

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

(この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

| | |
|------------|---------------------------|
| 研修名 | 海外テーマ特化型研修 カリフォルニア大学デービス校 |
|------------|---------------------------|

| 留学費用項目 | かかった費用 (円換算) | 備考 特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|-------------------------|
| 食費 | 19,500 円 | 外食やお菓子など |
| 図書費 | 円 | |
| 学用品費 | 円 | |
| 携帯・インターネット費 | 円 | |
| 現地通学費 | 13,000 円 | (研修先まで 20 分)自転車レンタル代 |
| 教養娯楽費 | 45,000 円 | 観光 |
| 被服費 | 円 | |
| 雑費 | 4,000 円 | 生活用品 |
| その他 | 26,000 円 | 例:お土産 |
| その他 | 円 | 例: |
| 合計 | 107,500 円 | |

渡航準備について

1)ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか

2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか

現金の用意方法:両替所
 その他用意したもの: クレジットカード デビットカード・キャッシュパスポート

3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか

日本で SIM カードを購入した

4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか

ちょっと厚さがある上着(2月のDavisはまだ寒い)

現地情報

1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。
(例:研修の相談窓口、現地の友人等)

なし あり (問題の内容や相談した人等:)

特記事項:

2)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?

3)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。) |
| ホームステイや学校には WIFI あり |

| 滞在形態関連 |
|---|
| 1) 留学中の滞在先の種類 |
| <input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル |
| 2) 部屋の形態 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人) |
| 3) 共有部分 |
| <input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可) |
| 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) |
| 完全にホームステイによるらしい。私のホームマザーが結構優しい人だったので、自由度が高かった。色々な料理を作ってくれたり、週末と一緒に旅行したりした。 |

| プログラム選択の参考となる点を記載してください |
|---|
| 1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容 |
| アメリカの学校の先生は学生自分で考えることを励ましている。新しい知識や分野を学んで、視野を広げた。 |
| 2) 課外プログラムについて |
| サンフランシスコとタホ湖に観光しに行った。ワインテースティングも初めて体験した。 |
| 3) 滞在先・現地での生活に関すること |
| Davis の人々は結構優しい。学校大きい、公共交通機関はそれほど便利ではない。 |

留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200 字以上)

| |
|---|
| <p>このプログラムを選んだ理由は、単に英語の向上を目指すことではなく、ビジネスについての知識も得たいからだ。研修内容としては、四つの授業に分けて、ビジネスにおいてのホットピック、思考方式や起業のためのポイントを習得した。結構おもしろい授業であった。全部英語なので、最後には全然英語の発表とかを怖れなくなった。</p> <p>学校に近いホームステイに泊まった。自転車で通学して、研修中の一ヶ月に運動不足が全くない。景色がすごく綺麗で、栗鼠とかうさぎとか野生動物が多くて、自然が満喫できる。本当に有意義かつ忘れがたい一ヶ月である。</p> <p>もし海外に興味のある方がいれば、ぜひ在学中いろいろな機会を把握して、海外の生活や勉強を試してください。</p> |
|---|

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

(この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

| | |
|-----|-------------------------------------|
| 研修名 | 明治大学国際教育センター主催 2022 年度春季 海外テーマ特化型研修 |
|-----|-------------------------------------|

| 留学費用項目 | かかった費用 (円換算) | 備考 特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|-------------------------|
| 食費 | 円 | |
| 図書費 | 円 | |
| 学用品費 | 円 | |
| 携帯・インターネット費 | 円 | |
| 現地通学費 | 0 円 | (研修先まで 40 分) |
| 教養娯楽費 | 円 | |
| 被服費 | 円 | |
| 雑費 | 円 | |
| その他 | 円 | 例: |
| その他 | 円 | 例: |
| 合計 | 円 | |

渡航準備について

| |
|---|
| 1)ピザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか |
| 特になし |
| 2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか |
| 現金の用意方法: その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート |
| 3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか |
| SIM カードを Amazon で購入しました。 |
| 4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか |
| スマホ盗難防止のためにスマートフォンを首からぶら下げることのできるストラップを購入しました。貴重品を常に体に身につけられるようにしておく心安いかもしれません。モバイルバッテリーはあった方がいいと思います。 |

現地情報

| |
|---|
| 1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:研修の相談窓口、現地の友人等) |
| <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項: |
| 2)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？ |
| 半年前から留学しているルームメイトから教えてもらいました。先述しましたが、スマートフォンや現金はバッグとは別に首からぶら下げるストラップやミニポーチに入れて離さず持っていたので盗難には遭いませんでした。 |
| 3)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。)
 私は家や大学内では Wi-Fi が利用することができ、現地でインターネット通信が不安定になるということは特になかったです。

滞在形態関連

| |
|---|
| 1) 留学中の滞在先の種類 |
| <input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル |
| 2) 部屋の形態 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人) |
| 3) 共有部分 |
| <input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可) |
| 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) |
| 私のホームステイ先は良いところであったためシャワー時間の制限もなく様々な場所に連れて行ってもらい、本当に家族の一員のように過ごすことが出来ました。また私含めて 3 人の留学生がそこに滞在していましたが、関係も良好でルームメイトと一緒に放課後に遊びに出かけることもありました。私の家の場合はバス停から徒歩で帰宅という形だったため、各々が好きな時間に帰宅することができましたが、他のルームメイトと一緒にの時間にホストファミリーの車に乗って帰宅する場合は時間を合わせなければならぬので少々大変かもしれません。 |

プログラム選択の参考となる点を記載してください

| |
|--|
| 1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容 |
| 現地の人たちが使う Idiom を学ぶ授業が実用的で役立つと感じました。また、授業内で現地学生と交流する機会を作ってくれた先生もいました。 |
| 2) 課外プログラムについて |
| 現地学生の人たちと交流できるアクティビティが放課後に作られていたので、自分から参加すれば交流の機会を作ることでできます。オプションツアーではヨセミテ国立公園やロサンゼルスに行くことができます。 |
| 3) 滞在先・現地での生活に関すること |
| Woodland がホームステイ先の人たちはバスを使う必要があります。しかし、多くは学生たちが乗車しているので心配する必要はありません。 |

留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200 字以上)

私は英語を上達させるためにこのプログラムを選びました。確かに短期留学プログラムであり、1 か月という期間は短いように感じるかもしれませんが、しかしこの 1 か月の間でさえも自分の取り組みでその短い期間をどれだけ充実したものにするかは、同じプログラムを受けた人達の間でも変わっていきます。実際、プログラムの授業を受けているクラスメイトは全員日本人でした。そのため、放課後は現地の人たちとの交流を増やすために積極的にアクティビティに参加したり、ホームステイ先のホストファミリーや同じプログラムに参加しているルームメイトと英語で話したりしました。結果、アメリカに行く前よりも話す力が上達したと強く実感しています。ホームステイについては初めてのことであったので不安や緊張はありましたが、ホストファミリーは本当にやさしく、先述した通り、家族の一員のように過ごすことが出来ました。また、海外も初めてでしたが大学側が行っているオプションツアーでサンフランシスコやロサンゼルスなどに訪れることができ、観光も楽しむことができました。日本以外の国で母国語ではない言語を使って過ごすことは大変ではありますが、それ以上に楽しいことの方が多かったです。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

(この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

| | |
|------------|---------------------------|
| 研修名 | 海外テーマ特化型研修 カリフォルニア大学デービス校 |
|------------|---------------------------|

| 留学費用項目 | かかった費用 (円換算) | 備考 特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|-------------------------|
| 食費 | 30000 円 | |
| 図書費 | 0 円 | |
| 学用品費 | 0 円 | |
| 携帯・インターネット費 | 15000 円 | |
| 現地通学費 | 0 円 | (研修先まで 30 分) |
| 教養娯楽費 | 152000 円 | |
| 被服費 | 15000 円 | |
| 雑費 | 0 円 | |
| その他 | 0 円 | 例: |
| その他 | 0 円 | 例: |
| 合計 | 212000 円 | |

渡航準備について

| |
|---|
| 1)ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか |
| なし |
| 2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか |
| 現金の用意方法:両替 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート |
| 3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか |
| 4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものがありましたか |
| 3)渡米前に Amazon で 60 日分を購入 4)お土産などで荷物が増えるため、ボストンバッグを準備した方が良かった。 |

現地情報

| |
|---|
| 1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:研修の相談窓口、現地の友人等) |
| <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項: |
| 2)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？ |
| 3)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。) |
| たびレジを事前に登録し、LINE で受信できる形にした。貴重品は常に自分の体に身につけていた。犯罪には巻き込まれなかった。問題はなかった。 |

滞在形態関連

| |
|---|
| 1) 留学中の滞在先の種類 |
| <input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル |
| 2) 部屋の形態 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人) |
| 3) 共有部分 |
| <input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可) |
| 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) |
| 土足での生活には慣れなかった。日本では浴室にいる時間が長かったため、シャワーを 10 分以内に浴びないといけないというルールに適應するのが大変だった。渡米前に 10 分以内にシャワーを浴びる練習をしておいた方がいいと思われる。 |

プログラム選択の参考となる点を記載してください

| |
|---|
| 1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容 |
| 2) 課外プログラムについて |
| 1) Intercultural research project と US Society and Culture の 2 つの授業は有益なものであったと思う。アメリカの文化のなかで自分が興味をもっている文化について現地のアメリカ人にインタビューを行うことで理解を深めるものであった。インタビューを行うことは勇気が必要でありハードルが高いものであったが、これらの授業を通じて異文化理解における寛容な姿勢だけでなくコミュニケーション力も培うことができた。 |
| 2) ヨセミテ国立公園とロサンゼルスへの旅行に参加した。ヨセミテ国立公園は雪で閉鎖されたため行くことは叶わなかったが、サンフランシスコの観光ができたため満足である。ロサンゼルスではビバリーヒルズ、ハリウッド、ディズニー、サンタバーバラに行き、観光を楽しむことができた。このツアーを通して名所としてのアメリカの魅力を知ることができたのが収穫であった。 |
| 3) 滞在先・現地での生活に関すること |
| ホームステイの滞在先はアメリカの家庭生活を実際に体験することができ、それによって異文化に対して理解を深められる利点があると思われる。 |

留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200 字以上)

| |
|--|
| この研修に参加した理由は英語の習得だけでなく、アメリカの文化や社会に対して理解を深められる点が魅力的であったことである。現地学生との交流やホームステイの生活を通じて英語やコミュニケーション力、異文化理解に対する姿勢のあり方を学ぶことができたので、これらをさらに向上させ、将来に向けて活かしていきたい。したがって語学学習に留まらない留学が有益であると感じたため、コミュニケーション力や異文化理解を深めたい方には推奨したい。 |
|--|

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

(この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

| | |
|------------|---------------------------|
| 研修名 | カリフォルニア大学デービス校 英語サイエンスコース |
|------------|---------------------------|

| 留学費用項目 | かかった費用 (円換算) | 備考 特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|-------------------------|
| 食費 | 2万 円 | |
| 図書費 | 0 円 | |
| 学用品費 | 0 円 | |
| 携帯・インターネット費 | 1万5千円 円 | |
| 現地通学費 | 0 円 | (研修先まで 80分) |
| 教養娯楽費 | 0 円 | |
| 被服費 | 2万 円 | |
| 雑費 | 0 円 | |
| その他 | 5千 円 | 例:UBER(交通) |
| その他 | 12万 円 | 例:TOURS |
| 合計 | 18万 円 | |

渡航準備について

| |
|--|
| 1)ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか |
| ありません。 |
| 2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか |
| 現金の用意方法:父親がよく海外出張に行くため、家にあった。 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート |
| 3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか |
| SIM カードを借りました。 |
| 4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか |
| マスク、風邪をひいたときの薬など、日本食、小さい出かけられるバック、運動靴 |

現地情報

| |
|--|
| 1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:研修の相談窓口、現地の友人等) |
| <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項: |
| 2)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？ |
| バス停にホームレスの人がたくさんいるとホストファミリーから聞いたので、夜は一人でいないように気を付けたり、スーパーの中に行ったりしました。 |
| 3)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。)

特に問題はなかったです。

| 滞在形態関連 | |
|---|--|
| 1) 留学中の滞在先の種類 | |
| <input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル | |
| 2) 部屋の形態 | |
| <input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 1人) | |
| 3) 共有部分 | |
| <input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可) | |
| 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) | |
| ホームメイトがほかにいることを聞いてなかったのと、ホストファミリーについてももらっていた情報が 7 年前ぐらいのものでお子さんの年齢や送迎の有無などが書いてあったことと違いました。」 | |

| プログラム選択の参考となる点を記載してください | |
|---|--|
| 1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容 | |
| Entrepreneurship の授業内容や、Intercultural Research の授業はこれからのじぶんの将来にとっても役立つと思いました。 | |
| 2) 課外プログラムについて | |
| ロサンゼルスツアーは来る前から申し込んでいる大学があり、予定通りの日程ではいけませんでした。行きたい人が上限に達したので、行くことができました。ヨセミテツアーは行っている途中で中止になり、キャンセル代は思っていた以上に少なかったです。 | |
| 3) 滞在先・現地での生活に関すること | |
| 途中で Wi-Fi 下でしか使えなくなった友達が多かったので、ギガ数は多いほうが良いと思います。 | |

留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200 字以上)

私は、理工学部所属していて、将来化学に関係する職に就きたいとあって、海外のサイエンスの授業を受けてみたいと思い、このプログラムに参加しました。実際に行ってみると、現地の学生とは別の授業だったので、私のクラスは日本の大学に通う中国人の女の子一人以外は全員日本人でした。授業ではサイエンスに関するピックを一つ決めて、アメリカ人 10 人に 10 個の質問をするというリサーチの授業がとてもやりがいがありました。わたしはジムに登録して、そこで現地の学生に自ら話しかける努力をしました。また、授業の時間が午前の人と午後の人にわかれているので、私は午後だったので、アクティビティには参加できなくて、自ら話しかけられないとなかなか英語を話す機会が少なかったため、なかなか難しかったです。ホームステイ先では、他大学の女の子と同じホームステイ先で、私のホストファミリーは、休日家族それぞれに予定があったので、一緒に過ごしたり、行きたいところについていってくれたりということが少なかったです。そのため、先に予定を聞いて一緒に過ごしたいという気持ちを伝えたり、自分で毎日できることやしたいことを考えて自分で充実させる努力をしたりすることが大切だと思います。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

(この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

| | |
|-----|----------------|
| 研修名 | カリフォルニア大学デービス校 |
|-----|----------------|

| 留学費用項目 | かかった費用 (円換算) | 備考 特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|--------------------------------------|
| 食費 | 30000 円 | |
| 図書費 | 0 円 | |
| 学用品費 | 200 円 | |
| 携帯・インターネット費 | 10000 円 | |
| 現地通学費 | 0 円 | (研修先まで 45 分)ID カードを見せることにより無料でバスに乗れる |
| 教養娯楽費 | 120000 円 | ツアー参加×2 |
| 被服費 | 5000 円 | |
| 雑費 | 円 | |
| その他 | 円 | 例: |
| その他 | 円 | 例: |
| 合計 | 165200 円 | |

渡航準備について

| |
|---|
| 1)ピザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか |
| なし |
| 2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか |
| 現金の用意方法:街中の換金所で交換した その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input checked="" type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート |
| 3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか |
| ネットで SIM カードを購入した |
| 4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか |
| ホストファミリーへのお土産品、アルコールウエットティッシュ、 |

現地情報

| |
|--|
| 1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:研修の相談窓口、現地の友人等) |
| <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項: |
| 2)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? |
| 日本の海外渡航者向け危険情報共有サイトに登録した。ホストファミリーに聞いた。 |
| 3)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。)

AT&T を使用していたが、たまにつながらないときがあった。その際は携帯を再起動する、あきらめる等に対応した。基本的には問題がなかったと思われる。

滞在形態関連

| |
|---|
| 1) 留学中の滞在先の種類 |
| <input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル |
| 2) 部屋の形態 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 2 人) |
| 3) 共有部分 |
| <input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input type="checkbox"/> 自炊可 <input checked="" type="checkbox"/> 自炊不可) |
| 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) |
| とても明るいファミリーで、ごはんもおいしく楽しくステイすることができました。ただ、家族により生活スタイルや干渉の具合は異なるので、そのようなものだと思っていた方がいいと思います。 |

プログラム選択の参考となる点を記載してください

| |
|--|
| 1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容 |
| 起業についての授業はとても勉強になりました。小さいグループを作り考える授業が多かったのでとても楽しかったです。また、基本的に授業は自分から発言するスタイルなので、考える機会が多く勉強になりました。 |
| 2) 課外プログラムについて |
| 外部講師を招いての講義がありました。自分の人生について考えるきっかけとなり、とても勉強になりました。また、サンフランシスコへの校外学習がありました。 |
| 3) 滞在先・現地での生活に関すること |
| 基本的に物価が高いです。 |

留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200 字以上)

| |
|---|
| 科学を学べるコースがあったのでこの研修先にしました。結果的に興味のある分野で英語を勉強できたので楽しかったです。また、プレゼンテーション等発表する機会が多くとても勉強になりました。ただ、時期的に日本人がとても多く、現地の学生、他の国からの留学生との交流はあまりできませんでした。ですが、授業中は英語のみしゃべる等工夫をすればいくらでも英語力を伸ばすことは出来ると思います。 |
| ホームステイですが、家庭によりどのような生活スタイルになるかはかなり異なると思います。私の場合、とても気にかけてくれる過程だったため、休日は一緒にお出かけをしたり、教会に行ったりしました。ただし、受け入れによりホストママが忙しくなっているのは感じました。そのため、洗い物を担当しました。ホテルではないので、手伝いをする、共用部分をきれいに使う等の心掛がホストファミリーとよい関係を築くの大切だと感じました。 |

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

(この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

| | |
|------------|----------------------|
| 研修名 | カリフォルニア大学デービス校2022春季 |
|------------|----------------------|

| 留学費用項目 | かかった費用 (円換算) | 備考 特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|---|
| 食費 | 30000 円 | 基本は三食付きだが、火、木の夜は友人と外食の日と決めていた |
| 図書費 | 0 円 | |
| 学用品費 | 0 円 | |
| 携帯・インターネット費 | 8500 円 | |
| 現地通学費 | 0 円 | (研修先まで 25 分) 無料の通学バスを毎日利用(家の距離による) 自転車をレンタルする場合は1か月で15000円ほど |
| 教養娯楽費 | 10000 円 | NBA 観覧代、ボーリング代、映画代、etc. |
| 被服費 | 0 円 | |
| 雑費(お土産代) | 25000 円 | |
| その他(ツアー代) | 20000 円 | ヨセミテツアー代(中止のため、175ドル返金) |
| その他 | 円 | |
| 合計 | 93500 円 | (人による) |

渡航準備について

| |
|---|
| 1)ピザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか |
| 特になし |
| 2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか |
| 現金の用意方法:元々自宅に用意があった。 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート |
| 3)現地で使用する通信手段(SIM カード、Wi-Fi)はどのように準備しましたか |
| SIM(Hana cell)を購入して現地で使用した。 |
| 4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか |
| スリッパ(靴を脱いで上がる家もかなりあるため←意外だった！) ウルトラライトダウン(UNIQLO のものを持参。嵩張らないのでおすすめ。西海岸でも夜は特に冷えまして。) ウェットティッシュ(ハンバーガーやピザを食べる機会が多かった。レストランではおしぼり出ません。) |

現地情報

| |
|---|
| 1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例:研修の相談窓口、現地の友人等) |
| <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等: 問題とまではいかないが1つの経験として ルームメイトと2人でバスに乗っていたところ、とつぜん声を掛けられた現地の男子学生にご飯に誘われたが、不安だったため親に相談し、日本人の男子友達を誘って行くことにした。結果何事もなく楽しく終わることが出来たが、十分に注意するべきことには変わりなかったと思う。) 特記事項: |
| 2)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? |
| ネットで収集をした(服装や持ち物の対策、犯罪時にどんな対応をすれば良いか、など) |

3)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。)

特に問題なし
 1 か月で6GB の契約だったがちょうど良かった。
 自宅、学校、電車やカフェでは Wi-Fi を使用した。

滞在形態関連

1)留学中の滞在先の種類

寮・アパート ホームステイ ホテル

2)部屋の形態

個室 相部屋 (ルームメイト1人)

3)共有部分

バス トイレ キッチン(自炊可 自炊不可)

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)

三食付きのホームステイ。家族がみな忙しい家庭で、みなで休日にお出掛けするという感じではなかったので、週末は自分で積極的に計画を立てて予定を入れた。ただ、平日で予定が合えば、大きなスーパーや星の綺麗なスポットに連れて行ってくれた。悩みも真剣にのってくれてアドバイスをくれたり、日本のことを話すと嬉しそうにして興味を持っていた家族の姿が印象的、とても良い家族だった。家庭によるが、週末は自分たちで予定を入れなさい、というところも周りには多かった。バスや電車や uber をうまく活用して、自分たちで計画をして色々な場所に足を運んでみるのが良いと思う。

プログラム選択の参考となる点を記載してください

1)研修先での役立つと感じたプログラムや内容

自分が興味を持ったアメリカの文化について、現地の人にインタビューをして、最終的にプレゼンするというリサーチの授業。英語でのインタビューの仕方を教わり、沢山のの人に話しかけて質問をした。快く受けてくれる人がほとんどで、学生ながらに自分の意見をしっかり持っている人が多かった印象。優しさがとても身に染みた。コミュニケーションの良い勉強になったと思う。

2)課外プログラムについて

ヨセミテ国立公園とロサンゼルス2.プログラムがあり、ヨセミテ国立公園のツアーに応募した。結果、大雪警報のために中止になってしまったのだが、急遽日帰りのサンフランシスコツアーに変更になった。ロサンゼルスツアーに参加した友人はディズニーランドやハリウッド、サンタバーバラに行っており、かなり充実していたようだった。

3)滞在先・現地での生活に関すること

デービスの街は、コンパクトなので基本ダウンタウンのエリアにカフェやレストランや本屋さん、レコードショップなど、すべてが揃っている。(タイ、中国、韓国、イタリア、ハワイ、メキシコ、ベトナム、日本、など多国籍なレストランが沢山あるので開拓するのも楽しい！)週末は公園でファーマーズマーケットが開かれて多くの人で賑わう、街中でバンドの演奏を聴いたりすることも出来る。また、ucd 学生は 2 種類のバスが無料で乗れるため、自転車を使わない人や、サクラメントなどの軽い遠出をする時は、バスを利用できる。サンフランシスコやサクラメント、ナパなど、近くに遠出が出来る街が多いことも魅力。(アムトラックという電車も使える)

留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200 字以上)

実際にこの研修を通して、英語のコミュニケーションスキルや人脈はもちろんですが、特に大きな変化があったと感じるのは自分のマインドについてです。

ここに来る前は少し悩んでいたことがあったのですが、ゴールデンゲートブリッジやサンフランシスコの夜景、モンレーの海、など数多くの壮大な景色を目の当たりにして、自分の悩みはちっぽけであることに気づかされました。

また、多様なバックグラウンドを持つ多国籍の人々と現地で交流をしたことによって、自分で積極的にチャレンジすること、一日一日を大切に楽しく過ごすことの重要性を実感しました。

日本ではサークルやバイト、課題に追われる毎日に加えて就活の時期が近づいてきたことで、心のどこかで焦りのようなものを感じ始めていました。しかし、アメリカであたたかい人々や大自然に囲まれ、自分らしくのびのびと過ごすうちに、物事を前向きに捉えられるようになったことで、今後やりたいことや目指したい将来像を見つけることが出来たように思うし、今まで以上に自信を持てるようになりました。マインドセット含め今回学んだ沢山の知識や経験をこれからの生活にしっかり生かしていきたいです。

「長期とまではいかないけど留学してみたい」「春休みに何か新しいことを始めたい」と考えている学生の方にぜひおすすめします。

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

(この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

| | |
|------------|------------------------------------|
| 研修名 | 2022 年度春季海外テーマ特化型研修 カリフォルニア大学デービス校 |
|------------|------------------------------------|

| 留学費用項目 | かかった費用 (円換算) | 備考 特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|--------------------|-------------------------------------|
| 食費 | 8000 円 | 3 食付きのプランだったので自分で外食した時のみ |
| 図書費 | 0 円 | |
| 学用品費 | 0 円 | |
| 携帯・インターネット費 | 約 1000 円 | e-SIM 代 |
| 現地通学費 | 0 円 | (研修先まで 30 分) レンタル自転車ではなく無料バスを利用したため |
| 教養娯楽費 | 2万 円 | NBA チケット、映画チケットなど |
| 被服費 | 0 円 | |
| 雑費 | 2 万 円 | お土産など |
| その他 | 約 11 万 円 | 例:ヨセミテツアー代、ロサンゼルスツアー代(自主的に申し込んだもの) |
| その他 | 円 | 例: |
| 合計 | 15 万 9000 円 | |

渡航準備について

| |
|--|
| 1)ピザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか |
| なし |
| 2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか |
| 現金の用意方法: 日本で換金 その他用意したもの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input checked="" type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート |
| 3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか |
| “Tello”という e-SIM を用意し基本は大学、ホームステイ先の Wi-Fi を、旅行や通学時にモバイルデータを利用した。実際通話はほぼしなかったが、現地で通話できる電話番号を求められることが多いのであった方がよい。 |
| 4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか |
| オンライン決済のとき使えないカードがあり何枚か持っていた方が安心。キャッシュレスが進んでいるので現金はあまり必要ない。 |

現地情報

| |
|---|
| 1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等) |
| <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項: |
| 2)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？ |
| ホストマザーに聞いた。デービスは治安が良い安全な地域だが、サクラメントやサンフランシスコ、ロサンゼルスなどはホームレスも多く治安があまり良くないので、変な人がいたら目を合わせないようにした。まだ貴重品は肌身離さず、チャック付きのショルダーバッグに入れ、スマホなどもポケットに入れることはないようにした。 |
| 3)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。) |
| 何も不都合はなかった。 |

| 滞在形態関連 |
|---|
| 1) 留学中の滞在先の種類 |
| <input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input type="checkbox"/> ホテル |
| 2) 部屋の形態 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 人) |
| 3) 共有部分 |
| <input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可) |
| 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) |
| 私の家は当たりだったがホストファミリーはガチャだというのが正直な感想だ。私の場合、食事も美味しく 3 食用意してくれ清潔な環境で過ごすことができ困ったことや嫌だったことはなかったが、日本のように雰囲気を感じとってくれたりというのはないので、すべてにおいて受け身ではなく自分から積極的にコミュニケーションをとって、意見を言う必要がある。また住まわせてもらっている以上、ルールを守ることはもちろん、笑顔で過ごすなどポジティブな影響を与えられるように生活することは重要だと感じた。 |

| プログラム選択の参考となる点を記載してください |
|--|
| 1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容 |
| Communication and Culture Program(CCP)コースでは 1 日に 1 コマ 50 分の授業を 4 つ受けた。50 分授業は集中力が続くちょうどよい長さで、課題も毎日出て、授業によっては週に一度小テストがあるなど勉強しなくてはならない環境にはなっていた。また idiom や expression を学ぶ授業があり、先生もよく、教科書ではわからない現地でよく使われている表現を知ることができて面白かった。また culture の授業ではアメリカの祝日について知ることができたり、Research の授業では現地の人にインタビューしなくてはならなかったため現地の UC Davis の生徒と話すきっかけになった。 |
| 2) 課外プログラムについて |
| 授業が 14:10 に終わるので、放課後は会話アワーという日本に興味がある現地の人がいるクラブ活動に参加したり、ダウンタウンでカフェに行ったり、映画を観たり、美術館に行ったりと毎日何かするようにしていた。 |
| 3) 滞在先・現地での生活に関すること |
| 日本人がとても多く最初は少し残念に思ったが、自分が積極的になれば先生やホストファミリー、大学で行われているクラブ活動に参加するなど英語を使う機会はたくさんあり、一緒に放課後遊ぶ現地の友達もできた。またカリフォルニアは日本よりも暖かいと聞いていたが、実際はアウターか厚手のトップスがないと寒いくらい風が冷たかった。 |

留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200 字以上)

| |
|---|
| <p>私がこの研修を選んだ理由は、現地で自分の英語力がどれほど通じるか試したかったからである。日本で英語の授業を受けてきても日本語が近くにあると、日本語で補足説明をしまったりしていたので日本語が通用しない環境に身を置くことで自分の英語力を試せ、また向上させることができると思った。またアメリカの文化を肌感覚で感じたいと思い、ホームステイができる研修先を選んだ。実際現地に行ってみると、クラスはほぼ日本人でルームメイトも日本人であった。しかしクラスにもよるかもしれないが授業中日本語で話すことはなく、また日本の色々な大学からきているため友達がたくさんでき良かった。私のホストマザーと一緒にどこか行ってくれることは少なく、自分で何か計画して動かないといけなかったのでルームメイトと一緒に週末は観光に行けたことはアメリカで単独行動するよりも安心で、楽しい思い出を作ることができた。またホストマザーはとにかくよく話してくれる人だったので、よく使う表現を知ることができたり、ネイティブスピーカーの速さで話していたのでリスニング力がとても向上した。放課後や週末は外食したり、ショッピングしたり、映画館で映画を観たり、NBA 観戦をしたり、サクラメント、サンフランシスコ、ロサンゼルスに旅行したりと日本では体験できないことをたくさんすることができとても充実していた。ロサンゼルスではハリウッドやディズニーアドベンチャーパークに行ったりと観光も楽しむことができた。時間が限られているなかで充実させるのは自分の意思次第であると感じ、前向きになんでも挑戦することがとても大事だと感じた。</p> |
|---|

国際化サポート海外留学奨励金 留学報告書

(この報告書は、閲覧資料としてホームページに公開されます。また、学内発行の留学関連冊子や、ホームページに情報が掲載されることもありますので、ご了承下さい。なお、資料公開の際は匿名で公開します。)

| | |
|------------|---|
| 研修名 | 2022 年度春季海外テーマ特化型研修 カリフォルニア大学デービス校 |
|------------|---|

| 留学費用項目 | かかった費用 (円換算) | 備考 特記事項があれば記入してください。 |
|-------------|-----------------|--------------------------|
| 食費 | 32850 円 | |
| 図書費 | 2000 円 | |
| 学用品費 | 6000 円 | |
| 携帯・インターネット費 | 0 円 | ソフトバンクのアメリカ放題を使用 |
| 現地通学費 | 13400 円 | (研修先まで 30 分) 自転車のレンタル代のみ |
| 教養娯楽費 | 140000 円 | ロサンゼルスツアー、NBA など |
| 被服費 | 0 円 | 日本から持参 |
| 雑費 | 0 円 | |
| その他 | 16000 円 | 例: 接待交際費 |
| その他 | 0 円 | 例: |
| 合計 | 210250 円 | |

渡航準備について

| |
|---|
| 1)ビザ等の申込み等で特記すること(困ったこと)はありますか |
| 特にありませんでした。 |
| 2)現地通貨(現金)はどのように準備をしましたか |
| 現金の用意方法: 空港で両替を行いました。 その他用意したものの: <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input type="checkbox"/> デビットカード・キャッシュパスポート |
| 3)現地で使用する通信手段(SIM カード、WiFi)はどのように準備しましたか |
| 上記の通り、ソフトバンクのアメリカ放題を使用しました。Wi-Fi は、学校とホームステイ先のものを利用しました。 |
| 4)日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか |
| 爪切りやコンタクトなどの盲点になりやすいものは、現地での生活で役立ちました。反対にアメリカでは土足での生活が基本ですが、スリッパを用意するべきだったと後悔しました。私と同じプログラムの多くの学生がスリッパを利用していました。また、私が所有していたクレジットカードは JCB のみだったので、現地で使えない場面がありました。持っていくクレジットカードは、現地でも利用できるものにすべきだと思いました。 |

現地情報

| |
|---|
| 1)活動中、何らかの問題がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。 (例: 研修の相談窓口、現地の友人等) |
| <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり (問題の内容や相談した人等:) 特記事項: |
| 2)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? |
| 事前にネットやオリエンテーションで情報を集めることができました。犯罪に巻き込まれたことはありませんでした。 |
| 3)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。)

インターネットへの接続で不満を感じたことはほとんどありませんでした。ただし、デービスからサンフランシスコやサクラメントへの移動中は電波が悪い時がありました。

滞在形態関連

| |
|---|
| 1) 留学中の滞在先の種類 |
| <input type="checkbox"/> 寮・アパート <input checked="" type="checkbox"/> ホームステイ <input checked="" type="checkbox"/> ホテル |
| 2) 部屋の形態 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 3 人) |
| 3) 共有部分 |
| <input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可) |
| 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) |
| 私は4週間の内、3週間と1週間でホームステイ先が変わり、2世帯のホストファミリーと暮らしました。最初の3週間は、とても優しいホストファミリーと生活を共にし、貴重な体験を得られたと思っています。しかし、最後の1週間は最初の家族と比較すると満足できたとは言えませんでした。ホストファミリーによって、食事(ベジタリアンやビーガンの方の家にホームステイしていた学生もいました。)、ハウスルール、家の大きさ、清潔度などが変わってきます。日本を発つ前にホストファミリーとコミュニケーションを取り、情報を集めておくことが大切だと感じました。 |

プログラム選択の参考となる点を記載してください

| |
|---|
| 1) 研修先での役立つと感じたプログラムや内容 |
| 研修先では、授業を通して英語を学べるだけでなく専門的なことも学ぶことが可能でした。どの授業でも基本プレゼンテーションやグループワークを行う機会が設けられています。また、英語のレベルごとにクラスが分けられているため、授業についていけるかどうかなどの心配はありませんでした。 |
| 2) 課外プログラムについて |
| 課外プログラムとしてはサンフランシスコで科学美術館を訪問しました。また、科学美術館だけでなくサンフランシスコ観光も同時に堪能できます。サンフランシスコやサクラメントなどの大都市の近くに位置しているのはデービスならではの長所であると思います。 |
| 3) 滞在先・現地での生活に関すること |
| 現地の人々は優しく接してくれます。特にホストファミリーは休日、様々なところに連れて行ってくれました。現地で友達を作れば、授業後や休日に彼らと遊ぶことも可能です。アメリカの文化は日本と大きく違い、不満な点もあれば学ぶ点も多いです。とにかく貴重な経験になります。 |

留学体験記

この研修先を選んだ理由、研修や生活全般について、後輩学生へのアドバイスなどを自由に記入してください。(200字以上)

| |
|---|
| 私がカリフォルニア大学デービス校を選んだ理由は2つあります。1つはネイティブの英語に触れることで英語力を伸ばしたいと考えていたからです。大学での授業や家庭内でのホストファミリーとのコミュニケーションはすべて本物の英語です。また、この留学を通して私は英語学習に対するモチベーションが高まりました。2つ目は英語でビジネスについて学びたいと考えていたからです。授業では上記の通り、専門的な事も学ぶことが可能です。英語を鍛えたい、英語で何か専門的なことを学びたい、アメリカの文化を知りたいと考えている人にとって良いプログラムであると思います。 |
|---|