

協定校留学報告書

記入日	2023年6月16日
学部・学科	人文社会科学部・現代社会学科
学年	4年
(留学開始時の学年)	4年次
留学先大学・国名	ウイスコンシン州立大学スペリオル校・アメリカ合衆国
留学開始・終了時期	2022年9月～2023年5月(8カ月)

1. 留学前について

① 海外留学しようと思った理由は何ですか
海外留学しようと思った理由は、2つあります。1点目は、国際協力に関心があり、問題を解決するために各セクターがどう協力をして解決にあたるかもっと学びたいと考えたためです。世界中には多くの問題があり、社会構造によって引き起こされる問題も少なくないことを茨城大学で学んでいました。特に環境問題に関心があり、問題解決のために様々な主体が協力することでその問題が解決できるのではないかと考え、もっとそれについて学びたいと考えていました。2点目は、英語力をもう少し伸ばしたいと考えたためです。特に細かいことを伝えるのが苦手だったため、英語での表現力をもう少し伸ばしたいと考えていました。
② この協定校に決めた理由を教えてください。
この協定校に決めた理由は2点あります。1点目は、少人数で丁寧なサポートが受けられると考えたからです。私自身、教員の方やほかの学生と深く関わり、様々なことを吸収したいと考えていたため、少人数クラスで学びたいと考えていました。2点目は、Public Leadership and Innovationというメジャーがあり、住民、NGOあるいはNPO、政府が課題解決にどのようにすれば協力して取り組むことができるのかということ学べたためです。実際のウイスコンシン大学スペリオル校の中にある問題に関して取り組むことで社会問題に取り組む練習をできることが魅力的でした。
③ TOEFLの受験対策など、語学の準備はどのようにしましたか。
特にTOEFL対策をしていたわけではありませんが、瀬尾先生が主催するタンデム学習のパートナーと英会話をする機会を週に一回設け、話す練習したり、洋書や英字新聞を多く読んだりしていました。
④ 単位や教職、就職活動等に関して、留学前にしておいたほうがいいことがあれば教えてください。
もし、帰国後、あるいは留学中にオンラインで就職活動をするのであれば、自己分析や学チカなどのものは準備しておいた方がいいと思いました。
⑤ どのような保険に加入しましたか。()に○をつけてください。
a. 留学先大学が指定した保険 (<input type="radio"/>) b. 個人の保険のみ (<input type="checkbox"/>) c. 大学指定の保険と個人保険の両方 (<input type="checkbox"/>)
⑥ 予防接種は必要でしたか。()に○をつけてください。

a. はい () 具体的に :

b. いいえ (○)

⑦ 留学先への入国手続きについて、どのように準備しましたか。

(査証申請手続きや新型コロナウイルスにかかる水際対策対応の手続き等)

ビザの取得は余裕を持って行いました。具体的にはウィスコンシン州立大学スベリオル校の担当者の方から必要な書類と手続きが書いた案内をもらってからすぐに取りかかりました。想像以上に準備が大変なのでなるべくすぐに書類を準備することをお勧めします。

2. 留学先での勉強について

① 留学先で履修した科目名、時間数、授業内容についてなるべく詳しく教えてください。

(ESL): Reading Academic Texts, Writing for Academic Purposes, Listening for Academic English, Speaking for Academic Purposes

(PLI): Introduction to Public Leadership and Innovation

(BUSS): Introduction to Business

(COMM): Introduction to Communication

(GEOG): World Regional Geography

(WRIT): Introduction to Academic Writing

(TRSP): Supply Chain Management

② 授業履修の際に、注意したほうがいいことがあれば、なるべく具体的に教えてください。

ESL の授業は、自分としては必要なかったかなと思いました。特にスピーキングの授業は、発音練習とプレゼンテーションの練習だったので、特に必要なかったと思いました。注意点としては、Communication の授業はたくさんの先生が担当していますが、先生によって難易度が異なるので、現地での情報収集（特に現地の日本人正規留学生からの）をしておくといいと思います。

③ 授業に関して、困ったこと、うまくいったこと、努力したことなど、教えてください。

困ったことは、はじめ先生の行っていることをなかなか理解できなかったところでした。分からないところを放置せず、理解できるようになるまで、何度も質問と確認をしました。うまくいったことは、授業とそれ以外の時間バランスをうまく取れたことです。特に、大学が行っているイベントが多く、そこに参加することで新たなつながりが生まれるので、授業を詰めすぎず、その時間をうまく取れたことは自分にとってプラスの経験だったと思います。また、私はオンラインで就職活動も行っていたため、もし授業を詰めすぎていたら、どっちつかずの状態で体調を崩したかもしれないほど大変だったので授業とその他の生活のバランスが保てたことはうまくいったところだと考えています。

[前期] 時間割

	月	火	水	木	金
1					
2	ESL: Reading	PLI	ESL: Reading	PLI	ESL: Reading
3		ESL: Writing		ESL: Writing	

4	ESL: Speaking	ESL: Listening	ESL: Speaking	ESL: Listening	
5					
6					

[後期] 時間割

	月	火	水	木	金
1	BUSS		BUSS		BUSS
2	COMM	WRIT	COMM	WRIT	COMM
3		TRSP		TRSP	
4		GEOG		GEOG	
5					
6					

3. 留学先での生活について

① 大学がある町やキャンパスの雰囲気はどうでしたか
スベリオルは治安の良い町で、冬はとても長く寒いですが落ち着いた静かな町でした。周辺の住民も高齢者がやや多いですが、おおらかな人が多く、雰囲気はとても良かったです。
② 留学中はどこに住んでいましたか。
a. 寮（○）： 何人部屋でしたか（ 人） b. アパート（ ）： 何人部屋でしたか（ 人） c. ホームステイ（ ）： 何人部屋でしたか（ 人） d. その他（ ）具体的に：
③ 住むところはいつ頃、どのように申し込みましたか？また、どのような選択肢がありましたか？
留学前の手続きの一環で大学のサイトから申し込みました。寮は3つありました。2つはキャンパスに近いですが1つはキャンパスから10分くらい歩いたところにあります。
④ 住環境（建物の場所、お部屋の間取りや設備、ルームメイト等）はどうでしたか。
Crown Hart Hallという寮のシングルルームで生活していました。シングルルームなので一人で生活できて特にストレスを感じることはありませんでした。また、体調を崩したこともあったので、ルームメイトにウイルスを移してしまう心配などはなくて済んだのは利点だと思います。部屋には勉強机とイス、集中暖房、チェスト、ベットがあり、寝て勉強する分には充分でした。年やセメスターによって住人が違うので寮内の雰囲気は違うという話を現地で聞いたので、どんな寮の住人かは行ってみないと分からない点は懸念要素かもしれないと思います。
⑤ 食事はどうしましたか。
a. 大学・寮のミールプラン（ ）

<p>b. 主に外食（ ）</p> <p>c. 自炊と外食が半々程度（ ）</p> <p>d. その他（ ○ ） 具体的に：大学のカフェで使えるポイントを購入して使用。</p>
<p>（補足説明）ミールプランは使い切れない程ポイントが多いので加入は個人的にはおすすめしません。しかし、年齢によっては加入が義務づけられているのでその点については、担当者にご相談下さい。</p>
<p>⑥ 留学先で他の留学生や現地学生とどのように交流を深めましたか。</p> <p>とにかく様々なところに参加をすることだと思います。無料でやっているイベントも多々あるのでそれに参加することで友達や顔見知りの人が増えます。授業では、現地学生が授業後すぐに教室を出て行くので、なおさら様々なイベントへの参加は友人や知人の輪を広げる上で重要です。実際に、私は授業でよりもイベントに参加して仲良くなった人がかけがえのない友人になりました。</p>
<p>⑦ 余暇や長期休暇はどのように過ごしましたか。</p> <p>円安もあったので、一度だけ長期休暇中に旅行へ行きました。休日には、大学の主催するイベントに参加したり、友人に連れられ遊んだり、ジムに行ったりしていました。</p>
<p>⑧ 健康管理や危機管理で注意したことについて、アドバイスがあれば具体的にお願いします。</p> <p>健康管理については、常備薬は必ず持って行きましょう。私は 3 週間ほど体調が悪く身体的にも精神的にも厳しい状況を経験しました。その際、日本から常備薬は持って行っていたので、それを使用してなんとか体調を回復させました。アメリカでも薬は変えますが、有効成分の含有量が日本よりかなり多いため、日本人にとっては非常に扱いにくいものになっています。また、薬は国境を越えて送ることができない物の一つなので、AMAZON でも日本の薬は買うことも送ることもできません。したがって、常備薬を持って行くことは必須です。</p> <p>次に危機管理の面ですが、新しく行くところは必ず治安について勉強してから行きましょう。アメリカ人にとっては常識である通ってはいけない路地や道、時間帯などがあります。十分なりサーチをしてから行くことで犯罪に巻き込まれるリスクを減らすことは命を守る上で重要です。例えば、Duluth という町が Superior から一番近いところにありますが、この中心部には男性でも一人で行っては危ないという地元の人の「常識」がありました。Duluth も郊外の高級住宅街などは安全ですが、中心部では銃犯罪も頻繁に起こるなど危険な場所も多々あるので想像以上に危険な場所が近くにあるのがアメリカの特徴でもあります。</p>
<p>⑨ 文化、習慣、宗教の違いなど、生活全般（衣食住）に関するアドバイスがあればお願いします。</p> <p>わからないことは素直に聞くことだと思います。それ以外は特にありません。</p>

4. 留学費用について(差支えない範囲でお答えください)

※各費用の下の空欄には補足事項をご記入ください。どんな些細な情報でも大歓迎です。

留学前

査証申請費	約 36,000 円
渡航費(往路航空運賃)	305,700 円

海外旅行保険代（出発前に日本で加入したもの）	90,330 円
コロナ水際対策費用（陰性証明書、隔離費用、移動費等）	0 円

留学中

授業料（有料コースを受講の場合）	約 600,000 円
授業料以外の学費（教材費や登録料）	約 50,000 円
現地で加入した保険料	270,000 円（2,000 ドル）
住居費（寮費）	682,227(8ヶ月)円
住居費（寮費以外の費用、光熱水料やインターネット）	寮費に含まれる
食費（自炊・外食の有無）	337,944 円
通信費（SIM カードや現地でスマホ購入等）	43,422(8ヶ月) 円
交通費（通学に必要なバスや休日市内での公共交通機関）	(学生証で乗り放題)0 円
娯楽費（国内旅行に行ったり）	100,000 円
その他生活費	90,837(日用品)円
渡航費(袋航空運賃)	305,700 円
留学先でのお金の管理方法（クレジットカード、デビットカード、現地での口座開設等）	クレジットカード

留学経費の負担について

留学のための奨学金等や助成金を利用した場合は以下もご記入ください	
奨学金名	なし
応募方法	

5. 今後の進路等について

① 卒業時期について教えてください。(わかる範囲で結構です) ○をつけてください。
a. () 4年で卒業予定
b. (○) 卒業は延期する予定(延長予定期間: 1年(すでに延長して留学))
② 就職・進学のための活動について教えてください。(留学中にしたこと、留学後の予定など)
留学中にエントリーシートを提出し、オンラインで面接を受けていました。留学後には最終面接がいくつか控えている状態です。

6. 留学について

① 留学を終えての感想を教えてください。
留学を終え、一番に感じているところは楽しかったということです。留学中、日本では決して経験できないことを何度も経験し、乗り越えてきました。様々な大変で苦しい経験もしましたが、それらは自分を成長させてくれました。また、様々な人との交流を通して自分の人生の目標も見つけることができました。そのため、留学は間違いなく自分の人生に大きな影響を与える経験だったと確信しています。留学をサポートしてくれた全ての方に感謝しています。
② 留学して、何が変わったと思いますか。
人の話を聞く力だと思います。留学へ行ったばかりの頃は、表情が豊かではなく、話を聞き出す力というのはあまり高くなかったと思います。しかし、留学して、現地の人などに関わることを通して、表情が柔らかくなったと写真を見て自分で思うと同時に、アメリカ人の友人にも話をしっかりと聞いてくれる人だと言われるようになりました。
③ 留学を考えている人へのメッセージをお願いします。
留学を少しでも考えていれば、是非トライしてみてください。ただ、お金がかかるので準備は早めにやっておくと思います。