカの盛り上がり方の違いを観れて、とても面白かったです。週末など、1 日中時間が取れた時には、マンハッタンに行ったり、近くのアウトレットに行きました。</p>
<p>留学を志す人へメッセージやアドバイス</p>	<p>正直、自分が最大限留学を有効活用していたかといわれればできていなかったかもしれません。もっと現地学生と交流を図る機会があったらうし、英語をもっと伸ばせたかもしれない。ただ、だからといって何も学ばなかったのかといえ、そんなことはありませんでした。日本でも外国人と交流すれば文化的違いに気づくことはできますが、結局はホームでプレーしている点は変わらないと思います。留学することによって、自分をアウェーという環境に置き、文化的違いを感じるすることができます。逃げ場がないからこそ、その文化に順応しようと頑張るし、そこから成長できると思います。あまり気負いしすぎずに頑張ってください。</p>