

## 協定留学近況報告書

記入日	2022年 11月 3日
留学先大学	ニューヨーク州立大学ニューパルツ校
留学先での所属学部等	<input type="checkbox"/> 特定の学部・研究科等に所属している(以下に学部等名を記入) ※学部等名(日本語): , (現地言語での名称): <input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず様々な学部等の授業を履修している。 <input type="checkbox"/> その他:
留学期間	2022年8月ー2023年5月
明治大学での所属	国際日本学部 国際日本学科
学年(出発時本学での学年)	学部 3年生

I. 出発前にどのように情報を集め、準備をしましたか。しておいて良かったこと、準備不足だったこと、ぜひ次の学生に準備としてアドバイスしたいことを記述してください。

留学報告書、インターネットを通じて主に情報収集を行いました。私の学校は学校間の協定留学が私ともう1人、学部間の留学が2人いて、そのうちの2人がもとのからの知り合いだったため手続きでわからないときは聞いていました。また去年同じ大学に留学されていた方や現在そこに通っている日本人の方々にいろいろ質問して疑問を解消していました。

### II-1. 留学のための渡航前手続き(留学ビザ) ※詳細に記入して下さい

ビザの種類: J1 ビザ	申請先: 在日米国大使館
ビザ取得所要日数: 1 週間強 (申請してから何日/週間要したか)	ビザ取得費用: sevis fee 220ドル、残高確認証明書発行、ゆうパック、証明写真費用等

ビザ取得のためにどのような書類の提出が求められましたか? また、どのように手配しましたか?

パスポート、DS160、5×5の証明写真、入学許可証、郵送確認書、sevis fee 支払い証明書、(残高証明書)

具体的な申し込み手順を教えてください。

以前アメリカに旅行しESTAを申請したことがあったので、上に書いた書類をレターパックに入れて送りました。

ビザ取得の際に、留学先国大使館で面接のあった方は、どのような質問を受けましたか?

郵送で済んだので面接はありませんでした。

ビザ取得に関して困った点・注意点

コロナの時期だったので郵送のオプションがありましたが、今後なくなる可能性があるため注意です。

### II-2. 留学のための渡航前手続き(その他の事前準備について)

その他済ませておくべき準備があればお書き下さい(現地での現金調達準備、携帯電話購入、荷物運送など)

現金をあらかじめ準備しておいた方がいいです。私は 900 ドルくらい持って行ったのですが、円安のためクレジットカードで払うと高くなってしまいますので最近はクレジットカードよりも現金を使っています。割り勘やバーへの入場にも現金を使うので、大きい金額のお札よりも 1 ドル、5 ドル、10 ドル札を沢山持っておく方がいいです。

### Ⅲ. 現地到着後のながれ

#### 1. 到着時の様子

利用航空会社	JAL				
航空券手配方法	JAL の公式サイトからオンラインでチケットを取りました。比較サイトも見ましたが、直行便はどこも同じような値段だったため、友達と同じ便で行きました。 ※利用した旅行社・旅行サイト、格安航空券情報等があれば記入して下さい。				
大学最寄空港名	JFK 空港	現地到着時刻	16:20		
キャンパスへの移動手段	<input checked="" type="checkbox"/> 大学手配 の出迎え	<input type="checkbox"/> 知人の 出迎え	<input type="checkbox"/> 公共交通機関 ( <input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車)	<input type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他
移動の所要時間	約 2 時間				

#### 空港からキャンパスへの移動の際の注意点、タクシー・公共交通機関で移動する際の行き方、料金等

学校が手配したバスは 50 ドルかかりました。

大学到着日	8 月 23 日 16 時頃
-------	----------------

#### 2. 住居について

到着後すぐに住居 入居できましたか？	<input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	いいえを選んだ方: 月 日から入居可能だった。
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> その他( )	
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> 二人部屋 <input type="checkbox"/> その他( )	
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input type="checkbox"/> 他国からの留学生 <input checked="" type="checkbox"/> その他(現地の学生)	
住居を探した方法	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で探した <input type="checkbox"/> その他( )	
住居の申込み手順	渡航前に、学校の手続きをするホームページで寮の希望を出しました。	

#### 住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか？トラブルはありましたか？

希望を出した後寮がなかなか知らされず不安だったので現地の留学担当の人にメールで尋ねたところ、寮に入れることは確実だがどの寮になるかルームメイトは誰かなどは直前までわからないと言われました。数日後ポータルサイトで寮の部屋やルームメイト、スイートメイトの名前、生まれた年、メールアドレス、電話番号が確認できました。私のスイートメイトはみんな 3, 4 年生のため入居が遅く、数日間は一人で過ごしました。3 部屋で一つのメインルームがあり、トイレやお風呂を共用するタイプの部屋なのですが、メインルームにいたときに初対面の同居人がいきなり入ってきたときはものすごくびっくりしました。連絡先はわかっていたのであらかじめメッセージを送ってればそうはならなかったかなと思います。スイートメイト、ルームメイトと仲良くなることは留学の一つの醍醐味だと思っていたのですが、みんな 3, 4 年生ですすでに仲の良い友達があり、新しい友達を作ろうと思っている様子があまりなかったのであまり仲良くなれていません。

#### 3. 留学先でのオリエンテーションについて

オリエンテーションの有無	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
日程	学校到着後すぐ
参加必須ですか？	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は？	<input type="checkbox"/> 無料 <input checked="" type="checkbox"/> 有料(金額:75ドル)
内容の様子は？	学校の中央にある寮の共用スペース
留学生用特別ガイドス	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	8 月 29 日から

#### Ⅳ. その他、渡航してから必要な手続きについて

##### 1. 現地で滞在許可等の申請の必要はありますか？いつ、どこで、方法は？日数、料金は？トラブルは？

渡航後のオリエンテーションの一環で、J1 ビザで来た学生がホールに集められ、アメリカに到着したことをオンラインで報告する手続きを行いました。ビザの写真やパスポートの写真、入国の際に押されたはんこなどの写真を撮りアップロードするだけだったので、あまり時間はかかりませんでした。

##### 2. その他現地でした手続きは？(健康診断、予防接種等)いつ、どこで、方法、日数、料金は？トラブルは？

日本であらかじめ受けた健康診断の原本を提出すると聞いていたのですが、結局集められませんでした。必要な予防接種はすべて終わらせていたため、私は受けていません。

##### 3. 現地で銀行口座を開きましたか？手続方法、必要書類、日数、料金は？トラブルは？

現時点では開設していませんが、円安のため今後開設することも検討しています。

##### 4. 現地で携帯電話を購入しましたか？手続方法、必要書類、日数、料金は？トラブルは？

携帯は日本から持っていき、空港に着いたときに日本であらかじめ買っておいた海外対応の SIM カードに入れ替えました。電話番号が変わり日本の番号で登録していた SMS の認証が使えなくなることがあるので、メールアドレスでも認証できるように設定するなどしておくといと思います。

#### Ⅴ. 履修科目と授業について

##### 1. 履修登録はいつどのような形で行いましたか？

出発前に(4月25日頃)  
 オンラインで登録  志願書類に記入して登録  できなかった  その他(手続きのフォームで授業名を希望度の高い順に記入)

到着後に( 月 日頃)  
 オンラインで登録  国際オフィス等の仲介  できなかった  その他( )

登録時に留学生として優先されることは  あった  なかった

##### 優先が「あった」方はどのように優先されましたか？

大学の、留学の手続き全般を行うウェブサイトですべての授業名を希望度の高い順に記入しました。特定の授業を取った後でないと履修できない授業がいくつかあったのですが、自分の大学で同じような授業を取った後なら履修が可能でした。

##### 優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

##### 出発前に授業を登録した方は、現地で変更・追加できましたか？また希望通りの授業が取れましたか？

自分たちで授業の登録が出来なかったため、留学担当者にメールして授業を減らしたり増やしたりできました。私の場合、多めに希望を出したらほぼすべて通ってしまい、半期で 19 単位という無理なスケジュールになってしまったのでいくつか削りました。また、履修登録していない授業の初回に顔を出し、教授に直談判して履修させてもらったりもしました。

VI. 一週間のスケジュール 授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください。

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
8:00	起床			起床			
9:00	授業			授業			
10:00	授業	起床		授業	起床		
11:00	ランチ	授業	起床	ランチ	授業		
12:00		授業		自由時間	授業	起床	起床
13:00	自由時間	授業	ランチ		授業	ランチ	ランチ
14:00		ランチ			ランチ		
15:00	授業			授業			自由時間
16:00	授業		自由時間	授業	自由時間	自由時間	
17:00	授業	おしゃべり		授業			
18:00	授業			授業			友達と外食
19:00	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
20:00							
21:00	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間
22:00							
23:00							
24:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝



寮の外観

## Ⅶ. 現在までの感想

留学先大学、プログラムについて、授業、宿舎、生活全般についてなど、自由に書いてください。

留学先の大学は小さな町にあり、キャンパス内で一日が完結することが多いです。最初のうちはオリエンテーションや学校に慣れることに精一杯で、毎日慌ただしい生活を送っていたのですが、アメリカに来て 2 カ月以上たった今思うのは自由時間が案外多いということです。イベントなどに参加し忙しい毎日を送るもよし、勉強に専念するもよし、と留学をどんなものにするかというのは本当に人それぞれだなという印象を受けました。

私は Exchange student として現地の学生たちがとる授業を受けているのですが、ESL という留学生向けの英語のプログラムで来ている人たちはそのクラスでスケジュールが埋まり他の授業はほぼ取れないと聞きました。常に同じメンバーかつ日本人が過半数であるため、コンフォートゾーンから抜け出すのが難しそうだと思います。

また友達作りに関して、仲の良い友達をつくる難しさを最近になって感じています。友達になること自体は比較的簡単なのですが、すれ違ったときに挨拶するだけのいわゆる「よっ友」止まりになってしまうことがざらにあります。二回目以降会った際、あいさつだけでなく自分からプラスアルファでなにか話題を振ることが大事だと実感しています。

留学先大学を目指す学生に向けてのアドバイスをお願いします。

留学している人の SNS を見ると生活が毎日キラキラしているように見えますが、特別なことがあったからなにか載せているだけなのでいつも楽しいなんてことはないです。もちろん充実した楽しい日もあります（ハロウィンは特に楽しかったです！）一日中エッセイを書いて終わる日や何もしない日もあります。留学は旅行と違い異国で日常を送る機会なので、いざ留学が始まってがっかりしないよう、理想を高く持ちすぎない方がいいと思います。

また、日本にいる間にできることとして、履修する予定の授業に関連する知識をつけておくことをおすすめします。ディスカッションや課題を行う際に圧倒的に楽になると思います。実際私も世界の歴史と関係する授業を取っていて、世界史を日本語で復習しておけばよかったと数日前考えていたばかりです。



キャンパス内の池と夕焼け