

## 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8月～2022年12月
留学を開始した時の学年	3年生

### 留学費用（概算）

授業料（プログラム費用）	50万円
保険料	15万円
宿舍費（1か月あたり）	20万円
食費（1か月あたり）	10万円
渡航旅費	15万円

### 滞在形態関連

<b>1) 種類</b>
・ルームシェア
<b>2) 部屋の形態</b>
・相部屋
<b>3) 設備</b>
・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
<b>4) 住居を探した方法</b>
・個人的に探した

### 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>
はい

<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>
はい 「はい」の場合予防接種の種類：
<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>
・留学先の友人 ・日本にいる友人や家族
<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>
公衆のトイレには近づかない方が良いかも
<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>
学校のインターネットは不安定なときが多かったが、住んでいた場所では問題なかった。
<b>8) 現地での資金調達はどのように行いましたか？</b>
クレジットカード決済が多かったため送金はしてもらっていない
<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きべき物がありますか？</b>
ドンキホーテや日本商品を売っている店もあるためほぼほぼの日本製品は調達可能。洗顔をするときの泡立てネットは売っていなかったため、持って行く必要があれば日本から持参することを勧めます。
<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>

### 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>
ウーバータクシー
<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>
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）

<b>履修した授業科目名</b>
ESOL 94
<b>授業内容や試験、授業を受けた感想について</b>

授業は課題が多く難しい割に、授業日数が多くもらえる単位も少ないため履修することは勧めない。私が受けていたものの内容としてはエッセイを書くことが基本だが、先生によって内容が違っていると聞いた。

<b>履修した授業科目名</b>
Music in the world culture
<b>授業内容や試験、授業を受けた感想について</b>
世界中の音楽の構成や楽器を中心に習う。授業は講義型だが試験はある。難易度は勉強をしていれば8割から満点がとれるもの。

<b>履修した授業科目名</b>
Hawaiian culture
<b>授業内容や試験、授業を受けた感想について</b>
ハワイの文化や、ハワイの神のことを学ぶことができる。試験はないが定期的にレポートのような課題がある。かなり簡単な授業である。

## 留学体験記

<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>	私がカピオラニコミュニティカレッジに留学しようと思った理由としては「たくさんの方と関わることができる」と考えていた部分が大きいです。ハワイは世界でも有数の観光地であるため日常においても現地の方やネイティブスピーカーの方を含め多くの方と関わりながら留学できたらと思ってこの学校を選択しました。また、自分自身フラダンスやハワイの音楽に興味もあったため選択したことも理由の一つです。
<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>	本格的な準備は4月頃から始めました。主に行ったこととしてはビザ発行、滞在先探し、大学への書類作成などです。しておけば良かったと思うことは滞在先探しをもっと早めしておくべきだったということです。大学側からの紹介はありますが、紹介がある頃には空きがないところが多いです。また、大学側は滞在先探しに関して情報を与えてはいけない立場にあるのですべて自分で探さなければなりません。
<b>留学中に役立った書籍、ウェブサイト、アプリ等</b>	自分自身あまりアプリなどを使うことがなかったのとくに教えることはできませんが、友人のなかには Face Book を使って滞在先の貸し出しを行っている人を頼って住む場所を見つけている人もいた。

<b>大学・学生の雰囲気 (職場や同僚の雰囲気)</b>	<p>外国人の方も多いですが日本人の方も多くなります。しかし、みんなフレンドリーで優しい方ばかりです。しかし合法だからと言ってマリファナなどを利用している人もいますので、そのような人と関わるかどうかは自分の選択によります。また、自分から話しかけないと外国人の方と友人になるのは難しいです。</p>
<b>滞在先の雰囲気</b>	<p>私の滞在先はホステルというシェアルームのようなところでしたがいい人ばかりがルームメイトになったおかげでとても楽しめました。一緒に観光したりお酒を飲んだり、日常会話をしたりと英語を使うことが楽しくなる環境ばかりだったので英語の上達にもつながりました。</p>
<b>留学先における交友関係</b>	<p>私は学校ではタイからの留学生の人と主に過ごしていましたが、日本人の友人とも関係はありました。しかし、日本人で固まってしまうと中々長く付き合う外国人の友人を作りにくくなってしまいうため自分から積極的に話しかけていくことを勧めます。初めはものすごく怖く緊張しますが勇気を振り絞れば「なんだこんなもんか」と思うほど簡単に友人になれるので頑張ってください。おすすめは休日何してるかを聞いて、興味があれば一緒に遊びに行く方法です。</p>
<b>留学中に困ったこと、つらかったこと、大変だったこと</b>	<p>ハワイは想像以上に狭いため途中でやる事がなくなったことがつらかったです。どこかに行こうと思っても誰かの車に乗せてもらったりお金がかかったりしたため、あまりお金をかけたくなかった私は暇つぶしの方法がなく大変でした。</p>
<b>留学先における学習、課題や試験</b>	<p>大変だったこととしては ESOL 94 の課題には点数があり、毎回 8 割以上取れないと単位をもらえるか怪しいと言われたことです。そのため課題をやる時は毎回とても慎重になりびりながら課題をしていました。しかし、レポートや試験だけで評価される授業の方が多いため授業で習ったことを 1 週間前くらいから少しずつ見直しておけば単位を落とすほどの成績を取ることは無いと思います。</p>
<b>大学外の活動 (課外活動や自由時間など)</b>	<p>自由時間はハイキング、ジム、ビーチ、ランニング、買い物に行っていました。しかし、虫が多いためランニングはおすすめしません。ハイキングやビーチはどこに行ってもきれいな景色が楽しめるためおすすめです。また、ハワイに飽きたと感じたなら本土に旅行へ行くこともおすすめです。私の友人はカリフォルニア州に行っていました私はニューヨーク州の方へ行きました。ハワイに遊びに来た友人もいました。カリフォルニア州までは 5 時間ほど、ニューヨーク州までは 9 時間ほどのフライトなので機会があれば是非。</p>
<b>留学を志す人へメッセージやアドバイス</b>	<p>思っている以上に日本人が多いため、外国人とずっと関わりながら留学したいと思っていると少し理想と現実が乖離してしまうかもしれません。しかし、自分から話しかけに行けば話は別です。慣れこそが最大の武器だと思ってどんどん話しかけてみてください。多くの外国人の方は日本人が好きなので向こうも友人になりたいと思っているはずで、初めは怖いかもしれませんが、意外と大丈夫です。張り切りすぎず落ち着いて留学を楽しんでください。応援しています。</p>