

留学報告書



キャンパスの写真



友人たちと行ったハロウィンパーティー

留学先国	アメリカ合衆国
留学先高等教育機関名	英文：Foothill College 和文：フットヒルカレッジ
留学期間	2024年9月～2025年3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）	110万円
宿舍費（1か月あたり）	18万円
食費（1か月あたり）	6万円
通学費（1か月あたり）	0万円
教科書代	2万円
渡航旅費	30万円
保険料	15万円
その他（娯楽、旅行等）	50万円

滞在形態関連
1) 種類
<input type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ルームシェア
2) 部屋の形態

<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋
3) 設備
<input checked="" type="checkbox"/> シャワー <input type="checkbox"/> お風呂(浴槽) <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> エアコン <input checked="" type="checkbox"/> キッチン <input checked="" type="checkbox"/> ランドリー <input checked="" type="checkbox"/> インターネット環境 <input type="checkbox"/> 食堂 <input type="checkbox"/> 電話 <input checked="" type="checkbox"/> Studying Room <input type="checkbox"/> 宅配ボックス <input type="checkbox"/> その他 ()
4) 住居を探した方法
<input type="checkbox"/> 海外留学先大学の指定 <input checked="" type="checkbox"/> 海外留学先大学のホームページ <input type="checkbox"/> 留学経験者に聞いて <input type="checkbox"/> 個人的に探した <input type="checkbox"/> その他 ()
5) 大学までの利用交通機関と通学時間(片道)
利用交通機関： <input checked="" type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車 <input type="checkbox"/> 自転車 <input type="checkbox"/> 徒歩 <input type="checkbox"/> その他 ()
通学時間(片道)：30分

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？
<input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> わからない
2) 現地で病院にかかったことはありますか？
<input type="checkbox"/> はい(利用機関名：) <input checked="" type="checkbox"/> 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？
<input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
4) 留学にあたり、必須の予防接種はありましたか？
<input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ 「はい」の場合予防接種の種類：
5) 学内外で問題が発生したときは、誰に相談しましたか？
<input checked="" type="checkbox"/> 留学先の友人 <input checked="" type="checkbox"/> 日本にいる友人や家族 <input type="checkbox"/> 海外留学先大学の先生 <input type="checkbox"/> 海外留学先大学のカウンセラー <input type="checkbox"/> 海外留学先大学の留学担当窓口 <input type="checkbox"/> ホストファミリーや RA (レジデンスアシスタント) <input type="checkbox"/> その他 ()
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？
治安は良く、約7か月間の滞在でしたが危険な目にはあいませんでした。
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？
SIMカードを使用し、スムーズにインターネットを使えました。
8) 現地での資金調達はどのように行いましたか？
日本の銀行のカードで現地のATMから引き出しました。
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きべき物がありますか？
ジャパニーズマーケットがあり、日本の食品を買うことができました。基本的にほとんどのものが現地調達可能ですが、価格の面を考えると日本から持って行った方がよいかもかもしれません。
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？

<input type="checkbox"/> 海外送金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> 口座振込 <input type="checkbox"/> その他 ()
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。
日本の製品の値段は高いですが、意外と現地でも手に入ります。

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？
<input checked="" type="checkbox"/> 留学先大学のピックアップサービス <input type="checkbox"/> 公共交通機関（バスや電車） <input type="checkbox"/> ホストファミリーのお迎え <input type="checkbox"/> その他 ()
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？
<input checked="" type="checkbox"/> はい（期間：F-1 ビザの学生のためのものと、新入生のためのものの二つがあり、それぞれ半日から一日くらいのボリュームでした。） <input type="checkbox"/> 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
Basic Composition Skills
授業内容や試験、授業を受けた感想について
英語を第二言語とする人向けの授業でした。事前にレベル分けのテストを受けることが必須で、そのレベルで履修できる英語の授業が決まります。この授業は週二回のオンラインで、主にリーディングとライティングについて学習します。試験は中間と期末で、リーディング、ボキャブラリー、ワンパラグラフライティングの問題が出題されました。リーディングとライティングに自信のない人は履修する価値があると思いますが、明治大学からプログラムを利用して留学する場合は、他の編入を考えている学生とは異なり、英語の授業は必須ではないので、英語力にあまり自信がない場合や他の国から来ている留学生と仲良くなりたい場合は履修する価値があると思います。

履修した授業科目名
Music of American Culture
授業内容や試験、授業を受けた感想について
いろいろなジャンルの音楽についてアメリカの文化や歴史と紐づけて学習する授業です。ジャンルは、HipHop、R&B、Folk、Jazz、Latin music など多様です。音楽の専門知識は特に必要ありません。中間、期末試験はなく、毎授業後に書く授業のサマリー、毎週のクイズ、音楽を聴いて自分の考察を書く課題、ディスカッションの合計ポイントで成績がつかます。授業中は、隣の人と話し合う時間もあり、非常に面白い授業だと思います。教授は2人いて、週で担当が変わります。お2人ともユーモアがあり、フレンドリーでとてもいい方々です。

履修した授業科目名

Sociology of Gender

授業内容や試験、授業を受けた感想について

社会学の観点から、ジェンダーについて学習する授業でした。授業内容は興味深く、ためになる内容でしたが、毎週 2～3 つの論文を読んで自分の意見を記述する課題があり、それは少し大変でした。他にも、レポートを作成する課題が 2 つと、グループプレゼンテーションの評価が成績に含まれます。この授業を履修するにあたって、もう少しアカデミックな語彙を増やすべきだったと思いました。教授はフレンドリーで優しい方でした。

履修した授業科目名

Interpersonal Communication

授業内容や試験、授業を受けた感想について

コミュニケーション学について学習する授業でした。学期の最初に自分が磨きたいコミュニケーションのスキルを設定し、それを鍛えていくというコンセプトの授業でした。課題はそれほど多くありません。毎週教科書を読んで自分の意見を書くディスカッションと、ちょっとしたレポートを書く課題が出されます。中間、期末試験はなく、課題で成績がつきます。授業と課題の内容がリンクしていないので、コミュニケーション学という学問としては教科書を読んで自主学習をするというスタイルのように感じました。教科書の内容は面白いです。教授はとてもおしゃべりな方で、優しく面白い方です。

履修した授業科目名

Great Composers

授業内容や試験、授業を受けた感想について

モーツァルトやベートーベンなどのクラシック音楽家たちの人生や彼らの音楽について学習しました。クラシック音楽が好きな人にとっては非常に面白い授業だと思います。中間、期末試験はなく、毎授業後の授業のサマリーと毎週のクイズ、音楽を聴いて自分の考察を書く課題、4 つのレポートの合計点数で成績が決まります。Music of American Culture の教授と同じ教授の授業で、授業形式もほとんど同じです。音楽に関する専門的な知識は必要ありませんが、音楽の特徴を説明できるような表現を知っておくといいと思います。

履修した授業科目名

Self-Assessment

授業内容や試験、授業を受けた感想について

自分の将来の方向性や職業について調べたりする授業でした。詳細な職業診断や性格診断などを通して、自分に合う職業は何かについて考えたり、キャリアに関するウェブサイトについて比較したり、ためになる内容ばかりでした。課題の量もそこまで多くありませんでした。ただ、オンライン授業なので、教授や他の学生とのかかわりは対面授業と比べると希薄にはなってしまいます。

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	中学生の時から留学したいと思っていたのと、自分への挑戦として何かしてみたいと思ったのが留学を決めた理由です。過去の留学報告書で安全だという記載があったからです。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	まず、英語のリスニング力をもっと上げておくべきだったと感じました。ネイティブの話す速度は想像よりも速かったのと、いろいろな留学生と話す中でアクセントを理解する必要もあり、自分のリスニング力不足を痛感する場面が多かったです。また、住んでいたベイエリアと呼ばれる地域は特に物価が高い地域で、それに円安も重なり、お金については常に悩まされました。もっと貯金をしておくべきだったと感じました。また、海外で日本の口座から引き出すと手数料などが多くかかる場合があるので、現地で現金を手に入れる方法については日本にいる時にいろいろな手段について調べておくことをお勧めします。
留学中に役立った書籍、ウェブサイト、アプリ等	Google Map や Transit というアプリは公共交通機関を使う際に役立ちます。Otter というアプリは、音声を文字に起こしてくれるアプリなので、講義が聞き取れない場合に役立ちます。
大学・学生の雰囲気 (職場や同僚の雰囲気)	非常に静かで落ち着いているキャンパスです。学生たちは志が高く、学業に熱心な人が多い印象です。
滞在先の雰囲気	滞在先周辺は平和で、滞在先のホストファミリーはとてもいい方でした。
留学先における交友関係	他の国からの留学生、地元の学生、日本人の学生など、幅広い交友関係を持ってました。クラブやイベントに参加すると、交友関係が広がります。
留学中に困ったこと、つらかったこと、大変だったこと	渡航後数か月はホームシックで精神的につらいことが多かったです。物価が高かったのが大変でした。

留学先における学習、課題や試験	授業の数に対する課題の量は多かったと感じました。とくに語彙力が少なかったりすると、逐一調べながら課題をやることになるので、より時間がかかります。
大学外の活動（課外活動や自由時間など）	クラブの活動がありました。定期的にイベントもあったので、そこで交友関係を広げることができました。
留学を志す人へメッセージやアドバイス	留学をすることで、英語力も人間力も向上すると思います。大変なこともあるかもしれませんが、きっとすべて良い経験になること間違いなしです！
就職活動について 就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスをお願いします。例えば、留学前や留学中の就職活動へ向けた準備や、帰国後に就職活動を始めるにあたり注意すること等。 ※就職活動をこれから始める場合は、留学経験を通して就職活動に対する意識や希望する就職先の変化等を教えてください。	
留学を通して、海外で仕事をするということに興味を持ち始めました。海外で、日本の製品や文化、産業などを良い形で広めていけるような職に就けたらいいなと考えるようになりました。	