

記入年月日	2020年 3月 25日
所属・学年（留学時）	国際学部 英米語学科 3年
留学先大学	カリフォルニア州立大学フレズノ校
留学先国	アメリカ合衆国
留学開始－終了日	2018年 8月 14日 - 2018年 12月 28日（約4カ月）

I. 留学前準備

1. 留学を考え始めたのはいつ頃ですか？

1年生の頃から意識していましたが、実際に留学に向けて動き出したのは2年生の夏頃です。

2. 留学をしようと思ったきっかけを教えてください。

始めはカナダに申請しようと思っていましたが、TOEFLに向けた勉強や受験をしていくうちに TOEFL の目標スコアを取得したいと考えるようになり、それがアメリカへの留学を決めるきっかけになりました。1年生の頃から留学の説明会に行ったり、国際センターの方々に声をかけていただいたこともきっかけの一つだと思っています。

3. 次の項目のうち、はじめのころに準備をしたものにチェックをいれてください（複数回答可）。

- パスポートの取得
- 国際交流語学学習センターの利用（Drop in Lab 含む）
- 先輩の話を聞く
- 常磐大学主催の留学生との交流イベントに参加する
- 常磐で関連授業を履修
- eLearning
- 語学試験のための勉強
- 現地の情報収集
- 家族の了解
- 留学資金の調達（アルバイトなど）
- その他（記入） _____

4. 語学試験対策として具体的にどのようなことを行いましたか。

週に一度はケビン先生と Drop in Lab で直接スピーキングの指導をしてもらい、TOEFL の問題集を国際センターで貸してもらい毎日問題を解く、単語集（TOEFL テスト英単語 3800）を買って勉強する

5. 上の対策のうち、とくに手ごたえや効果があった、あるいは楽しかったものがあれば、教えてください。

ケビン先生とのスピーキングの練習、TOEFL 問題集を解くこと

6. 各種語学能力試験などの受験回数について教えてください。

TOEIC L&R : 8回（学内で行われたものを受験） TOEIC S&W : 1回（学内で留学後に受験） TOEFL iBT : 3回

II. 留学中一大学生活、キャンパスについてー

1. キャンパスやキャンパス周辺の雰囲気を教えてください。あなたが好きだったところは？

緑が多く、留学中は学校内や寮内の花や木の季節による変化がきれいでした。安全面では基本的に安全だったと思いますが、大学内の寮は学外と面しており、近くの道路では一度ひったくりのような事件があり注意するよにとのメールが来たことがありました。大学周辺には美味しいファストフード店も多くあり、車で移動したところには雰囲気のいいカフェやショッピングモールもあったので、環境は良かったと思います。

2. 次のもので整っている施設や環境について教えてください。分かる範囲で構いません。(複数回答可)

- カフェテリアなど飲食をする場所
- 日用品などが買える売店
- 銀行/ATM
- 郵便局
- ネット環境 (Wifi)
- PC ルーム
- アドバイザーや心理カウンセラー
- 図書館
- 学習サポートデスクやバディ、チューター制度
- 利用できるスポーツジム・プール
- その他： _____

3. 上のもの (あるいは他にも)、あまり整っていない、あるいは「無くて困った」設備・施設を教えてください。

ネット環境は整っていますが、寮内の部屋によっては繋がりにくく、または切れてしまうところがありました。

4. 授業以外の活動やイベントはありましたか？あなたは参加しましたか？

寮内で行われるイベントやオリエンテーションなどに参加しました。寮に入っすぐには DJ が音楽をかけながらみんなでお菓子を食べて楽しむイベントがあったり、学内の日本人会や留学クラブが開催するイベントもあり、楽しむ機会は多かったと思います。

III. 留学中一履修登録や授業についてー

1. 履修した科目について教えてください。

このブルーの欄に回答をどうぞ。

1 科目目

A) 科目名 (担当教員名) : Communication 3

B) 時間数/週 (単位数) : 3 回 (3 単位)

C) 受講生の人数 (約) : 約 20 人

D) 授業の内容や宿題について具体的に教えてください。:

月曜、水曜、金曜に 50 分の授業で、効果的なプレゼンテーションの方法を学び実践します。授業内ではグループに別

れて小さなプレゼンを行ったり、有名なプレゼンを見て話し合ったりします。加えてグループでのプレゼンを1回、個人でのプレゼンを2回行い、中間テストと期末テストがありました。テストの内容はそれまでに学んだプレゼン方法についてでした。

E) 評価方法 (当てはまるものにをしてください。)

- 小テスト
- プレゼンテーション
- レポート
- グループワーク
- その他：中間テスト、期末テスト

F) あなたの行った予習・復習などの授業外の勉強：

先生によく質問しに行き、宿題の確認をしながらその日の授業の内容を自分が理解できているか確認していました。テストの前にはテスト範囲や答えられるようにしておかなければいけない単語の意味などを書いた紙をもらえるので、それらを覚えられるように予習していました。

2科目目

A) 科目名 (担当教員名) : Elem German

B) 時間数/週 (単位数) : 4回 (4単位)

C) 受講生の人数 (約) : 約20人

D) 授業の内容や宿題について具体的に教えてください。:

ドイツ語の基礎を学ぶ授業で、高校生と大学生が混じっているクラスでした。月曜から木曜まで朝の9時から50分の授業を行い、毎日単語や文法を覚えたり、小テストをしたりしていました。先生が親切な方で、学生たちも助け合って学んでいるような雰囲気の良いクラスでした。

E) 評価方法 (当てはまるものにをしてください。)

- 小テスト
- プレゼンテーション
- レポート
- グループワーク
- その他：中間テスト、期末テスト

F) あなたの行った予習・復習などの授業外の勉強：

授業内はほとんどドイツ語で話されるので、宿題の範囲も含めて自分が理解したことを確認するために、授業後は先生に質問しに行っていました。学生同士がペアになって話すペアワークもあったので、授業外で会って宿題をしたこともありました。自分が理解した文法についてはノートにメモをし、テスト前には単語やメモした文法などを復習していました。

3科目目

A) 科目名 (担当教員名) : Fitness walking

B) 時間数/週 (単位数) : 2回 (1単位)

C) 受講生の人数 (約) : 約20人

D) 授業の内容や宿題について具体的に教えてください。:

学内にあるフィールドの中を歩く授業でした。ストレッチの方法や体の動かし方も学びながら歩いていました。頻繁なテストはありませんでしたが、簡単な小テストや口頭でのテストがありました。

E) 評価方法 (当てはまるものにをしてください。)

- ✓ 小テスト
- プレゼンテーション
- レポート
- グループワーク
- その他：

F) あなたの行った予習・復習などの授業外の勉強：

一緒に授業をとっている友人と話しながらテスト内容を確認していました。

4 科目目

A) 科目名 (担当教員名) : Elem tennis

B) 時間数/週 (単位数) : 2 回 (1 単位)

C) 受講生の人数 (約) : 約 30 人

D) 授業の内容や宿題について具体的に教えてください。:

ラケットの振り方を学んだり、実際に先生や学生同士で打ち合いをしたり、先生から配られるドリルをこなしたりしていました。宿題は特になく、出席率やドリルをこなした数で評価されたと思います。先生もとても親切な方で、そのおかげか学生たちの雰囲気もとてもよかったです。

E) 評価方法 (当てはまるものにをしてください。)

- 小テスト
- プレゼンテーション
- レポート
- グループワーク
- ✓ その他：出席率、ドリル

F) あなたの行った予習・復習などの授業外の勉強：

ドリルをどれだけこなしたかを確認したり、ドリルをこなす数が足りていなければ授業外で友人と集まってこなしたりしました。

5 科目目

A) 科目名 (担当教員名) : Japan 100

B) 時間数/週 (単位数) : 2 回 *チューターとして参加

C) 受講生の人数 (約) : 約 15 人

D) 授業の内容や宿題について具体的に教えてください。:

日本語を学んできた学生たちのクラスで、チューターをしていました。私の他にも日本人チューターが2人いて、そのうちの1人と一緒にゲームなどの内容を考え、毎週金曜日に一時間ほどのセッションをしていました。授業では先生のアシスタントとして出席し、学生たちとグループワークをしたり、先生のお手伝いをしたりしていました。

E) 評価方法 (当てはまるものにをしてください。)

- 小テスト
- プレゼンテーション
- レポート
- グループワーク
- その他：

F) あなたの行った予習・復習などの授業外の勉強：

授業に向けて教科書のコピーを先生からいただき、授業の範囲を予習しておいたり、セッションに向けて日本語学習者

の学生たちと行うことを決めたりしました。セッション内では自己紹介や日本語の復習をするためのパワーポイントを作成したり、日本の文化を紹介するビデオを使ったりしました。

IV. 留学中一生活環境について

生活環境について空欄に記入、あるいは、該当する箇所にチェックをしてください。

形態	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> ホームステイ
部屋人数	(4)人部屋
ルームメイト・家族構成	ルームメイトの場合、どこの国の人だったか、何を専攻していたかなど: 全員フレスノ出身でした。
寮・ホームステイの費用に含まれていないもの	<input type="checkbox"/> 光熱費 <input type="checkbox"/> 水道代 <input type="checkbox"/> インターネット代 <input type="checkbox"/> 食費(朝) <input type="checkbox"/> 食費(昼) <input type="checkbox"/> 食費(夜) <input type="checkbox"/> その他(記入):
ネット環境	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 詳細(問題なくつながりましたか?): Wi-Fi が使えましたが、私の部屋はスマートフォンの Wi-Fi のつながりが悪かったので、何度も切れていました。
自分の部屋にあったもの (複数回答可)	<input checked="" type="checkbox"/> クローゼット <input type="checkbox"/> 固定電話 <input checked="" type="checkbox"/> シャワー・浴室 <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> 冷蔵庫 <input type="checkbox"/> キッチン <input checked="" type="checkbox"/> 冷暖房(エアコンなど) <input checked="" type="checkbox"/> その他 (電子レンジ)
共有の場にあったもの	洗濯室、自動販売機、ビリヤード台など、ダイニングスペースやラウンジにあるものを自由に記入してください。: 洗濯室

V. 全般一大変だったこと、後輩へのアドバイスー

1. 勉学について。下の問から、最低2つ選んで、その理由とともに回答してください。

常磐大学と派遣先大学のどちらについても構いません。

- A) 履修登録のときに、気を付けておくべきことはありますか？
- B) 読み替えられなかった科目・帰国後、常磐で認定されなかった科目はありますか？それはどうしてですか？
- C) 大学の授業のことでアドバイスはありますか？
- D) 授業についていくのは大変ですか？授業内容が分からないときはどうすればいいですか？
- E) おすすめの授業はありますか？それはどうしてですか？

A) 留学前後での単位の計算を計画的にしておくことが大事だと思います。留学後には履修変更をして履修する授業を変えることができ、一度授業に出てから変更ができるので、履修変更をしても大丈夫なように自分の足りない単位はなにかを把握しておくといいと思います。

E) おすすめしたい授業は、Elem tennis, Communication 3, Japan 100 です。それぞれ学ぶことも多く、楽しみながら色々な人と知り合えたり、これから役立つ経験ができると思います。日本語の授業についてはこの他にも初級や中級などのレベルもあるので、先生にお願いしてみるといいと思います。

2. 4年生、あるいは、教職などの資格科目を取っている学生に質問します。

特に気を付けなければならなかったことや、あなたがしたこと、あるいは困ったことについて教えてください。

介護等の体験が2年生の夏休みに、教育実習が3年生の秋セメスターにあるので、それらをどうするかが悩むところでした。私は3年生の秋セメスターに留学をしたので、教育実習を4年生の春セメスターに移動させてもらいました。この調整は教職センターや実習先の学校と連絡をとって行いました。

3. 日常生活について。下の問から、最低2つ選んで、その理由とともに回答してください。

- A) 持って行くとい生活必需品などがありますか？反対に、持って行かなくてもよかったものはありますか？
- B) お土産などは買っていきましたか？どんなものが喜ばれますか？
- C) 現地の人とコミュニケーションをとる機会がありましたか？それとも留学生あるいは日本人ばかりでしたか？
- D) 服装やマナーなどで気を付けておかなければならないことはありますか？
- E) 想像していた留学のイメージそのままでしたか？
- F) 留学していた時は、どのようにお金を管理していましたか？カードを作りましたか？

A) ドライヤーと変圧器は現地で安く買ったり、友達から借りることもできるので持っていく必要はないと思います。寝具については寮に入る日にマットレスに敷くシーツなどの簡単な寝具をいくつか貰うことができますが、それでは足りないので事前に友達にお願いして借りるか、ホームステイ先をお願いするといいと思います。またこれは現地で買ってもいいと思いますが、食品を包むラップがあるといいと思います。寮内のダイニングから持ち帰れる食べ物の持ち帰りや保存に便利でした。日焼け止めや化粧水などは、肌が敏感な人は多めに持参すると安心だと思います。スーツケースは2個までなら無料で預けられるそうなので、もし荷物の持ち帰りに不安な人は空のものを一つ持っていてもいいかもしれません。

C) 出かけるとお店の中などで色々な人に声をかけられました。寮内では現地の寮生や他の国から来ている留学生たちのどちらも多くいて、自分の寮がどこになるかや、どんな人やクラブと関わるかなどによって、出会う留学生と日本人の割合は変わると思います。

F) 留学前にクレジットカードを作りました。私の前に留学した先輩にアドバイスをもらい、10万円を現金として、20万円をカードで使うようにしました。寮内の自販機や洗濯機を使う際は現金ではなくクレジットカードを使うことになるので、カードがあるといいと思います。

4. その他、これから留学する人に教えてあげたほうがいいと思うことをどうぞ。

私は現地でプリペイドフォンなどを買うことはしなかったのですが Wi-Fi がなければ自分のスマートフォンを使うことはできませんでしたが、それでも問題はほとんどなく過ごせました。

VI. 全般一費用について一

1. 留学にかかるおおよその必要経費について教えてください。

内容	金額(円)	内容	金額(円)
渡航費	約 18 万	食費	約 3 万 *週末、祝日のみ 平日はミールプラン (寮費に含まれる)
保険代	約 14 万 *現地校保険代含む	ホームステイ費/寮費	約 55 万
ビザ代	約 4 万	教科書・学用品代	約 1 万
交際費(外食等)	約 5 万	その他	

合計: 約 100 万円(うち奨学金: 60 万円)

2. 現地でのお金の使い方について気を付けていたこと、気を付けるとよいことがあれば教えてください。

私はお金を使いすぎないようにしようと思い、減っていくのが見やすい現金をなるべく使っていましたが、使う際は大きな額(100ドル札など)を使いすぎないようにしていました。人に見られて狙われたり、その他の危険な目に合うのを防ぐためです。出国前に空港で両替ができるので、その際に使いやすいように両替してもらおうと思います。