



留学費用			
留学費用項目	現地通貨 (米ドル)	日本円	備考
授業料	\$0	0 円	
宿舍費	\$18,000	2,430,000 円	
食費	\$1,000	13,500 円	
図書費	\$300	40,500 円	
学用品費	\$0	0 円	
携帯・インターネット費	\$500	67,500 円	t-mobile の unlimited plan (\$50/月を 10 ヶ月)
現地交通費	\$0	0 円	キャンパス内の寮生活のため移動費 0 (□大 学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	\$2,500	337,500 円	
被服費	\$200	27,000 円	
医療費	\$185	25,000 円	<a href="https://note.com/polarisugi/n/n93180f644ff8">https://note.com/polarisugi/n/n93180f644ff8</a>
保険費	\$875	118,150 円	形態: 東京海上日動火災保険株式会社
渡航旅費	\$4000	540,000 円	
ビザ申請費	\$220	30,000 円	SEVIS 申請費
雑費	\$2,500	337,500 円	
その他	\$2,200	300,000 円	ボランティア(冬休み期間中・内容は以下リンクに記載) ( <a href="https://note.com/polarisugi/m/m499317f44df3">https://note.com/polarisugi/m/m499317f44df3</a> )
その他		円	
合計	\$32,480	4,384,800 円	\$1=¥135 で計算



## 渡航関連

渡航経路
<b>往路 出発地:</b> 羽田空港 <b>目的地:</b> ジョン・F・ケネディ国際空港(JFK) <b>経由地:</b> シンガポール・ミラノ・ベネチア <b>復路 出発地:</b> ジョン・F・ケネディ国際空港(JFK) <b>目的地:</b> 羽田空港 <b>経由地:</b> パリ・ロンドン・ドバイ
渡航費用
① 往復チケットを購入した場合 航空会社: 料金:  ② 片道ずつチケットを購入した場合 往路 航空会社:シンガポール航空(羽田-シンガポール/シンガポール-ミラノ)・エールフランス航空(ベネチア-JFK) 料 金: ¥180,000・¥150,000 復路 航空会社:ノースアトランティック航空(JFK-パリ)・エミレーツ航空(ロンドン-ドバイ/ドバイ-羽田) 料金: ¥50,000・ ¥100,000 ∴合計: ¥480,000
航空券購入方法
<input type="checkbox"/> 旅行代理店(店名: ) <input checked="" type="checkbox"/> インターネット(サイト名:skyscanner) <input type="checkbox"/> その他( )
滞在形態関連
1)種類(留学中の滞在先)(例:アパート、大学の宿舎など)
<input checked="" type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前:Bouton hall) <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ
2)部屋の形態
<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 1 人)
3)共有部分
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン( <input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可)
4)住居を探した方法:
前提として、住みたい寮をこちらから指定することはできません。10month hall と呼ばれる留学生向けの寮が複数あり、その中から自分が住みたいと思うものに優先順位をつけて第 1 希望~第 5 希望までを学校に提出する形になります。判断基準としては、以前留学されていた先輩からのアドバイスをもとに、近年リノベーションがされた bouton hall を第 1 希望、最も留学生が滞っている ashokan hall を第 2 希望、といったように順位づけをしていきました。
5)感想:(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)
寮の形式は大きく分けて 2 種類あります。いわゆるホテルのような、廊下を通って部屋に入るとベッドルームが置かれている形式の部屋(ルームメイトがいる場合は 2 人、いない場合は 1 人部屋)と、廊下と部屋間にスイートという共有空間があり(このスイートは 8 人程度でシェア)、そのスイートの奥に自分の部屋(ルームメイトがいる場合は 2 人、いない場合は 1 人部屋)があるスイートタイプの 2 種類です。どちらを選ぶにしても、ルームメイトが来るか来ないかは運次第で、自分で希望を出すことはできません。スイートの場合はバス・トイレを同じスイートメイト(MAX8 人)で共有することになり、スイート以外の寮に住む場合は各フロアにあるバス・トイレ専用部屋に移動することになります。 (詳細: <a href="https://note.com/polarisugi/n/n88bdc4d7b049?magazine_key=m2e9d8409edc4">https://note.com/polarisugi/n/n88bdc4d7b049?magazine_key=m2e9d8409edc4</a> )

## 現地情報

1) 留学期間中、病気やケガをしましたか。した場合、どこで治療を受けましたか。(例: 現地の病院、学内の診療所)

- なし  
 あり (治療を受けた場所: Orthopedic Associates)

2) 留学期間中、学内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。  
 (例: 留学先大学の相談窓口、現地の友人等)

- なし  
 あり (問題の内容や相談した人等: )

3) 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、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか？ その際どのように対処しましたか？

以前同じ場所に留学されていた先輩から話を伺っていました。防犯対策として mamorio という小型の GPS を購入して貴重品の中に入れていました。実際に犯罪に巻き込まれたことはなかったです。

4) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。

(例: 寮のインターネット接続が不安定で1週間に1度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WIFI 接続が可能であったので、寮で使用できない時はカフェに行った。)

Wi-Fi の速度、接続ともに 1 年を通して全く不自由しませんでした。建物と建物の間を移動する時は電波が悪くなってしまうので、そういったタイミングでは Wi-Fi を使うのが難しくなってしまうと思います。

5) 現地での資金調達はどのように行いましたか？ (例: 現地に銀行口座を開設して日本の親から送金してもらった。銀行口座は現地で外国人登録をしないと開設できない。また、クレジットカードも併用していた。)

現地の ATM から日本の口座のお金を引き出せるので、アメリカの銀行口座は作らずに元々持っていた日本の銀行口座から引き下ろしていました。

6) 現地では調達できない日本から持っていくべき物があれば教えてください。

こちらにて書かせていただきました: <https://note.com/polarisugi/n/ne5f00f12e1fb>

7) 【授業料負担型の方】授業料の支払方法、支払時期等について教えてください。(例: 渡航前に自分で指定したクレジットカードで支払った、現地で開設した銀行のチェックで支払った。)



## 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)

1)留学先で取得した単位数合計	本学で認定された単位数合計 ※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。
24 単位	<input type="checkbox"/> 単位 <input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由: )
2)履修登録の時期・方法及び履修制限	
<input type="checkbox"/> 出発前 <input type="checkbox"/> 出発後 <input type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input type="checkbox"/> オンライン <input type="checkbox"/> メール <input checked="" type="checkbox"/> その他(秋学期は出国前、春学期は学期が始まる前のタイミング(現地についてから)で登録しました。) <input type="checkbox"/> 履修の制限があった:	
3)以下は留学先で履修した科目についてのレポートです。今後留学をする人たちへのアドバイスも含めてお書き下さい。記入スペースが足りない場合は、A4 用紙で別途作成し、添付してください。	
履修した授業科目名(留学先大学言語):	履修した授業科目名(日本語):
live theatre experience	
科目設置学部・研究科	theatre
履修期間	秋学期(8/23~12/21)
単位数	3
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義形式+ミュージカル鑑賞(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に 150 分が 1 回
担当教授	Sun Hee Kil
授業内容	<a href="https://note.com/polarisugi/n/n6689be553107">https://note.com/polarisugi/n/n6689be553107</a>
試験・課題など	preview paper(ミュージカル鑑賞の前の週)・review paper(ミュージカル鑑賞の週)
感想を自由記入	実際にニューヨークシティにミュージカルを観に行くことができる非常にユニークなクラスだと思います。ミュージカルを観る劇場は 100 人入るくらいの中規模シアターで、いわゆる有名なブロードウェイシアターでは観ることのできないような個性的な作品を観ることができたことが面白かったです。



履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
Principles of management			
科目設置学部・研究科	Business		
履修期間	秋学期(8/23~12/21)		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に 75 分が 2 回		
担当教授	Xiaoyu Pu		
授業内容	マネジメントを学ぶために、web 上でシミュレーションサイトを使用しながら学期間を通してカフェ経営をしていく授業です。		
試験・課題など	毎週お店の業績がチームによって変わっていくので、それに合わせて方針を決定していくことが毎週の授業の課題になっています。3~4 人 1 組で授業時間外に毎週ミーティングを開くことになっています。		
感想を自由記入	ビジネスについて実際に習うだけでなく、それをシミュレーションを通して実践することもできたので非常に面白かったです。実際にカフェで売るコーヒーの仕入れ先、売るカップの値段、店の内装などまでチームで何をかうか話し合う時間をとれたことも留学先ならではの経験だったかなと思っています。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
MARKETING			
科目設置学部・研究科	Business		
履修期間	秋学期(8/23~12/21)		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に 75 分が 2 回		
担当教授	Surinder Tikoo		
授業内容	<a href="https://note.com/polarisugi/n/na76bcd8340ab">https://note.com/polarisugi/n/na76bcd8340ab</a>		
試験・課題など	毎週木曜日の授業開始直後に小テストがあります。選択式と short answer 合わせて 4~5 問が出されるシステムでした。答案用紙は返されないでホームページ上で結果を確認する形になっています。		
感想を自由記入	3 年生向けの授業でしたが難易度的には留学生の自分でもついていけるレベルだったかなと思っています。ハイブリッド授業だったこともあり、時間の融通が効いたのが 1 つ良かった点だと思っています。対面授業の時もグループディスカッションのような時間があつたため、そこでマーケティングについての議論をするのも非常に有意義な時間でした。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
INTRO TO SOCIOLOGY			
科目設置学部・研究科	Sociology		
履修期間	秋学期(8/23~12/21)		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に 150 分が 1 回		
担当教授	Adrienne Atterberry		
授業内容	これまで実際に起きた人種差別、性差別などの事例をもとにクラスでディスカッションをして考えを深めていく授業です。		
試験・課題など	<a href="https://note.com/polarisugi/n/na76bcd8340ab?magazine_key=m2e9d8409edc4">https://note.com/polarisugi/n/na76bcd8340ab?magazine_key=m2e9d8409edc4</a>		
感想を自由記入	映像資料をみる機会が非常に多い授業でした。授業中に資料をみることも多々あったので、150 分ぶっ通しの授業時間も含めて集中力を持続させるのが少し難しい授業ではありました。内容としてはよくニュースなどで目にする差別などについてのものなので、そういったものに対して関心がある方は楽しめる内容になっているかもしれません。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):		履修した授業科目名(日本語):	
Personality			
科目設置学部・研究科	Psychology		
履修期間	春学期		
単位数	3		
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)		
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に 75 分が 2 回		
担当教授	Clifford Evans		
授業内容			
試験・課題など	学期中に 3 回と期末試験の 1 回、計 4 回のテストがあります。期末試験のみ試験範囲がそれまで習ってきたこと全てになるので、期末前の勉強は特に大変になると思います。		
感想を自由記入	この 10 ヶ月の留学で 1 番面白い講義形式の授業だったと思います。人間の行動や考え方の原因を分析したり、発達段階について年齢ごとに段階を分けたりと、人間のあらゆる側面をカテゴライズして文言化してきた学者の概念について学ぶ授業でした。授業で習った内容を自分の考え方の原因と結びつけて考えることができたり、自分が他人と接する上での接し方にも新しい概念をもらえるような考え方もあり、授業を超えて人生における学問を学ぶ上で非常に参考になる知識を得ることができたと思っています。		

履修した授業科目名(留学先大学言語):	履修した授業科目名(日本語):
Operational management	
科目設置学部・研究科	Business
履修期間	春学期
単位数	3
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に75分が2回
担当教授	Zhuqi Miao
授業内容	<a href="https://note.com/polarisugi/n/n4ed4ec257d06">https://note.com/polarisugi/n/n4ed4ec257d06</a>
試験・課題など	週によってある週とない週がありました。課題が出される週は授業内で扱った単元の練習問題を各自で解いて提出するものになっています。課題図書のようなものはないクラスなので、事前学習の度合いでいうとかなり軽めのクラスだったかなと思います。
感想を自由記入	学期の最後の授業でグループに分かれて行う「simio」というシミュレーションソフトを用いた発表もあります。こちらでは日常にあるビジネスフローのうち何かを実際に「simio」を用いて数値化するという発表を行いました。班によって高速道路での車の流れを数値化したり、救急病棟での人の流れを数値化したりと多種多様なシミュレーションをみることで面白かったです。





履修した授業科目名(留学先大学言語):	履修した授業科目名(日本語):
United Nations Seminar	
科目設置学部・研究科	Political Science
履修期間	春学期
単位数	6
本学での単位認定状況	単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	講義形式(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に150分が2回
担当教授	Ş. İlgü Özler
授業内容	毎週火曜日と金曜日に150分ずつの授業があります。火曜日はクラスで課題図書の内容についてのディスカッションを行います。トピックは週によって異なりますが、基本的に国際連合が扱っている地球温暖化やSDGsなどについて話すことが多かったです。クラス全体の雰囲気も非常にアクティブで、雰囲気がいかにアクティブなクラスということにもなるので、扱っている内容も含めてかなりタフな授業になると思います。毎週金曜日は実際に国際連合の関連組織で働いていらっしゃる方が登壇して下さって、所属組織についての説明や生徒とのディスカッションを行なって下さいます。大体1回の授業につき2名の方が登壇して下さって、それぞれが1時間強ずつくらいの時間ずつお話しになることが多かったです。
試験・課題など	<a href="https://note.com/polarisugi/n/n26285eee2d1b?magazine_key=m2e9d8409edc4">https://note.com/polarisugi/n/n26285eee2d1b?magazine_key=m2e9d8409edc4</a>
感想を自由記入	正直この1年間の留学で一番キツかった授業です。毎週の課題図書で出される量が多い時だと3種類、計100ページを超える時があったり、ディスカッションで話す内容も当然周りは第一言語である英語を用いて政治的な話などをしてるので、そこについていくのは本当に大変でした。この授業は基本的にpolitical scienceの前提知識を2年以上学習した3~4年生のみしか履修できない授業になっているので、その前提知識が備わっている現地の人と対等にディスカッションをするための準備をするのも大変でした。ただ大変だった分、自分の中で得られた知識、経験としても他の授業とは比べものにならないくらい大きなものがありましたし、国際政治そのものに対する捉え方にもより当事者意識を持てるようになったと思っています。国際連合で働いていらっしゃる職員の方々は、自らの仕事に対して誇りと情熱を持って働いている方が本当に多かったので、そういった方からの話を毎週伺えたことで仕事に対する姿勢や世界情勢の考え方についても学ぶことができました。



## 卒業後の進路について

1) 進路 ※3年生以下の方は今後の予定を記載してください(下記 2 以降は記入不要)

就職    進学    未定    その他:

2)進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関など

3)就職を選択した方は、差し支えなければ内定先を教えてください。また、その企業を選んだ理由も教えてください。(内定を得た企業すべての名前、あるいは入社すると決定した企業の名前のみでも構いません)

※就職活動をこれから始める場合は、差し支えなければ現時点で希望する業界、職種等を教えてください。

コンサルティング業界を志望しています。3年～4年にかけて渡航をしたので1年間休学をして卒業する予定です。

4)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: 留学中の就職活動へ向けた準備、帰国後に就職活動を始めに当たり注意すること等。就職活動を不安に思い、留学を断念する方もいます。ご自身の経験を踏まえてアドバイスをお願いします。)

※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。

現地で秋にボストンキャリアフォーラムがあったため、就職活動は夏から秋にかけて行なっていました。今これを読んでくださっている方の中にも現地で留学しながら就活もしようと考えていらっしゃる方もいるかもしれません。これをもし本当にしようとしているのであれば相当な覚悟と犠牲が必要になると思います。アメリカに滞在する場合、時差の関係で日本企業が申請してくる面接の時間は大抵真夜中になります。そのために準備をして、面接を受けてとなると生活リズムが壊れます。それに加えて当然授業の予習や課題もしなければいけませんし、学校生活における友達付き合いというものに使う時間も当然出てきます。これらを留学した際のタイミングで全て両立させるのは非常に難しいと思います。本当に就活をしたい場合はおそらく自分の睡眠時間と友達付き合いというものに使う時間を削れば可能だとは思いますが。ただしそれをしてしまうと留学をしている意義というものも薄れてしまうと思っているので、個人的には留学と就活はそれぞれハッキリとタイミングを別にしてすることをおすすめします。休学する人も周りに一定数いると思うので、1年遅れるくらいは誤差の範囲だと思います。

5)進学を選択した方は、差し支えなければ進学先を教えてください。

6)進学を志す留学希望者に向けたアドバイス(準備、試験対策等)をお願いします。

7) その他を選択した方は、その進路を選択した理由と、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。



## 留学に関するタイムチャート

留学するまでの準備、試験勉強、留学中、留学後、特に留学に関連して発生した事項を記入してください。

(例: 語学試験の勉強、選考、出願、ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、滞在先の確保、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等)

留学開始年の前年	1月～3月	
	4月～7月	
	8月～9月	
	10月～12月	
留学開始年	1月～3月	
	4月～7月	VISA申請、入寮手続き、履修登録
	8月～9月	留学開始
	10月～12月	秋学期履修
留学/帰国年	1月～3月	動物愛護ボランティア、春学期履修
	4月～7月	帰国
	8月～9月	就活予定
	10月～12月	就活予定

## 留学体験記

※ この留学先を選んだ理由、留学生生活全般について、また、これから留学を志す後輩学生へのアドバイスなど、自由に記入してください。

留学先を選んだ理由はグローバルに活躍する父への憧れからでした。自分も父のように世界を股に掛けて活躍したいという思いがあり、それを実際にするために学生時代から海外で生活する経験を積んでおきたいと思っていました。

実際に海外で1年弱生活してみて自分が環境への順応ができること、新しい人間関係を構築することが得意であることは認識できました。ただし体調を崩すことがかなり増えてしまったことと、生活している中で「自分は外国人だな」と感じてしまうことがやはりあったので、プラス面でもマイナス面でも実際に留学してみないと感じるができなかったことを経験できたと思います。

留学先の学校については大学2年の時に1度コロナの影響で辞退した経験がありました。3年時に再度出願をして無事に留学をすることができましたが、2年時に予定していた学校とは別の場所の留学になりました。ただ、どの学校に行っても留学という経験をする事自体が、自分にとっての素晴らしい財産になると思います。どの学校に行っても自分を受け入れてくれるかけがえのない友達はできると思いますし、その学校でしか得られない経験もあると思います。その経験は人によってももちろん違いますし、それをどう捉えるかも人によって違うと思います。言い換えるとその経験に優劣はないということです。もちろん留学先にこだわることも重要だと思います。ただどの学校に行きたいかわからないという方にとっても留学をすることは非常に価値がある経験だと思いますし、とにかく留学をしてみるということも1つの選択肢として良いのではないかと考えています。