

留学報告書



留学先国	アメリカ
留学先高等教育機関名	ハワイ大学カピオラニコミュニティカレッジ
留学期間	2022年1月～2022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）	44万
保険料	15万
宿舍費（1か月あたり）	9万
食費（1か月あたり）	6万円
渡航旅費	23万円

滞在形態関連

1) 種類
・寮
2) 部屋の形態
・相部屋
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・食堂・電話・Studying Room・宅配ボックス
4) 住居を探した方法
・個人的に探した

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？
いいえ

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？
はい 「はい」の場合予防接種の種類：麻疹、破傷風など
5) 学内外で問題が発生したときは、誰に相談しましたか？
・海外留学先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？
夜も安心して外出できたので、比較的治安はよかったと思う。
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？
寮のインターネット接続は普通で、携帯電話は、日本でプリペイドカードをかって使用していた。
8) 現地での資金調達はどのように行いましたか？
留学先から奨学金をもらった。
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きべき物がありますか？
家から近いところにスーパーなどがたくさんあったので困らなかった。 ハワイなので、日本食も比較的容易に手に入る。
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。
学内に日本人が多いので、英語を本気で身に着けたい人は、ネガティブのコミュニティを自分で探しましょう。

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？
・その他 「その他」の場合：タクシー
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？
いいえ

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 Philosophy
授業内容や試験、授業を受けた感想について

課題提出型授業。哲学の概要、生徒同士の意見交換。
自分で学習を進めなければいけないため、それができる人にはおすすめ。

履修した授業科目名

Selling Destinations

授業内容や試験、授業を受けた感想について

オンライン授業。世界の観光地の紹介、受動的な場面が多いので忍耐力が必要。
テストは、暗記項目過多。

履修した授業科目名

Science of Human Nutrition

授業内容や試験、授業を受けた感想について

対面形式の講義の授業、毎回のモジュールごとにテストがあり、覚えることが多い。
ただ先生がとても親切で接しやす方だった。

履修した授業科目名

World History since 1500

授業内容や試験、授業を受けた感想について

課題提出型授業。高校の世界史の授業を英語で受けているような感覚。
課題の読み物が結構量がある。

留学体験記

留学しようと決めた理由や、この留学先を選んだ理由

まず英語力を伸ばしたいと考えたときに、留学をするのがもっとも効果的だと考えたからです。やはり TOEIC の勉強やオンライン英会話などだけでは、どうしても限界があると感じていました。また、英語圏に行くことが手取り早いと考え、聞きなれているアメリカ英語である、アメリカを選択しました。その中でも、ハワイがコロナの被害が当時、少ない状況にあった点、気候的にも安定して暖かく過ごしやすい点を考慮して、ハワイ大学カピオラニコミュニティカレッジを選びました。

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>1年の夏ごろから、TOEFL 受験にあたって留学を意識しはじめ、資金等の準備としてアルバイトを始めました。あとは日本にいる間に言語交換アプリを使って、ハワイに住むアメリカ人の友人を作ることもしました。英語の勉強も、学問的なものだけでなく、実際の会話に高頻度で出てくる単語・フレーズを覚えることも意識して取り組んでいました。できるだけ高い点を TOEFL などで取っておくことで選択肢が広がるので、もっと高い点をとるようにがんばっておけばよかったです。</p>
留学中に役立った書籍、ウェブサイト、アプリ等	<p>特にないです</p>
大学・学生の雰囲気 (職場や同僚の雰囲気)	<p>コロナ禍ということもあったのか、キャンパス内の人の数が圧倒的に少なく感じました。僕がいた時期がとにかく日本人が多かったです。イベント等もあったのですが、やはりコミュニティ・カレッジということもあり、ネイティブスピーカーは少なかったと感じました。韓国人が次いで多かった印象があります。選択していた授業では、様々な国籍の方がいて中には、すぐく意欲的な人達もいたと思います。新学期から参加している人は、基本的に友達探しをしている状況だと思うので、話しかければすぐに友達になってくれるでしょう。</p>
滞在先の雰囲気	<p>様々な国籍、様々な学校に通う人が住むマンションのような形で、しっかりとオートロックでプライベートは確保されている部屋であったこともあり、隣人同士とほとんど関わりはなかったです。僕はアメリカ人と同じ部屋でしたが、キッチン・シャワールームもあり、二人で住む分には十分な広さでした。最上階には交流スペースがあり、時間帯によっては、いろんな人と交流できるチャンスがあると思います。しかし、国籍ごとに既に交友関係ができていたグループが多かった印象がありました。</p>
留学先における交友関係	<p>僕は学内では、前述したようにネイティブスピーカーが少なかったので、ネイティブの友人を作るべく、ルームメイトのアメリカ人の友人を紹介してもらうなどして交友関係の場を広げていきました。交友は、自分の何かしらの趣味・好きなことを作っておくとすんなりいくことができると感じました。また、クラスにも一人、ネイティブの方がいたのでその人と友達になり、何度も遊び、英語力向上も図ることもできました。日本人の友達は、あまり作ることを意識しませんでした。</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>現地で現金を使うために引き出し用のデビットカードを持って行ったのですが、それが不具合でつかえなくなり、現金引き出しの手段がなくなった時が一番困りました。この問題は、学校からの奨学金を貰い解決したのですが、日本を出国する前にもっと確認をして、カードをもう一枚くらいつつておけばよかったなと思います。あとは、就労ビザがなく、働くことができなかったため、持ち金が減っていく一方のなか金のやりくりをするのも大変でした。</p>
留学先における学習、課題や試験	<p>テスト勉強は力を入れて取り組みました。自分でエクセル等を使って、自分でできる一問一答集を作って勉強していました。試験は、自分のパソコン上で期限内であればいつでも受けられるものもありましたが、中には学校の図</p>

	<p>書館内にあるテストセンターというところについてテストを受験するものもありました。テストの結果は、しばらくすれば学校のマイページの授業ごとの成績表で確認することもできました。授業内容を理解するときは、当たり前かも知れませんが、英語でなるべく理解することを意識しました。</p>
<p>大学外の活動（課外活動や自由時間など）</p>	<p>授業がなければ基本的にやることはないので、自分の時間は大量にありました。自分の趣味があったので幸い暇な時間が続くことは少なかったが、それでも暇だと感じてしまう時が多かったです。ハワイ大学カピオラニコミュニティカレッジの学生証があれば、オアフ島を走るバスが乗り放題（学費に含まれている）だったので、それを使って島内の行きたい観光スポットは行くことができました。施設によっては、学生証があればタダで入れるところがあったのでお得に感じました。</p>
<p>留学を志す人へメッセージやアドバイス</p>	<p>とにかく誘惑と自分の時間が大量にあるので、自分次第で英語力向上できる・知識をつけるに差が出ると感じます。目的が、留学という名のバカンスなら問題ないですが、高い金額がかかっている以上、別の目的、自分が成長できそうなゴールを設定することをお勧めします。</p> <p>自分は半期間の留学でしたが、その中でも時間と友人を有効に使えば必ず英語力は伸びると思います。他の状況から留学に来ている周りの人に流されないように、全力で楽しみつつ、目的意識をもって取り組むと大変有意義な留学生活になると思います。</p>