協定校留学報告書

記入日	2023 年 12 月 21 日
学部・学科	教育実践高度専攻科・英語
学年	１年
（留学開始時の学年）	１年
留学先大学・国名	アメリカ・テネシー工科大学
留学開始・終了時期	2023 年　5　月 ～　2023 年　12 月（　7　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
高校生の頃から海外に留学しようと思っていて、英語が好きだったので、自分のスキルを向上させたいと思ったからです。また、将来、英語教師になる予定なので、様々な経験を積んでおきたかったからです。
② この協定校に決めた理由を教えてください。
大学４年次に執筆した論文のテーマと関連する部分があり、大学院で自身の研究を深めることに役立つと思ったからです。そして、ゼミの先生の強いすすめもあり、ここに決めました。
③留学の準備はいつ頃開始しましたか。
留学の１年前頃から試験勉強を始めました。派遣候補学生に決まったのが今年 1 月頃で、本格的に申請などを始められたのが３月（日本を発つ２ヶ月前！）だったので、バタバタでした。
④ TOEFL の受験対策など、語学の準備はどのようにしましたか。
私は大学院に進学しようと考えていたので、４年次に教員採用試験は受けず、TOEFL の対策と大学院試の対策、論文の執筆、教育実習と教育ボランティアを並行して行っていました。単語帳と文法問題集を何回も繰り返し解いていました。忙しい時期に受けたので、隙間時間に少しづつやっていました、
⑤ 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。
取れる単位は留学に行く前にあらかじめ取っておくと帰国後に苦労をしないと思います。また、iOP では、教職や就職活動をする際に有益な経験ができると思うので、積極的に参加してみるのもいいと思います。
⑥ 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（ ○ ） b. 個人の保険のみ（　）

c. 大学指定の保険と個人保険の両方（　）

⑦ 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：おたふくかぜ、水疱瘡

b. いいえ（　）

⑧ 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ィルスにかかる水際対策対応の手続き等）

私は、国際交流課の職員の皆様に聞いたり、テネシー工科大学の international office の先生にメールで質問したりしました。VISA の手続きなどは、アメリカ大使館のサイトや YouTube でわかりやすく解説されているので、チェックしてみるといいかもしれません。

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。

秋学期は最低１２単位を取る必要がありました。

・**Beginning Yoga** PHED 1015-002 （１単位）

50 分授業を週に２回。初心者向けのヨガのクラスです。

呼吸の仕方から簡単なポーズまで丁寧でわかりやすいです。ヨガマットは自分で購入して毎回使います。テストはないので、その代わりに学期末はレポートを書きます。

・**Ballroom DanceⅡ** PHED 1121-001 （１単位）

1 時間 40 分授業を週に１回。中級から上級者向けのダンスクラスです。

男女でペアになって、様々な種類のダンスを踊ります。私は他の授業の関係で中級から上級者向けを受講しましたが、先生は２人いるのでサポートも手厚いです。アメリカでは何かとダンスをする機会が多いので、トライしてみるのも面白いです。テストやレポートはありません。

・**Fundamentals of Communication** COMM 2025-017 （３単位）

1 時間 15 分授業を週に２回。（実際は 50 分くらいで終わる）コミュニケーションの基礎について学びます。

人と会話をするときや、プレゼンテーションをするときにより自分の意思を伝えるにはどうしたらいいか学ぶことができます。留学生は私しかいなかったのでついて行くのに必死でしたが、先生がとても優しく何も心配する必要はなかったです。３回ほどプレゼンテーション（３～5 分）をみんなの前でやります。そのほかにも、２週間に１回ほど課題が出ます。エクストラクレジット制度もあり、授業外で指定された課題を行うとポイントがもらえたり、課題免除になります。学期末にテストがあります。（私の場合はプレゼンテーションを初回にやったので免除になり、ファイナルは受けませんでした。）

・**Intro to Sociology** SOC 1010-003 （３単位）

1 時間 15 分授業を週に２回。（実際は 1 時間で終わる）社会学の基礎について学びます。

家族やジェンダー、差別などのトピックをアメリカの家庭や人のデータを含む様々な角度から学習できます。アメリカ人の視点から物事を捉えられることが面白かったです。先生は授業中に電子機器を使うことを好んではいませんでしたが、私が留学生であることを伝えると、授業を録音したり、わからないことはその都度調べていいと言ってくれたので、安心でした。この授業は発言する機会がたくさんあるので、みんなとディスカッションするのが本当に面白かったです。エクストラクレジット制度もあります。1 ヶ月に 1 回ほど大きな課題が出ます。ペア、個人両方の課題があるので、積極的に誘ってみるといいです。テストは 3 回あります。テスト前にスタディーガイドを出してくれるので、どこを勉強すればいいかわかります。

・**English as a Second Language** ESL 1010-001 （3単位）

1 時間 15 分授業を週に 2 回。英語学習者のための授業です。

文法やライティングのやり方などを学びます。サマーセッションの ESL よりは課題やテストが少ないです。プレゼンテーションやディスカッションがあります。先生の年齢が私たちと近いので発言しやすいし、質問もしやすいです。授業外でも先生がお家に招いてくれたりするので、定期的にパーティーをします。

・**Intro to Teaching/ Technology** FOED 2011-003 （2単位）

1 時間 40 分授業を週に 1 回。教育の基礎について学びます。

教師の資質についてや授業の展開の仕方、またデジタル技術をどのように授業に取り入れるかなどを細かく知ることができます。月に 2 回ほどリーディングをまとめたプレゼンテーションを行います。課題やテストはないですが、教科書を読んでまとめるのが一番大変でした。主にアメリカの学校教育について学ぶので、日本との違いを知れた点については勉強になりました。先生はとても優しく、いつも留学生の私を気にかけてくれます。学期末は、レポートが 2 つあります。

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。

1 年生や 2 年生のレベルの授業を取るのがいいと思います。アドバイザーの方がサポートしてくださるので、心配はないです。私が履修しようとしている授業を見て、これは難しいからこっちにしたほうがいいかもと代替案をくれるので、心強いです。また、履修登録は早い者勝ちなので、遅いと取りたい授業を逃してしまいます。アドバイザーの方からメールが来たら、なるべく早く登録しましょう。

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。

当たり前ですが、全部英語で先生の話すスピードも早いので最初の頃はついて行くのに必死でした。しかし、予習や復習をしていればテストや課題もこなせます。また、友達を作っておくとテスト前や課題でわからないことを聞くことができます。困ったら先生にメールをするのが一番です。返信が早いし確実です。

シラバスは初回授業でもらえるので、テストや課題を前もってチェックしておくといいです。

[ESL] 時間割

	月	火	水	木	金
1	リーディング	リーディング	アメリカ文化	リーディング	リーディング
2	ライティング	ライティング	アメリカ文化	ライティング	ライティング
3	スピーキング・リスニング	スピーキング・リスニング	アメリカ文化	スピーキング・リスニング	スピーキング・リスニング
4	文法	文法	アメリカ文化	文法	文法
5					
6					

[前期] 時間割

	月	火	水	木	金
1		COMM		COMM	
2		SOC		SOC	
3	PHED	FOED	PHED		
4	ESL	PHED	ESL		
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

クックビルの第一印象は、「水戸」でした。田舎だけど、周りに店はある程度あるような感じ。だからあまりアメリカに来た感はなかったです。治安もいいので、トラブルや盗難被害はありませんでした。（唯一なくなったのはヨガマットだけ）夜に出歩いていても（大学内）そこまで危険という印象はなかったです。キャンパスはとても広いので、休み時間に教室を移動するのが大変です。また、ほぼ毎日と言っていいほど何かしらイベントが開かれているので毎日楽しいです。大学には無料で利用できるジム、夜遅くまで空いている図書館や勉強スペースを利用できます。車がないと本当に不便です。毎日１万歩は歩きます！幸い、友達が車を持っていたので、買い物に行きたいときはお願いしていました。

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（ 2 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？

夏の申請：4 月にサイトから申込。夏は人が少ないので寮は Pinkerton/MS cooper です。
秋の申請：5 月にサイトから申込。一人部屋は競争率が高いので、二人部屋を選びました。部屋を選ぶ前に自己紹

介を書く欄があるので、ルームメイトを決める際にどんな人なのかみることができます。

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。

寮はたくさんあって、私は教室やカフェから遠いところだったのでたくさん歩く必要がありましたが、ダウンタウンには近かったです。部屋や間取りはサイトから見れるので、申請する前に確認しておくといいです。ルームメイトは正直運ですが、私のルームメイトはとてもいい人でした。何か不便があった際には、階ごとにいる RA か Housing に相談できます。寮の部屋にはクローゼット、引き出し、机、ベッドがあります。私は夏から住んでいたので、寝具は幸運にも Housing からもらえましたが、秋から留学に行く人はお店で調達する必要があります。クーラー、暖房どちらも効いているので快適に過ごせます。また、寮には卓球台やビリヤード台の他にも自習室があるので、気分転換も可能です。

⑤ 食事はどうしましたか。

a. 大学・寮のミールプラン（ ○ ）
b. 主に外食（ ）
c. 自炊と外食が半々程度（ ）
d. その他（ ）具体的に：

（補足説明）
ミールプランは 6 つくらいの選択肢があります。私は食のことで困りたくなかったので、ゴールドプラン（毎日無制限で食べられる）にしました。ミールプランにはダイニングダラーという、カフェ以外の大学内のお店で使えるお金も含まれています。スタバや chick fil a やベーグル屋さんなどで使えます。私はスタバのタンブラーをダイニングダラーを使ってたくさん買いました。Thanksgiving や長期休みではカフェは空いていないので、友達の家で過ごすか、自炊をするか、大学の周りにあるスーパーや中華料理店に行っていました。
本当に日本食が恋しくなったら、Publix というスーパーに売っているお寿司を食べていました。毎週水曜日は 5 ドルで買えます。私はいろんなところのお寿司をトライしましたが、ここのスーパーが一番です。

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。

サマープログラム期間はアメリカの大学は夏休みなので誰もいません。しかし、夏に練習をしている運動部の学生や大学院の留学生とカフェでご飯を一緒に食べることで交流ができました。また、international office のイベントを通して他の留学生と交流を深めることができました。現地の学生とは、授業の時に話しかけてみたり、学内のイベントで出会ったりします。私たちが思っている以上に日本のアニメが好きな人が多いので、ネタをいくつか持っていると話しやすくなると思います。

⑦ 余暇や長期休暇はどのように過ごしましたか。

土日は基本的に課題を消化していました。また、学生は無料でアメフトやバスケの試合を見ることができるのでスタジア

ムに行って応援していました。私はホストファミリーが 3 家族いたので、日曜日の朝は教会に行ったり、ご飯をみんなで食べたり、お出かけに連れてってもらいました。Thanksgiving は友達の家に行って過ごしました。秋学期の前の夏休みは、私の家族がアメリカに来たので、ロサンゼルスに旅行に行きました。
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。
カフェにはサラダバーがついているのでなんとか生き延びました。しかし、食べ物は味が濃いし、油っぽいので胃もたれします。胃腸薬や普段から飲んでいる薬を持っていくと安心です。 気候は、夏はすごく暑くて、冬はすごく寒いです。11 月くらいまで暖かくて、急に凍えるほど寒くなります。ヒートテックを持って行くほうがいいです。
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。
宗教の違いは大きいです。もちろん全員がそうではなくて、大多数の人は優しいし文化や習慣の違いなども違いについて話し合ってお互いを知るということがよくあります。しかし、私が無宗教だから起きるトラブルもありました。正直宗教問題は私たちにどうにかできることではないので、周りの人に相談するのが一番です。 また、日本人特有の「察する」という文化はありません。助けてほしかったら自分から言わないといけません。だけど、相談したら絶対に助けてくれるので安心してください。

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	3 万円
渡航費(往路航空運賃)	3 5 万円
海外旅行保険代（出発前に日本で加入したもの）	5 万円
コロナ水際対策費用（陰性証明書、隔離費用、移動費等）	円

留学中

授業料（有料コースを受講の場合）	ESL 51 万円、秋学期 90 万円
秋学期は寮費、ミールプラン込みです	
授業料以外の学費（教材費や登録料）	ESL 4 万円、秋学期 1 万円

授業によっては教科書がいらない場合もあるので、初回の授業で確認しましょう。返品可能です。	
現地で加入した保険料	
住居費（寮費）	ESL 27 万円
住居費（寮費以外の費用、光熱水料やインターネット）	円
食費（自炊・外食の有無）	ESL 15 万円
通信費（SIM カードや現地でスマホ購入等）	月 2000 円
交通費（通学に必要なバスや休日市内でのる公共交通機関）	円
娯楽費（国内旅行に行ったり）	１５万円
その他生活費	円
渡航費(袋航空運賃)	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、現金	

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	茨城大学協定校海外派遣留学奨学金
応募方法	期日までに申請書を提出する。

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　　）
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）
留学中は何もしていません。留学後、教員採用試験を受けます。

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。
コロナの影響で留学ができないかもしれないと諦めていましたが、大学院に進学して留学もできてよかったです。留学は単に英語力の向上だけではなく、自分自身について改めて考える機会や、価値観が変わる経験ができるものだと思いました。留学中は辛くて泣いたりすることもありましたが、その分さらに強くなったなと思えるいい機会でした。
② 留学して、何が変わったと思いますか。
メンタルが強くなりました。また、何事もクヨクヨしてしまいがちでしたが、いい意味でまあなんとかなるだろうマインドで生きていけるようになりました。さらに、自分で経験したからこそ日本に留学に来た生徒に対して何かサポートをしたいと思うようにもなりました。
③ 留学を考えている人へのメッセージをお願いします。
もし留学したいなと少しでも思うなら、ぜひ一歩踏み出してみることをお勧めします。世界が広がって見えて、たくさんの人と関わることで新たなことを見つけるきっかけになると思います。