

| |
|------------------|
| 留 学 報 告 書 |
|------------------|

記入日:2019年1月10日

| | |
|--------------------------|---|
| 所属学部／研究科・学科／専攻 | 国際日本学部国際日本学科 |
| 留学先国 | アメリカ合衆国 |
| 留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語) | 和文: ノーザン州立大学 現地言語: Northern State University |
| 留学期間 | 2018年8月～2018年12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 | 2年生(留学先大学で在籍した学年) |
| 留学先での所属学部等 | 心理学部 <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。 |
| 帰国年月日 | 2018年12月19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 checked="" type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> その他 |
| 学年暦 | 1 学期:1 月上旬～5 月上旬 2 学期:8 月中旬～12 月中旬 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 | 約 3600 人 |
| 創立年 | 1901 年 |

| 留学費用項目 | 現地通貨 (ドル) | 円 | 備考 |
|-----------|-------------|-----------------|---------------|
| 授業料 | 0 | 0 円 | 交換型のため |
| 宿舍費 | 2300 | 250000 円 | |
| 食費 | 1460 | 161000 円 | |
| 図書費 | 270 | 30000 円 | 教科書代 |
| 学用品費 | 0 | 0 円 | |
| 教養娯楽費 | 0 | 0 円 | |
| 被服費 | 50 | 5500 円 | |
| 医療費 | 0 | 0 円 | |
| 保険費 | 300 | 33000 円 | 形態:ベーシックプラン |
| 渡航旅費 | 2260 | 250000 円 | |
| 雑費 | 270 | 30000 円 | |
| その他 | 300 | 33000 円 | ノーザン州立大学指定の保険 |
| その他 | | 円 | |
| その他 | | 円 | |
| 合計 | 7210 | 792500 円 | |

| 渡航関連 | |
|--|--|
| 渡航経路: 羽田空港～ミネアポリス・セントポール国際空港 | |
| 渡航費用 | |
| チケットの種類 | エコノミークラス |
| 往路 | _____ |
| 復路 | _____ |
| 合計 | 249410 円 (往復で) |
| 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。 | |
| エアトリ | |
| 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 | |
| <input type="checkbox"/> 個室 | OR <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 1 人) |
| 3)住居を探した方法: | |
| 大学からの案内メール | |
| 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) | |
| 2018 年秋学期よりオープンの新築の寮(Great Plains East)に滞在していました。キャンパス内には合計で 7 つ寮があり、どの寮も教室に近くとても便利です。私はアメリカ人のルームメイトがいて、日々の会話が英語力を向上するのに非常に役に立ったと思っています。ですが、寮によってはシングルルームも選択可能なので、1 人の時間を大切にしたいのであればそちらも良いと思います。 | |
| 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? | |
| <input checked="" type="checkbox"/> 利用する機会が無かった <input type="checkbox"/> 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。 | |
| 私は特に問題はありませんでした。相談窓口(Student Affairs)はありました。 | |
| 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? | |
| 都会ではないため、インターネット等で比較的犯罪が少ない地域と記載されていましたが、日本にいる時より気を張っておくように心がけていました。常に貴重品は持ち歩く、必要のないその他の貴重品はスーツケースにしまい、鍵をかけておくなどのことをしていました。盗難等の犯罪には一切巻き込まれませんでした。 | |
| 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。) | |
| キャンパス全体で大学の Wi-Fi 接続が常に利用可能でした。私は携帯電話は現地で契約せず日本で使っているものを機内モードで使用していましたが、キャンパス外にいたことがあまりなかったので特に問題なく過ごせました。 | |
| 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。) | |
| 銀行口座は開設せず、現金が必要な際は cash passport を利用して現金を日本から送金してもらっていました。 | |
| 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。 | |
| どうしても時の日本食、使い慣れた日用品(女性は化粧品等) | |
| 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) | |
| | |

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。 |
| 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。 |
| 15 単位 | <input checked="" type="checkbox"/> 15 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): |
| General Psychology | 一般心理学 |
| 科目設置学部・研究科 | Psychology |
| 履修期間 | 一学期間 |
| 単位数 | 3 |
| 本学での単位認定状況 | 3 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 50 分が 3 回 |
| 担当教授 | Dr. Gregory |
| 授業内容 | 心理学の基礎知識についての講義、グループディスカッション |
| 試験・課題など | 授業内での抜き打ちクイズ(10 問)が 5 回、オンラインテスト(50 問)が 3 回、グループごとのポスターセッション、期末レポート(2 種類) |
| 感想を自由記入 | 生徒が 80 人程度で大教室での授業でした。クイズやテストがほとんど授業内容の応用だったので、毎回授業に出席しすべて板書を取っていても高得点を取るのに苦労しました。(留学生で心理学専攻の人は全然いません。) |

| | | | |
|--------------------------|--|-----------------|--|
| 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): | |
| United States History II | | アメリカ合衆国の歴史 II | |
| 科目設置学部・研究科 | History | | |
| 履修期間 | 一学期間 | | |
| 単位数 | 3 | | |
| 本学での単位認定状況 | 3 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 50 分が 3 回 | | |
| 担当教授 | Dr. Dias | | |
| 授業内容 | アメリカ合衆国の歴史についての講義 | | |
| 試験・課題など | 中間試験(エッセイ方式)、期末試験(エッセイ方式)、学期レポート | | |
| 感想を自由記入 | 歴史を他国の視点から他言語で学ぶのは新鮮でいい経験になったと思います。課題も試験もエッセイ方式だったので、文章構成力を鍛えることができました。また、教授が留学生への配慮をしてくださったため授業についていくことが難しくなく、履修している留学生は数多くいました。 | | |
| 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): | |
| Fundamentals of Speech | | スピーチの基礎 | |
| 科目設置学部・研究科 | Speech Communication | | |
| 履修期間 | 一学期間 | | |
| 単位数 | 3 | | |
| 本学での単位認定状況 | 3 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 | Dr. Sills | | |
| 授業内容 | スピーチ(4 回)、スピーチの構成要素や基礎知識についての講義、グループディスカッション | | |
| 試験・課題など | 毎回のスピーチの際に①アウトライン②引用文献リスト③グループのメンバー3 人への評価シート、自己評価エッセイが 2 回、クイズ(10 問)が 5 回、中間レポート、期末レポート | | |
| 感想を自由記入 | スピーチの 101 の授業でしたが、同じ Fundamentals of Speech の授業の他の教授よりも圧倒的に課題、提出物が多く、評価の基準も高いです。ですが履修者のモチベーションやレベルがその分高いため、非常に刺激を受けました。相当の覚悟を持って履修するのをおすすめします。 | | |

| | | | |
|---------------------------|--|-----------------|--|
| 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): | |
| Introduction to Sociology | | 社会学入門 | |
| 科目設置学部・研究科 | Sociology | | |
| 履修期間 | 一学期間 | | |
| 単位数 | 3 | | |
| 本学での単位認定状況 | 3 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 50 分が 3 回 | | |
| 担当教授 | Dr. Stallings | | |
| 授業内容 | 社会学の基礎用語、基礎知識に関する講義 | | |
| 試験・課題など | テスト(50 問)が 5 回、レポートが 5 回、期末試験(99 問) | | |
| 感想を自由記入 | 教授がその日のテーマと関連する、自らの経験から考えることを説いていく授業でした。テストや期末試験は選択問題で、内容はほとんどすべて教科書に記載されておりそこまで難しくないため、比較的留学生にはおすすめの授業です。 | | |

| | |
|-------------------------|---|
| 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): |
| Introduction to Theatre | 演劇入門 |
| 科目設置学部・研究科 | Theatre |
| 履修期間 | 一学期間 |
| 単位数 | 3 |
| 本学での単位認定状況 | 3 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 | Dr. J Carrier |
| 授業内容 | 劇場・演劇の歴史、基礎知識に関する講義、クラスでのファイナルプロジェクトの作成、実演 |
| 試験・課題など | 毎週の省察エッセイ、オンラインテストが 3 回、ファイナルプロジェクト |
| 感想を自由記入 | 教授が学期の間に出産されたこともあり、授業がキャンセルになったり課題などの指示が変更になったりすることが多く、6 人しかいない他の受講者と常に相談していました。周りが全員現地の正規学生の中で銃規制というアメリカ合衆国ならではのトピックについての演劇を構成し、実際に発表したのは良い経験になりました。 |



留学に関するタイムチャート

| | |
|----------------|----------------------------------|
| 2017年 1月～3月 | |
| 4月～7月 | TOEFL iBT に向けた勉強、受験 |
| 8月～9月 | 協定留学(交換型)への出願を決意 協定校、募集要項等の確認 |
| 10月～12月 | 出願、面接 交換留学生としての推薦が決定 |
| 2018年 1月～3月 | 留学先大学への手続き等 |
| 4月～7月 | 留学への準備 |
| 8月～9月 | 8月: 出国 |
| 10月～12月 | 10月: 中間試験 12月: 期末試験、帰国 |
| 2019年 1月～3月 | TOEIC に向けての勉強 |
| 4月～7月 | |
| 8月～9月 | |
| 10月～12月 | |

留学体験記

| | |
|---------------------------|--|
| 留学しようと決めた理由 | 幼少期に英語に触れ始めた頃から英語を話すことに魅力を感じ、それからずっと将来は留学して日本語に頼ることのできない環境でもっと語学力を向上したいと思っていました。また、国際日本学部に入學してから国際関係の分野により関心を抱くようになりました。そして、世界のあらゆる地域や分野に関心のある日本人や世界各国からの留学生など、様々な考えを持っている人々と出会い、刺激を受け、将来社会に出ていくにあたって学生の間にたくさん経験をして自己を強くしたいと思いました。 |
| 留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備 | 出願を決意してから、協定校の情報をじっくり集め、どの大学を志望するかを決めました。自分がどのような環境で学びたいか、留学を通して何を学びたいかをしっかりと定めてから留学先を決めることをおすすめします。また推薦決定後に、その大学に以前明治大学から留学していた先輩を大学に紹介してもらい、寮や授業についてや、キャンパス周辺の情報を提供してもらうとある程度留学先について詳しいイメージをもって留學生活を始めることができると思います。 |
| この留学先を選んだ理由 | ノーザン州立大学はアメリカの中でも決して都心部でないサウスダコタ州というアメリカ中西部に位置しています。キャンパス周辺にも遊びに行く場所は少なく、この際勉強に集中する環境に自分をおきたいと思い選びました。また、ノーザン州立大学には日本からの留学生こそ少ないものの、世界各国からの数多くの留学生がいます。留学生向けのプログラムが非常に充実しており、キャンパス内外で様々なアクティビティに参加できるため、勉強だけでなく充実した生活を送ることができるのではないかと考えました。 |
| 大学・学生の雰囲気 | キャンパスは自然豊かで普段は比較的落ち着いた雰囲気です。ですが、様々なイベントが頻繁にあり、その際は学生皆が参加し、近隣に住んでいる人々も大学に集まって大勢で盛り上がるなど、地域密着型なところが非常にいいと思います。学生もいつもはそこまでわいわいしているわけではなく、勉強にしっかりと励んでいる人も多いですが、大学に何個かクラブがあり、そのようなことに積極的に取り組むなど明るく活動的な学生が多いイメージがあります。 |
| 寮の雰囲気 | 私が住んでいた寮は新築で 2018 年秋学期よりオープンし、私たちが初めての入居者だったため、とても綺麗で寮内の様々な設備も充実していました。一階の玄関付近のラウンジだけでなく、各フロアに談話スペースがあり、学生の交流やリラックスできる場となっていました。入居者の中では新生者が多く、新しい寮ということもあり、まだ探り探りでありイベントなどは盛んではありませんでしたが、静かで落ち着いた雰囲気は私は好きでした。 |
| 交友関係 | 留學当初から、せっかく留學に来たのだからとなるべく積極的に自分から色々な人に話しかけるように心掛けていました。初めのころは現地学生と話す自分のボキャブラリーの少なさに少し落ち込むこともありましたが、それよりも会話することが楽しく、楽しみながら英語を上達させることができました。課題などのすべきことはこなしながらも友達との限られた時間を精一杯大切にしていました。また、ウリクラブ(韓国語クラブ)に所属していたこともあり、韓国人を中心とする留学生や現地学生など本当に多くの友達に囲まれ一学期を通して楽しい生活を送ることができました。 |
| 困ったこと、大変だったこと | 正直特にこれと言って大変だったことはありませんでした。幼い頃からアメリカの大学で学ぶという目標があり留學に期待に胸を膨らませていて、目の前のすべてのものが苦ではなかったです。強いて言えば、現地学生の中でもはっきりと大きな声で話す人もいますがそうではない人もいて、授業内で教授が生徒を当てた時やスピーチの授業等で耳を一生懸命そばだてても聞こえず、しかし周りの生徒は理解をしている様子だった際に、もっとリスニング力を向上せねばならないなど実感しました。 |
| 学習内容・勉強について | 私は心理学を専攻していましたが、その他にも様々な分野の授業を履修していました。今まで心理学自体を学んだことがなかったため、基礎心理学の授業なのに日本語でも聞いたことのないような専門用語が毎回何個も出てきて単語を覚えることに苦戦しましたが、同じ履修していた留学生の友達と協力しあいました。また、授業で不明点があったり課題に行き詰まったりした際は教授のオフィスを何度も訪れて質問をし、授業についていけるように努力しました。 |

| | |
|------------|---|
| 課題・試験について | 5つの授業を履修していたのですが、それぞれで毎週、あるいは毎授業課題や試験があったり、常に何かすべきことがあって初めはそれをこなすだけで一苦労していました。大学内に tutoring center といって現地学生が課題などを個別で指導してくれる場所があり、費用は掛からず利用できたので、文法等の直しやアドバイスをしてもらいに何度も通っていました。すると、初めは時間がかかっていた課題も徐々に効率よくこなせるようになったり文法の誤りも少なくなっていました。 |
| 大学外の活動について | ノーザン州立大学には留学生向けに Friendship Family Program といって大学の近隣に住む方々とホストファミリーとなるプログラムがあります。私のホストマザーは私の他に4人の学生を受け入れており、休日などには彼女の家で皆でご飯を食べたり、様々な場所に一緒に遊びに行ったりと充実した時間を過ごすことができました。また、彼らは皆国籍が違ったので、自国の話をしたり文化を教えあったりとファミリーの中でも多様な文化を感じ、貴重な経験になったと思います。 |
| 留学を志す人へ | 留学を志している方は、留学中に何を学ばたいかなど事前に具体的な目標を定めていると思います。しかし、留学が始まってみると自分の想像もしていなかったことに苦労したり、想定外だったということもあるかもしれません。そんな時に気持ちを強く持ち、もう一度自分の留学での目的を思い返してみてください。簡単に諦めずに踏ん張って最後まで気持ちを保つことができれば、すぐには結果は見えてなくても着実に自分自身は成長しています。頑張ってください。 |

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① | 授業① | 授業① | 授業① | 授業① | | |
| | 授業② | 授業② | 授業② | 授業② | 授業② | ホストファミリーと過ごす | 友達とランチ |
| 午後 | 授業③ | 勉強 | 授業③ | 勉強 | 授業③ | ホストファミリー | 勉強 |
| | 教授のオフィスを訪れる | 勉強 | 友達と過ごす | 〃 | 教授のオフィスを訪れる | 〃 | 〃 |
| 夕刻 | 友達と過ごす | tutoring center に行く | 勉強 | 韓国語クラブ | 友達と過ごす | ホストファミリー | 友達と過ごす |
| 夜 | 勉強 | 友達と過ごす | 〃 | 勉強 | 友達と過ごす | 勉強 | 〃 |