

## 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	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）	54万円
保険料	8,7065円
宿舍費（1か月あたり）	10万円
食費（1か月あたり）	1万円 ミールプラン（朝と夕食）
渡航旅費	19万2千円

### 滞在形態関連

1) 種類
ホームステイ。
2) 部屋の形態
個人部屋。
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, 食堂, 電話, Studying Room。
<b>4) 住居を探した方法</b>
留学先大学の指定。

現地情報
<b>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？</b>
いいえ。
<b>2) 現地で病院にかかったことはありますか？</b>
いいえ。
<b>3) 保険について、現地の医療保険に加入しましたか？</b>
はい。
<b>4) 留学にあたり、必須の予防接種はありましたか？</b>
いいえ。
<b>5) 学内外で問題が発生したときは、誰に相談しましたか？</b>
日本にいる友人や家族、大学のカウンセラー。
<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>
私が滞在していたフリーモント市では、ホームレスをよく見かけました。できる限り人通りがあるところを通るようにしていました。
<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>
オローニカレッジとホームステイ先ともにインターネット接続はよかったです。外出するときは私はポケット Wi-Fi も使っていました。
<b>8) 現地での資金調達はどのように行いましたか？</b>
海外でおろせるデビットカードを使っておろしました。
<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>
通学路にお店がありそこで買い物をしていました。薬は日本から持って行きました。
<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。

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。

オローニカレッジの食堂が開いてなく、そのためフードトラックが来ていましたが値段が高く買うのをためらいました。スーパーではお弁当が売っていないためお昼の調達に苦労しました。ちなみに、そろそろ食堂が開くようです。

### 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？

ホームステイ機関の人に頼んだ。

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。2日間ありました。

### 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 Intercultural Communication

#### 授業内容や試験、授業を受けた感想について

この授業ではディスカッションと発表が多かったです。課題は主に、オンラインで教授が出す質問に答える形式でした。最終試験はプレゼンテーションでした。課外授業で日系アメリカ人博物館へ行き、日本では馴染みのない人種問題について考えるなどとても価値のある授業でした。

#### 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

文化や性別、環境のことなど幅広く勉強しました。毎週オンラインでミニクイズがありました。レポート課題が2回、中間試験と期末試験がオンラインでありました。抽象的な用語が多く毎回復習をして意味を確認していました。

**履修した授業科目名**

Listening and Speaking Skills, Level 2 (ESL)

**授業内容や試験、授業を受けた感想について**

教科書を使った授業でした。グループディスカッションや発表が多かったです。教科書のチャプターごとにテストがあり、最終試験はTEDを聞いて答えるリスニング問題とクラスの前で短い物語を音読しました。発音に力をいれていたのととても役に立つ授業でした。

**履修した授業科目名**

Vocabulary Improvement

**授業内容や試験、授業を受けた感想について**

これは1単位の個人学習です。大きく分けて課題が3つあり、全て終わるとAがとれました。

## 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>英語の環境で何ヶ月間か留学してみたいという願望があり留学を決意しました。オローニカレッジを選んだ理由は、いろいろな国からの留学生を受け入れているためいろいろな人の価値感を学べる場所だと思いました。また、私は文化に興味があったので異文化コミュニケーションを学ぶのに最適な場所だと考えたためでもあります。他にも、オローニカレッジではホームステイを滞在先のオプションとしていたため、ホームステイをしたい私にとっては良い条件でもありました。また、初めての長期留学だったので留学期間が約5ヶ月とちょうどいいと思い選びました。</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>大学1年生の頃にこのアカデミック留学を応募するためにTOEFLの勉強をし始めました。自分のスコアを見て自分に合った留学先を絞っていき最終的にオローニカレッジに決めました。初めての長期留学だったため友達や先輩から情報を得たり、分からないことは聞いたりしました。やっておけば良かったことは、もっと早く現地での現金調達を明確にしておけばよかったです。留学直前に、海外での現金引き落としがよく分からずあたふたしてしまっただけで、前もって調べておくべきでした。</p>
<p>留学中に役立った書籍、ウェブサイト、アプリ等</p>	<p>始めは、オローニカレッジのウェブサイトにて授業内容などを調べていました。その後は分からないことがあったら先輩、友達、留学担当者に聞くなどして情報を集めていました。特に私は、オローニカレッジの留学担当者によくメールをしていました。すぐにメールの返信をしてくれたため助かりました。分からないことはためらわずに聞いた方がいいと思います。オローニカレッジでの雰囲気を知るためには先輩からの話を参考にしてみました。細かく教えてくれたためとても助かりました。</p>
<p>大学・学生の雰囲気 (職場や同僚の雰囲気)</p>	<p>オローニカレッジには本当にいろいろな国からの留学生がいて新鮮味のある授業を受けることができました。私がとっていたコミュニケーションのクラスでは、メキシコ系アメリカ人、中華系アメリカ人などいろいろな国の人たちが集まっていました。また、そのクラスメートたちは優しく、いろいろ助けてくれました。大学内では、英語はもちろんのこと他にも様々な言語が聞こえてきました。日本人はキャンパス内ではあまり見かけませんでした。オリエンテーションの時に見かけたくらいです。</p>

滞在先の雰囲気	<p>私は、ホームステイをしていました。そして、1回ホームステイ先を変更しました。最初のホームステイ先は台湾の人たちで奥さんと夫の二人暮らしでした。夫は英語が話せずホームステイ先での言語はほとんど中国語でした。また、奥さんに何度かお金を請求されていました。9月の中ごろに2人が10日間くらい旅行しに行くということで、私は奥さんの友達のお宅（アメリカ人）に移りました。そこはとても素晴らしいお宅で、よくしてもらったため、ホームステイ先をそちらのお宅に変えてもらうことができました。お昼を作ってもらったり、いろんな所に連れて行ってくれたのでとてもいい経験をすることができました。</p>
留学先における交友関係	<p>コミュニケーションのクラスで台湾の人と友達になりました。一緒のグループになってプレゼンテーションをしたりパートナーになったりしました。お昼はよくその人と食べました。近く中華料理店に連れて行ってくれたこともあります。クラス内ではベトナムの人とメキシコ系アメリカ人の人とよく話していました。大学外では、私はアダルトスクールという無料の英語のコミュニケーションが学べる学校に行っていました。そこで、日本好きなブラジル人と友達になりました。</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>特につらかったことは、1番目のホームステイ先です。とにかく英語を学びたかった私は英語でない環境に戸惑い、親に相談したりホームステイ機関の人にもメールしたりしていました。他にもお金を請求されたのでそこはしっかり断っていました。慣れないことが多かったので、毎晩のように泣いていたのを覚えています。ホームステイ先を変更してからは、毎日が本当に楽しくとても価値のある経験をさせていただきました。お年寄りのカップルで、アメリカ文化を間近に学ぶことができました。自分のためにも言いたいことはしっかり言わないといけないということを知ることができました。</p>
留学先における学習、課題や試験	<p>社会学では、復習をメインに勉強しました。毎週ミニテストがあったのでノートの見直しや教科書を読むなどしました。レポート課題では、どのようなことを書くべきなのか分からないことがあったので教授に何度か質問しにいきました。コミュニケーションのクラスでは、不定期に教授がオンラインで文化に関する質問を投げかけてくるのでその返答をしていました。分からないことがあったら教授や友達にすぐに聞くことが、勉強する上で大切なことだと思います。</p>

<p>大学外の活動（課外活動や自由時間など）</p>	<p>大学外では、アダルトスクールという無料の英語学校に週1で通っていました。これは、ホストファミリーから教えてもらいました。発音を中心に学びました。そこで友達が多くできたのでよかったです。ホームステイ先を変更してからは、ホストファミリーがよくサンフランシスコに連れていってくれました。ホストファミリーはツアーコンダクターをやっているのので、少しお手伝いもさせていただきました。また、会合みたいなものにも参加させてもらいました。とてもいい経験になりました。</p>
<p>留学を志す人へメッセージやアドバイス</p>	<p>留学は全ていいことばかりじゃないと思います。英語の壁や文化の違いなど些細なことで悩んでしまうかもしれません。しかし、その分、一つずつ自分にできることを増やしていくことができると思います。私の場合、段々と自分の意見を言うことができるようになってきました。現地でしか経験できないことはたくさんあるので皆さんにはぜひ留学に行ってほしいです。私は、この留学のおかげで大きく成長することができました。大変なこともあるかもしれませんがそれ以上に留学は価値のあるものだと思います。応援してます。</p>