

【大学間協定留学】 留学近況報告書

| | |
|-----------------|---|
| 記入日 | 2023年 10月 31日 |
| 留学先大学 | ノーザン州立大学 (日本語名) Northern State University (現地言語名) |
| 留学先の所属学部等 | <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 | 2023年8月ー2023年12月 |
| 明治大学の所属学部等 | 政治経済学部政治学科 (学部/学科/研究科/専攻等) |
| 学年 (出発時の本学での学年) | 4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。

基本的には「ビザ取得・航空券の手配・寮の申し込み・履修登録・携帯電話に関する準備をしていれば大丈夫です。留学前にすべきこと(予防接種・NSU指定の保険などの手続き)はNSUからメールが来るので、きちんと確認し、それに従って準備をすれば大丈夫です。他には現地に持って行く荷物を準備するくらいです。

また、アメリカのSIMカードやeSIMを利用する場合は、SIMロックの解除を店舗かオンライン上で行う必要があります。私の場合は日本でdocomoのiPhoneXRを利用しており、約5ヶ月で帰国するので最安プランに変更して日本の電話番号を残しました。その上でアメリカでeSIMを契約し、アメリカのスマホ回線と電話番号を取得しました。

インターネットで現地の気候やキャンパスに近い店を調べ、衣類や日本食を用意しました。実際に10月下旬には気温は氷点下になり、初雪も降りました。今朝には気温がマイナス10度を記録しました。また、日本食は手に入りにくいです。衣類より日本食を持ってきた方が良いかもしれません。特に白米と味噌汁、レトルトカレーです。みりんはこちらで売っていないので、あると様々な日本食が作れます。インスタント麺は意外と簡単に手に入ります。

また8,9月は蚊が非常に多かったため、虫よけとムヒが便利です。

上記に色々と言いましたが、ウォルマートに行けばほぼ何でも入手できるので心配いりません。



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：F-1 | 申請先：在日アメリカ大使館 |
| ビザ取得所要日数：約 1 週間 (申請してから何日/週間要したか) | ビザ取得費用：\$160(現在は\$185) |
| 1. 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？ | |
| <p>①非移民ビザオンライン申請書 DS-160 フォーム(オンライン上で手配) ②有効なパスポート ③過去 10 年以内に発行されたパスポート ④証明写真 1 枚 ⑤裁判記録または警察記録(逮捕歴や犯罪歴のある場合) ⑥面接予約確認書 ⑦入学許可書(I-20) ⑧I-901 SEVIS 費確認書(オンライン上で手配) ⑨英文の残高証明書(銀行や郵便局で発行) 以上をクリアファイルに入れて提出</p> | |
| 2. 具体的な申し込み手順を教えてください。 | |
| <p>①非移民ビザオンライン申請書 DS-160 フォームの作成 ②留学先大学から入学許可書(I-20)をメールで受け取る ③SEVIS 費用(I-901)をオンラインで支払い(約\$350) ④面接の予約 ⑤必要書類を持って面接 ⑥約 1 週間後に指定場所へ受け取りに行くか、郵送で送られる(郵送希望の場合は追加料金が必要)</p> | |
| 3. 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？ | |
| <p>・ How long will you stay in United States? -Just one semester. 確か質問は一つだけでした。</p> | |
| 4. ビザ取得に関して困った点・注意点 | |
| <p>私はギリギリでビザ面接をしたくなかったのですが、書類が揃った 5 月には面接をしました。面接の予約を予約申請の約 3 日後にしたせいか、大使館の職員に「今度から急に面接予約を入れなくてね」と言われましたが、普通にビザは取れました。また、面接後に都内の指定の場所へビザの貼られたパスポートを取りに行くか、郵送を選択できます。しかし、郵送は数千円ほど追加料金がかかるので、なるべく自分で取りに行くことをお勧めします。</p> | |
| 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） | |
| <p>私は出国の約 1 週間前に池袋駅構内の両替所で両替をして\$100 を入手しました。本当は自分の使っている三菱 UFJ 銀行の外貨両替を使うべきだったのですが、出発直前で行けなかったため少し後悔しています。余裕を持って両替をしましょう。また、出発直前に円安が進むことも考えられるので、頃合いを見計らって少しでも円高の時に両替をしましょう。アメリカではほぼどこでもカードが使えるので、現金は\$100 もあれば十分です。というかなんかでも全く困りません。</p> <p>スマホについては、日本にいた間にアメリカの Mint Mobile という通信会社の eSIM を購入し、着いたらすぐに使えるようにしました。実際にはトラブルがあり、着いてから 4,5 日間は使えませんでした。</p> <p>荷物はスーツケースを 2 つ持って行ったので、追加で荷物を送ることはありませんでした。スーツケースを 2 つとリュック 1 つを持って移動をするのは非常に大変なので覚悟が必要です。</p> <p>私はミネアポリスで乗り換えのためにホテルで 1 泊してから空港に向かう際、タクシー代を惜しみ、徒歩で 30 分も重い荷物を持って移動しました。本当に大変でした。10 分以上の徒歩移動はタクシーを利用してください。</p> | |

Ⅲ. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

| | | | | | |
|--|---|--|---|-------------------------------|-------------------------------------|
| 利用航空会社 | Delta Air Lines(羽田→ミネアポリス、ミネアポリス→アバディーン) | | | | |
| 航空券手配方法 | Delta Air Lines のホームページ 私は初めての海外渡航で荷物も多かったので、最も乗り換えの少ない方法で渡航しました。最安で行くのであれば、ZIP AIR(成田→ロサンゼルス), Sun country Airlines(ロサンゼルス→ミネアポリス), Delta Air Lines(ミネアポリス→アバディーン)がおすすめです。 ※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 | | | | |
| 大学最寄空港名 | アバディーン・リージョナル空港 | 現地到着時刻 | 8月14日 17時頃 | | |
| 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 10 分 | | | | |
| 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、料金等渡航前に大学の留学担当者に日本からアメリカまでのフライト情報を E メールで聞かれるため、その情報を所定のフォームに記入して、留学担当者に返信すれば、大学から迎えの車が手配されます。空港に到着すれば、留学担当者が話しかけてくれます。特に料金は取られませんでした。 | | | | | |
| 大学到着日 | 8月14日 17:30 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 (現地のアメリカ人) | | |
| 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 | ①NSU の Google アカウントを作成し、Gmail を使えるようにする ②住居申請書を作成する ③住居に関する保証金(約\$75)を払う ※寮の部屋に問題がなければ学期末に返還される ④ 住居に関する質問 (普段のライフスタイルやルームメイトの有無の希望など)に回答する ⑤ 後は大学がその申請書に基づいて、部屋割りをします | | | | |
| 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? | | | | | |
| 渡航前にメールで自分の寮の名前とルームメイトのメールアドレスが送られてきます。 僕も含めて4人の日本人のうち、3人が現地のアメリカ人と相部屋になりました。1人はルームメイトが現れませんでした。3人のうち、私を含めて2人がルームチェンジをしました。私は追加で約\$400ほど払いましたが、1人部屋に変更しました。私が部屋を変えた理由は相方にストーカー気質(ずっと付いてくる)があり、それが耐えられなかったことです。 もう1人は相方が部屋をかなり散らかすタイプだったからです。彼は韓国人との相部屋にしました。ルームチェンジしなかった1人も相方の体臭がどうしても耐えられず、ずっと違う部屋(日本人と韓国人の相部屋)で寝ており、ほとんど自分の部屋を使っていない状況です。 以上の現状から、同じ日本人もしくはアジア人との相部屋をおすすめします。 | | | | | |

| 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 | 到着後約1週間 |
| 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 checked="" type="checkbox"/> 無料 <input type="checkbox"/> 有料（金額： ） |
| 内容と様子は？ | 内容は、留学生同士が仲良くなるためのレクリエーションや銀行の口座開設方法、履修登録の方法、キャンパス内の施設案内などでした。また、オリエンテーションの時期がお祭りの時期であったため、留学生同士で小さな遊園地に行きました。 |
| 留学生用特別ガイド | <input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった |
| 授業開始日 | 8月21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？

出国前に

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？

特になし

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

現地のダコタバンクという銀行で口座を開きました。本来であれば到着から 1 週間で口座ができるはずでしたが、NSU の留学生担当の中東系男性スタッフの不手際と職務怠慢により、結局のところ約 2 ヶ月もかかってしまいました。そのため、寮費や食費の支払いに「ダコタバンクに日本の銀行から国際送金→ダコタバンクから引き落とし」という方法が使えませんでした。「ああ、これがアメリカなのか。日本ならありえないな。」と実感しました。そのため、NSU に flywire というサービスを使い、ドイツ銀行の東京支店を経由して支払いをしました。

銀行口座開設の手続きは、留学生オリエンテーションで銀行の方が説明してくださり、そのあと、口座開設を希望する人は銀行まで車で連れて行ってもらえるため、その指示に従えば大丈夫です。銀行に 25 ドルほど現金で支払いますが、そのお金は口座内に移動されるため、実質的な料金はかかりません。

口座開設に時間がかかったため、キャンパス内のアルバイト応募の時期に口座開設が間に合わず、アルバイトをすることができませんでした。

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

日本で使っていた iPhoneXR をそのまま使用しました。私は 5 ヶ月で帰国する予定だったので、利用していた docomo で 月 ¥500 ほどの最安プランに変更し、日本の電話番号を残しておきました。出国前に Mint Mobile という格安 SIM 会社で初回限定の「通信料無制限、3 ヶ月 \$75」の eSIM のプランを事前に契約し、アメリカに着いたらすぐに使えるようにしました。しかし、Mint Mobile の不手際でミネアポリスに到着した後も、なぜか上手く接続できませんでした。とりあえず docomo の国際ローミングで 1 日 500 円のプランでホテルへ辿り着きました。

私は日本の電話番号しか持ってなかったのと英語に不安があったため、友達のアメリカ人にインスタの DM で Mint Mobile に電話して交渉してほしいとお願いしました。結果、彼のおかげでどうにか回線が使えるようになりました。銀行の口座開設のトラブル時と同じく、これがアメリカのサービスのレベルなのかと実感しました。格安 SIM なのでキャンパス内では電波が入らず、ダウンタウンやメインストリートに行かないと電波が入りません。しかし、キャンパス内には Wi-Fi が整備されているので困りませんでした。

キャンパスから出ることは買い物くらいしかないので、アメリカで電話回線の契約はしなくてもそれほど困りません。

私以外の日本人 2 人は国際ローミングを利用していますが、特に困ったことはないようです。



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（6月10～20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（ ）
- 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りましたか？

- 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？

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

留学先大学からEメールが送られてくるため、その指示に従えば、6月ごろから履修登録ができるはずですが。私は出国前に履修登録を完了させました。（I-901の支払いを完了していないと履修登録はできないそうです。）

2. 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？

現地で変更・追加は可能ですが、すでに履修可能人数が埋まってしまっている場合は、その授業には登録できません。履修の削除は簡単なもので、とりあえずフルで履修を組み、後から現地人などから授業の情報を集めた上で修正するとよいでしょう。また、メールで早めの教科書の購入を進められますが、履修変更の可能性や、そもそも教科書を使わない可能性もあるので、本当に必要になるまで買わない方がよいでしょう。私は先に焦って何冊も購入しましたが、ほとんど使っていません。もったいないなかったです。



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 | 起床 シャワー | 起床 シャワー | 起床 シャワー | 起床 シャワー | 起床 シャワー | 睡眠 | 睡眠 |
| 8:00 | 朝食 | 朝食 | 朝食 | 朝食 | 朝食 | 起床 シャワー | 起床 シャワー |
| 9:00 | 課題 or 自由時間 | 授業 | 課題 or 自由時間 | 授業 | 課題 or 自由時間 | 課題 or 自由時間 | 課題 or 自由時間 |
| 10:00 | 授業 | 〃 | 授業 | 〃 | 授業 | 〃 | 〃 |
| 11:00 | 昼食 | 昼食 | 昼食 | 昼食 | 昼食 | 昼食 | 昼食 |
| 12:00 | 課題 or 自由時間 | 課題 or 自由時間 | 課題 or 自由時間 | 課題 or 自由時間 | 課題 or 自由時間 | 課題 or 自由時間 | 課題 or 自由時間 |
| 13:00 | 授業 | 〃 | 授業 | 〃 | 授業 | ジム | ジム |
| 14:00 | ジム | ジム | ジム | ジム | ジム | 〃 | 〃 |
| 15:00 | 課題 or 自由時間 | 授業 | 授業 | 授業 | 授業 | サッカー | 〃 |
| 16:00 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | ホストファミリ- (2週間一度) |
| 17:00 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 夕食 | 〃 | 〃 |
| 18:00 | 課題 or 自由時間 | 授業 | サッカー | 課題 or 自由時間 | 課題 or 自由時間 | 夕食 | 〃 |
| 19:00 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 課題 or 自由時間 | 〃 |
| 20:00 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 |
| 21:00 | 〃 | 課題 or 自由時間 | 課題 or 自由時間 | 〃 | 〃 | 〃 | 課題 or 自由時間 |
| 22:00 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 |
| 23:00 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 | 〃 |
| 24:00 | 就寝 | 就寝 | 就寝 | 就寝 | 就寝 | 就寝 | 就寝 |

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。

ノーザン州立大学は非常に田舎の学校です。キャンパス内の芝生でいつもリスたちが走り回り、窓を開けると芝刈り機に乗った初老のおじさんと目が合います。メインストリートでは見たこともないほど大きくて長いトラックが颯爽と走り抜けていきます。

キャンパス内にはビリヤード台や卓球台、ジムがあります。また、寮の中には共用のリビングに何台もテレビがあるので、パソコンやゲーム機を繋げて Netflix やスマブラなどをすることができます。私はほぼ毎日ジムに行き筋トレをしています。

大学の外にはボーリング場などがありますが、遠すぎて歩いて行けないので、基本的に誰かの車に乗せて貰う必要があります。そのため、車を持っている現地のアメリカ人と仲良くなりましょう！また同じサウスダコタ州にはラッシュモア山やバッドランズなどの自然豊かな観光地がありますが、それらがあるブラックヒルズ方面へは直通のバスはなく、バスで行こうとすると 6,7 万円と 4 日以上かかるので、現地のアメリカ人と仲良くなり、ドブ板営業のように片っ端から声をかけて誰かに連れて行ってもらいましょう。私はそうしました。人に頭を下げてお願いすることは勇気が必要ですが、きっと良い思い出と経験になるでしょう。

大学の近くにバーがあり、みんなでいくこともあります。(アメリカの飲酒可能年齢は日本と異なり、21 歳からです。)

週末はホストファミリーの家に月に 2 回ほど招待されて夕食を一緒に食べたりします。

また、私はマーチングバンドという授業を取っており、月に 2,3 回ほどアメフトの試合の応援に行きます。9 月にはツアーとして隣のノースダコタ州まで演奏に行きました。他の学生とコミュニケーションを取ることが非常に多く友達を作りやすいので、ぜひ履修してほしいです。

他には地域のサッカーチームに入団し、水曜や土曜に活動に参加しました。自分以外が外国人で、英語でコミュニケーションを取りながらサッカーをしたのは非常に興味深い経験でした。

私は政治を専攻していたのですが、政治関連で私が取れる授業が一つしかなく、初回の授業で教授が何を言っているのか全く分からなかったため、履修を削除しました。結果、アメリカ史の授業を 2 つしか自分の専攻に近い授業を取ることができませんでした。しかし、アメリカの視点から歴史を捉え直すのは、非常に面白いです。自分以外アメリカ人の授業で、第二次世界大戦の内容を行った時はとても緊張しました。

現在履修している授業は、現地のアメリカ人には 1 年生向けの授業ですが、最初は教授の話を聞き取ることので精一杯でした。授業は全て英語で、教授の話すスピードは普通に早いので、授業はわりに大変です。何度も自分のリスニング力の低さに絶望しました。2 ヶ月ほど経った今は少し楽に理解できるようになりました。教授や友達は皆とても優しいので、分からないことがあればドンドン聞いています。

食事は Wolves Den というバイキング形式の食堂で取っています。基本的にはまあまあ美味しいのですが、たまに本当に不味いメニューがあります。また出てくるメニューがルーティン化されており、すぐに飽きます。なのでミールプラン(留学生は加入必須)は最も安いもので大丈夫です。

そんな時はダウントウンやメインストリートのなんちゃって日本食レストランやアメリカ風中華料理、ハンバーガーやステーキ、イタリアンに行ってください。他にもマクドナルドやドミノピザなど、日本もある有名チェーン店はだいたい何でもあります。ただしケンタッキーはありません。

日本食が恋しくなる瞬間は必ずあるので、荷物に余裕があれば日本食を入れてください。

また、私は心配性なので服を多めに持ってきましたが、途中からアディダスジャージなど同じ服ばかり着るようになったので、それほど多く服を持つ必要はありません。

また私はルームメイトと性格が合わず、悩んだ末に部屋を変えました。部屋変更は悪いことではないので、無理して現地のアメリカ人と暮らす必要はないと思います。気が合えばラッキーくらいに軽く考えると気が楽でしょう。

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。

留学をしたい理由は様々だと思いますが、留学はあなたの語学力を向上させるだけではありません。日常生活を送る上で価値観や文化を知り、日本と留学先の国の相違点や共通点に気がつくことでその国や日本をより深く理解することができます。実際、私の友達や知り合いには韓国人、中国人、インド人、スペイン人、フランス人、カナダ人、アイスランド人、ブラジル人、ミャンマー人、チェコ人、ホンジュラス人、ヒスパニック系やアフリカ系、ヨーロッパ系のアメリカ人など、国籍や人種、肌の色などが異なる様々な人達があります。まだアメリカへ来て2ヶ月半ですが、自分の視座が高まったと感じます。私は大学3年の9月にふと思い立ち、就職活動から留学に路線変更して、いまここに来ています。卒業が1年遅れることは当時は非常に不安でしたが、今は本当にあの時決断して良かったなと思っています。後悔は全くないです。何かを始めるのに遅すぎることなんてないと思います。

もし NSU に留学するのであれば、ぜひ充実したアメリカ生活を送ってください！多くの人々との出会いがあなたをきっと待っています。

