

留 学 報 告 書

記入日:2019年5月30日

所属学部／研究科・学科／専攻	国際日本学部
留学先国	アメリカ
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: アイオワ大学 現地言語: The university of Iowa
留学期間	2018年8月～2019年5月
留学した時の学年	2年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	年生(留学先大学で在籍した学年)
留学先での所属学部等	College of Liberal Arts and Sciences <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。
帰国年月日	2019年5月26日
明治大学卒業予定年	2021年3月
留学先大学について	
形態	<input type="checkbox"/> 国立 <input type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input checked="" type="checkbox"/> その他
学年暦	1学期:8月中旬～12月上旬 2学期:1月中旬～5月上旬 3学期: (記入例/1学期:4月上旬～7月下旬, 2学期:9月中旬～2月上旬)
学生数	33,334人(2016)
創立年	1847年

留学費用項目	現地通貨 (ドル)	円	備考
授業料		円	協定留学のため授業料免除
宿舍費	8,931	982,410円	
食費	1,900	209,000円	
図書費	400	44,000円	
学用品費	50	5,500円	
教養娯楽費	50	5,500円	
被服費	200	22,000円	
医療費		円	
保険費	2,160	237,600円	形態:
渡航旅費	3,051	335,710円	
雑費	500	55,000円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
合計	17,242	1,896,720円	

渡航関連

渡航経路: 往路: デトロイト経由シダーラピッツ着、復路: シダーラピッツ発、シカゴ、ソウル経由羽田着

渡航費用

チケットの種類	片道
往路	198,710 円
復路	137,000 円
合計	335710 円

渡航に際して利用した旅行会社やガイドブックを教えてください。

MTS

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)

大学の寮

2) 部屋の形態

個室 OR 相部屋(同居人数)

3) 住居を探した方法:

大学の案内

4) 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)

キッチンとバスルームはもう一人と共同。

現地情報

1) 現地で病院にかかったことはありますか? 大学内の医務室/診療所や付属病院等で医療サービスを受けることは可能でしたか?

利用する機会が無かった
 利用した:

2) 学内外で問題があったときには誰に相談しましたか。留学先大学に相談窓口はありましたか。

International Student & Scholar Services(ISSS) を利用していた。

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?

危険地域の情報は特にありませんでしたが、オリエンテーションで様々な情報を得た。盗難等の犯罪には巻き込まれなかった。

4) 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。

(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。)

寮もキャンパスも WIFI 接続が可能であった。

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。)

現地で銀行口座を開設した。

6) 現地では調達できない日本から持っていきべき物があれば教えてください。

特に困ったことはなかったが、日本食を少し持っていくと、最初の慣れない生活の中でほっとする時間をつくることができると思う。

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、渡航前に留学先大学から指示があった、渡航後のオリエンテーションで支払いに関する案内があった等)

渡航後のオリエンテーションで支払いに関する案内があった。

卒業後の進路について

1) 進路
<input type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input checked="" type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2) 進路決定の際に参考にした資料、図書、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、或は入社すると決定した企業の名前のみでも構いません) ※1～3年生で、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。
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るにあ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。) ※1～3年生で、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、自分の興味分野や将来の展望が少し定まったと思う。
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、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

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)

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。
27 単位	<input checked="" type="checkbox"/> 単位 <input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由:)
2) 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):
ESL Academic Oral Skills	アカデミックオーラルスキル
科目設置学部・研究科	College of Liberal Arts and Sciences/English as a Second Language Programs
履修期間	秋学期
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	講義と実践(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に50分が3回
担当教授	Mary Chrestensen
授業内容	スピーキング能力を向上させるための授業。スピーチ、プレゼンテーション、ディスカッション、ディベート、発音練習などを通して、アカデミックな授業で必要とされるスキルを養う。
試験・課題など	課題は上にあげた内容の準備、試験はそれらの実践で評価が決まる。
感想を自由記入	スピーキングの練習の場にちょうど良いと感じた。この授業でポイントをつかみ、他の授業での発言やプロジェクトに活かすことができたと思う。

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):
ESL Academic Writing	アカデミックライティング
科目設置学部・研究科	College of Liberal Arts and Sciences/English as a Second Language Programs
履修期間	秋学期
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	講義と実践(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 50 分が 3 回
担当教授	Erik Filean
授業内容	アカデミックな内容のエッセイやリサーチペーパーを書く上での基本スキルを身に付ける。
試験・課題など	ライティングの課題が数回出される。試験は当日出されたテーマに対するライティングで評価される。
感想を自由記入	リサーチの基本やサイテーションまで含めて教えてくれるので、他の授業で課題に取り組むときにも役に立った。また、教授が熱心な方で、この授業以外の課題に対してもアドバイスを下さった。

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):
ESL Academic Listening Skills	アカデミックリスニングスキル
科目設置学部・研究科	College of Liberal Arts and Sciences/English as a Second Language Programs
履修期間	秋学期
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	講義と実践(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	Molly Kelley
授業内容	教授による講義、ビデオクリップ、オーディオブックなどを通して、話される英語に対してのリスニング能力を向上させ、また、同時に授業でノートを取る際の基本なども学ぶ。
試験・課題など	課題はその時々の授業内容によって様々である。試験は講義内容を理解しているか問うものと、その場で聴いた講義の内容について問いリスニング力を評価するものの二つがある。
感想を自由記入	教授がとてもユニークな方で、フランス革命に関する講義を主にされたり、様々な題材のビデオクリップを活用したりと、バラエティーに富んだ授業であった。リスニング力を向上させるためのあらゆる方法を実践し、学べたと思う。

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):
Big Ideas: Equality, Opportunity, and Public Policy in America	
科目設置学部・研究科	College of Liberal Arts and Sciences/Sociology
履修期間	秋学期
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	講義とディスカッション(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	Sarah Bruch, Colin Gordon, KaLeigh White
授業内容	アメリカの社会問題と政策について、経済安全保障と機会平等の観点から学ぶ。教育、労働、賃金、貧困、ヘルスケア、保険などの分野における、社会的不平等について学び、それらの問題を解決するための政策について議論する。
試験・課題など	エッセイやリサーチペーパーなどの課題がユニットごとに出される。試験は無い。
感想を自由記入	円形の机にグループごとに分かれて座り、講義とディスカッションを交えた形で学ぶ授業は面白かった。また、アメリカの抱える社会格差や政策についての知見を得られ、その他の授業を受ける際にも背景知識として非常に役立った。教授や TA は熱心で、オフィスアワーを活用して質問をすると真摯に答えてくださったり、課題に対してアドバイスも下さった。

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):
Cultural Anthropology	文化人類学
科目設置学部・研究科	College of Liberal Arts and Sciences/Anthropology
履修期間	秋学期
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	講義とディスカッション(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 50 分が 3 回
担当教授	Erica Prussing
授業内容	社会文化人類学の概念、グローバル化する世界から見た人間の文化的多様性、文化的思考、エスノグラフィーの有効性などについて学ぶ。文化は人間の思考、行動、社会的ライフスタイルを形成するものとして、食、統治システム、祝日、音楽、ポピーアート、グローバルな病気などの観点から、日常の人々、民族的コミュニティなどの例を通して、文化的慣習や異文化間相互作用について議論する。
試験・課題など	毎回の授業内容に関するテキストの予習と、エッセイ課題が数回出される。試験は講義内容についてのマーク形式とエッセイの両方が出題される。スタディーガイドにそって勉強すれば、平均点以上をとれる。
感想を自由記入	多様性について文化人類学の観点から考えることは非常に興味深かった。教授も TA も熱心に質問に答えて下さり、とくに TA の方に課題についてアドバイスを頂いたのは、非常に有益であった。

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):
Elements of Book Art	ブックアート
科目設置学部・研究科	College of Liberal Arts and Sciences/School of Art and Art History
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	実技(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 180 分が 1 回
担当教授	Kalmia Strong
授業内容	Bookbinding(製本)や本の構造を学び、実際に紙から様々な方法で本にしたり、自分のアイデアをもとにアーティストブックを創ったりする。
試験・課題など	学ぶ本の構造ごとに課題が出される。
感想を自由記入	美術系の授業を受けることによって、普段とは違う頭の使い方をし、創造性も向上させることができたと思う。身の回りの自然などに細かく目が行くようになった。また、ブックアートの美しさを知るきっかけになり、視野が広がった。

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):	
Diversity in History: Latina/o/x History from Conquest to the Present			
科目設置学部・研究科	College of Liberal Arts and Sciences/History		
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	講義とディスカッション(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	Lina-Maria Murillo		
授業内容	16 世紀から現在までの、Latina/o/x の歴史について、Mexican American, Puerto Rican, Cuban American, Dominican American, Central Americanらの経験を主に学ぶ。征服や植民地化からの歴史を通し、ジェンダー、人種、階級、セクシュアリティなどのアイデンティティの相互性を考察し、アメリカでの Latina/o/x コミュニティに対するイメージや社会的格差がどのように変化していったのかを学ぶ。歴史的出来事の影響を現在の教育、移民、健康、政治の問題と結び付け、分析する。		
試験・課題など	週一回のペースで授業内容に関連するリーディングが課され、それを踏まえたエッセイを提出する。また、学期の最後にリサーチペーパーを提出する。試験は無し。		
感想を自由記入	読む量が非常に多く苦労したが、そのおかげで深い学びにつながったと思う。今まで全く知らなかったアメリカの Latina/o/x コミュニティについて学び、多様性について考える上で非常に視野が広がったと思う。インターセクショナルリティについての概念を、歴史的出来事と現在の問題を通して理解できた。		
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):	
Introduction to Human Rights		人権入門	
科目設置学部・研究科	College of Liberal Arts and Sciences/International Studies		
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(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	Brian R. Farrell		
授業内容	国際人権システムの分析と、人権保護と国際人権規約の関係について学ぶ。国際システムにおける人権の確立、維持及び変革について知識を得て、様々な人権問題について検討し、それらを解決するためにどのように国際人権システムの特定の側面を改善すべきかを議論する。		
試験・課題など	週一回のペースでテキストからリーディングが課され、質問に対する答えをエッセイにして提出する。学期中に 2 回の試験があり、マーク形式とエッセイの両方で出題される。		
感想を自由記入	国際人権システムについての知見が得られ、国際問題に対する考察が深くできるようになった。また、同時に人権問題について考える上での観点を学ぶことができたと思う。教授はオフィスアワーで熱心に質問に答えて下さり、テスト勉強に役立った。		

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):
Foundations in Critical Cultural Competence	文化的能力における基礎
科目設置学部・研究科	College of Liberal Arts and Sciences/Critical Cultural Competence Certificate Program
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	講義とディスカッション(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に180分が1回
担当教授	Yolanda Spears
授業内容	性別、年齢、国籍、人種、民族、出身、思想、信条、疾病、障害の有無、性的指向、性自認等を理由にした偏見や差別、それらがもたらす経済的格差を学ぶ。アメリカが多様性を包摂する社会を構築する上で必要な、個人の文化的能力、特権への自覚、抑圧をつくり出すメカニズムなどについて、クラス全員での体験の共有や議論も交えて考察していく。
試験・課題など	学期中にエッセイ課題が何度か出される。試験は無し。
感想を自由記入	教授は、学生との関係を非常に大事にする熱心な方で、サポートして下さる姿勢にとっても鼓舞され、自身をもって授業に臨むことに繋がった。アメリカ社会の抱える根深い人種差別問題だけでなく、多様性が社会的不条理につながる状況すべてについて、私たちはどう関わっていくべきなのか、深く考えられる。他人を理解する上で必須の自己理解にも深くつながる。

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、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等

2017年 1月～3月	
4月～7月	TOEFL 勉強
8月～9月	TOEFL 受験
10月～12月	留学計画書作成&提出、面接
2018年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	留学開始
10月～12月	期末試験
2019年 1月～3月	
4月～7月	期末試験 帰国
8月～9月	
10月～12月	

留学体験記

留学しようと決めた理由	<p>厳しい環境に身を置くことによって、自分自身を成長させたいと考えたことが留学しようと思う一番初めのきっかけになりました。将来やりたいと思うことに共通していることは、多様な文化や背景を持つ人と関わることだったため、様々な価値観や、信条、宗教、文化、アイデンティティを持つ人と関わり、違いを尊重し理解するという経験を重ね、公平で広い視野と多様性への適応力を身に付けたいと考えました。また、偏見や差別の問題にも興味があり、多様性は不平等、不条理の原因であってはならないと考え、どうしたら多くの人にとって生きやすい社会になるのか学びたいと考えました。あらゆる側面で日本よりも多様なアメリカで、異なる価値観を持つ人と関わり、多様性とは何なのか、多様性を包摂する社会はどうしたら構築できるのかなど、客観的に自分自身や日本、アメリカのこと、世界のことも探求したいと思って留学を決めました。</p>
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	<p>英語力をもっと高めておけば良かったと思うことが多々ありました。最初は成長を実感できず、英語力に自信を持っていないことが、授業や人間関係など様々な場面で障壁になっていました。ももとのレベルを高めておけば、さらに向上させることができたのではないかと思います。特に足りないと感じたのは語彙力でした。語彙を知っているかいないかは、聴くこと、話すこと、書くこと、読むことすべてに通じるため、できる準備は積極的にした方が、より効率的に英語力を伸ばすことができ、深い学びにつながると思います。また、日本のことを英語で説明できるようになることも大事だと思いました。意外と説明するのが難しいこともあるので、少しでもシミュレーションしてみると、何か質問されたときなどに役に立つと思います。説明できれば会話も広がるので、準備しておく良かったと思います。せっかく日本人として行くなら、少しでもその意味があるように、自国について知っていて説明できるのは大事だと思いました。その説明が日本の印象のすべてになるかもしれないので。</p>
この留学先を選んだ理由	<p>大学の紹介ビデオを観て、直感で雰囲気よさそうだったことと、興味深い授業が多いと感じたため、アイオワ大学に留学することを決めました。落ち着いて勉強に集中したかったため、小さな街であることも魅力的だと思いました。日本とは全く違う環境に身を置きたかったため、日本人が少ないということも大きな決め手になりました。</p>
大学・学生の雰囲気	<p>勉強熱心な学生や、社会問題に対して関心の高い学生が多い印象でした。大学が学生をサポートする体制やそのための設備などが豊富で、自分から求めれば多くのことが得られる環境です。教授は熱心な方が多く、質問や相談をすると真摯に答えて下さることが多かったです。また、留学生のサポート体制も整っていて、困りごとがすぐに相談出来たり、ライティングセンターやスピーキングセンターなどの英語力を向上させられる環境があったりしました。キャンパス内にいくつも建物があるため、授業ごとに移動していました。街と大学が一体となっているような感じでした。</p>
寮の雰囲気	<p>フロアに1人いる、RAが個人面談などを通して、大学生活や寮での暮らしについて悩みがあった場合、相談に乗ってくれるようなシステムがありました。また、学生が交流できるようなイベントもあり、良い雰囲気でした。私の住んでいた階はいつも静かで、落ち着いて生活できる環境でしたが、となりの部屋の音はよく聞こえたので、壁は薄かったと思います。コンピュータールーム、ジム、売店など、設備が充実していました。机とイスがあるスペースがあり、勉強もできました。</p>
交友関係	<p>学生団体やイベントに参加し、積極的に交友関係を広げていきました。一度出会った縁を大事にし、交流を絶やさないようにすることで、距離が縮まり、信頼し合う友達が多くなりました。偶然の出会いをきっかけに、留学期間を通して多くの時間を過ごす親友ができたり、多くを学べるような人格者に巡り合えたりするため、人と会う機会をつくり出していくことが大事だと思います。また、現地学生と留学生をマッチングさせるシステムを利用したことも、大事な友達との出会いにつながりました。留学前の案内や、オリエンテーションでそのシステムの説明がされます。</p>
困ったこと、大変だったこと	<p>最初の時期は人間関係の構築に悩みました。様々な価値観を持つ人達と、どうしたら心の距離を縮めて信頼し合えるのか、試行錯誤の連続でした。一度出会った人との関りを大事にしながらか、様々な違いを尊重する姿勢で接し、積極的にコンタクトを取りました。また常に新しい出会いを求め続けることを心がけたところ、だんだんと心の許せる友人が増え、人とのつながりに恵まれました。また、英語力への自信の無さや、展開の早いディスカッションについていけないことが原因で授業内で発言することが難しく、悔しい思いもしました。自分は劣っていると感じ、悩むことも多かったです。しかし、入念に予習に取り組み、自分で調べものなどをして準備をすることで、自信につなげ、発言できるようになりました。それによって英語力も伸びて、発言することに抵抗がなくなっていきました。</p>

学習内容・勉強について	興味のある授業を受けていたので、知らなかったことを知っていくのが楽しかったです。聞き取れないことや、理解できないことがあったり、ディスカッションなどでなかなか発言できなかったり、課題が大変だったりと苦労することもありましたが、理解したい、学びたいと思う気持ちで乗り越えられました。そういう姿勢で行動していると、教授や TA も親身になってアドバイスをしてくれて、助けて下さいました。ライティングセンターや、友達に課題のチェックもしてもらい、英語のミスがないか、論理は通っていて伝わるかなどをチェックしてもらいました。試験勉強は友達としていると、授業で聞き逃していた大事なポイントなどを見直せたりするので、クラス内に知り合いをつくれるとベストだと思いました。授業内で発言できるようにするために、事前にスピーキングセンターで、予習の内容を要約して自分の意見を話す練習をしたりもしました。学ぶというインプットだけでなく、その内容を説明して意見するというアウトプットをすることで、より深い理解につながりましたし、考察力も高まりました。
課題・試験について	授業によって違いはあるものの、どの授業でも一定の課題量が課されましたが、決してこなせない量ではありませんでした。その課題によって、より深く学べていると感じました。試験もオフィスアワーを活用して、事前に教授に質問をすることで、わからないところが解決できて、より深い理解にもつながったため、効果的な準備の方法だったと思います。留学生であることは、ある程度考慮されるため、課題も試験も直接的に英語力で評価を落とされることはありませんでした。それよりも、準備の量やそれらをまとめる論理性や考察力などの、内容の面を評価されていたと思います。稚拙な英語でも、言いたいことが伝われば、内容で評価をつけてくれました。
大学外の活動について	南アジア系や、難民支援の学生団体に参加しました。また、コーヒーショップで障害を持つ方と一緒に働くボランティアにも少し参加しました。それ以外にも大学内で様々な娯楽系のイベントや、ゲストスピーカーを招いてのセミナーなどが無料で催されていたため、時間のある時は積極的に参加していました。行動範囲が広がれば、その分学びも得られ、人とのつながりも増えるので、色々参加してよかったですと思います。実際、難民支援の学生団体に参加したことで、新たな自分の興味分野を見つけることができ、また刺激になる学生との出会いもありました。
留学を志す人へ	明確な目標を持ち、積極的に行動することが大事だと思います。最初は「成長したい」という曖昧な目標だけでも、常に何のために何をするのかということを考えながら過ごすと、具体的な目標が生まれてくると思います。短期、中期、長期の目標を立てて更新していくことで、自分を見失わずに、留学経験をより良いものにできると思います。積極的に行動して、勇気のいることに挑戦していくことで、成長できるような、刺激の多い充実した毎日につながります。立てた目標のために行動すべきことを考え、迷ったらなんでもやってみるのが良いと思います。たいていのことは何とかできるので、あまり気負わずに、目の前のことに真剣に取り組んでいけば、様々な機会や出会いに導かれていくと思います。

一週間のスケジュール(例)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前中	授業	Speaking center	授業	授業	授業		
	授業	授業	授業	授業		友達と外出	
午後	Conversation center		Conversation center				勉強
	授業	授業	授業	授業	授業		勉強
夕刻	勉強	勉強	学生団体	勉強	交流活動		勉強
夜	勉強	勉強	勉強	勉強	交流活動		勉強