

2023 年春学期/ニューヨーク州立大学オルバニー校 帰国生アンケート

※注意※ ここで記載されているアンケート回答は**全て個人の主観によるもの**であり、あくまで『参考情報』としてみなさんに開示しています。**正しい情報とは限りません**ので、その点について了承した上で留学準備に活用してください。

1. 授業について

授業の形態や進め方はどんなものでしたか。
1 クラス 10 数名ほどで、先生が 1 人
比較的自由
reading と writing の授業では、一つの semester で一つの物語を読んだり、エッセイの書き方を学んだりした。また、長文を通して、文法を学んだり gender や crime など学ぶことを通して文化の違いについてクラスメイトと意見交換したりした。listening と speaking の授業では週に 1 回程度テストまたはプレゼンテーションがありそれに向けて一週間両方の力を身に着けることができた。SDGs の授業では数時間かけて一つの目標について特化して学びプレゼンやフライヤーを作ったり、実際に森林やコミュニティガーデンに行き学んだりした。
少人数で、英語のレベル別にクラスが分けられ、クラスでは数回の授業で一つの単元を学び、最後にそれについてエッセイを書いたり、プレゼンをして、それを繰り返すという授業の進め方でした。
前日の課題を答え合わせしてからその続きを進めていくのが基本の形。
とにかく自由。発言もしやすい環境。基本はテキストに沿ってやる。
1 クラス 10 人程度の少人数クラスで、先生は各授業 1 人。グループワークが多く、みんなで考えて答えを出す機会が多かった。また、プリントや教科書を使って解きながら学ぶこともあった。
文法などの基礎的な部分はせず、主にリーディング力、リスニング力、ライティング力、スピーキング力を伸ばすことを目的としていた。先生がたくさん質問を投げかけてくれるので、自分から積極的に意見を発することができ、自分の考えや意見にも自信を持てるようになりました。
授業はリーディング&ライティング、スピーキング&リスニング、SDGs の3つのクラスがあって、進め方は、クラス別にレベルに合わせて進めていく感じだった。
1 週間に 2、3 回プレゼンがある。大々的なプレゼンだけではなく、“ちょっとこれについて話してみろ”と、言うように、急に当てられて意見を述べることもある。プレゼンの際は、最後に質疑応答が飛んでくる。プレゼンの内容に対して、「俺はこんな意見を抱いたけど、その意見に対してどう思う」など、少し観点が変わる質問やそれに付随する質問が飛んでくるので、周辺知識はもちろん、その単語も調べておく必要がある。
基本的に先生が前に立って話すのを聞く授業形式だったが、日本で受ける授業と比べて、生徒が発言できる機会が多かったから、授業に参加している実感があった。
テキストを使って進んだ 講義形式
レベル別に分けられたクラスで、全て対面授業だった。先生が話している時間と生徒が話している時間は同じくらいで、意見交換の場が多かった。
授業ごとに先生が違う。ほとんど毎日宿題が出される。
文法はほとんどやりませんでしたほぼ長文読解またプレゼンが多かった
ペア活動が多かった

クラス人数、日本人と留学生比率、留学生の出身国などについて教えてください。

クラスの人数は 12 人、日本人は半分ほどで、ブラジルやトルコ、中国などからの留学生がいた。
12 人 インド、チャド、アルバニア、ペルー、中国
前半の semester では、日本⇒10 人、中国⇒2 人、ブラジル⇒2 人後半の semester では、日本⇒3 人、中国⇒1 人、韓国人⇒1 人、コロンビア⇒1 人、バングラデシュ⇒1 人、ブラジル⇒1 人、タイ⇒1 人 ウクライナ⇒1 人 アンゴラ⇒1 人 だった。

自分のクラスの人数は 13 人程度で、半分ほどが日本人学生でした。他の留学生の出身国はドイツ、アルバニアなどのヨーロッパ、ペルー、中国、インド、チエドの人たちがいました。
6~20人程度。夏は日本人以外の留学生も本学の生徒も大幅に減少する。それによって、外国人留学生が一クラスに固まったり、一つのクラスに日本人だけになる。留学生の出身は皆ばらばらだが、中国が多いように思われる。
ほとんど日本人。アジア人。
日本人が半分を占め、その他の生徒は中国・ブラジル・タイ・アンゴラ・コロンビアなど世界各国から来ていた。
僕のクラスは 12 人~13 人くらいで、半分以上が外大生、もしくは他の日本の大学からきた日本人留学生で、その他が中国やインド、アルバニア、ペルー、ドイツから来た留学生でした。
全体の半分くらいが関西外大生くらいの比率だった。クラスメイトの出身国としては、中国、ベトナム、インド、ブラジル、アルバニア、ミャンマー、セネガル、タイ、ドミニカ共和国の生徒がいた。
クラス 12 人日本人 8 人(内外大 7 人)アルバニア人 1 人インド人 1 人チャド人 1 人ペルー人 1 人
前期は15人程度、トルコ、ブラジル、ヨーロッパ、中国などからの留学生が多かったが、後期はほぼ外大生だけで8人と少人数だった。
前期 14 人 日本人 10 人、中国人 2 人、ブラジル 2 人 後期 11 人 日本人 3 人、中国、韓国、ウクライナ、コロンビア、ブラジル、アンゴラ、タイ、バングラデシュ
前半は20人ほどで、国籍も様々だった。そのうち4人が日本人だった。国籍はトルコ、ドミニカ共和国、ベトナム、中国、アルバニアなどがあつた。留学の後半は中国人の留学生2人と日本人留学生4人だった。
最初にテストがあり、その結果でクラス分けされる。クラス人数は少なくとも6人、多くても 15 人は超えなかったと思う。上のクラスのほうが海外からの留学生が多かったり下のクラスのほうが多かったり、その都度によって変わるけど、日本人が多いクラスが一つはあつた。私のクラスにいた外国人は、中国、セネガル、ドイツ、トルコ、ドミニカ共和国、ベトナム、ブラジルなどから来た人がいた。
7:3 で日本人率多め中国、インドネシア、ドイツ、ペルー、アルバニア、インド、トルコ
日本人10人、中国人2人、ブラジル 2 人
日本人生徒が 7 割~8 割(ほとんど外大生)、その他(アルバニア、インド、ドイツ、ブラジル、ペルー、中国、など)

クラスの雰囲気はどんなものでしたか。

積極的に発表していた。
発言を自由にしてい、仲良し
後半の semester では、様々な国から集まったクラスだったので、授業の中で自分の国の状況について話したり、文化や風習の違いがあると質問し合ったりする光景が当たり前だった。また、分からないことがあつた際に躊躇せず質問したり、意見を言ったりして、授業の半分はディスカッションをしているようだった。また、休み時間にお互いの言語を覚えようと毎日教え合っていたから、初めて出会う言語でも挨拶や自己紹介の仕方をメモしたり覚えたりして、新たに興味をそそるトピックにも出会えたり、すぐ仲の良いクラスで過ごすことができた。
先生も時間にルーズで時間通りに始まらず時間通りに終わらないということは多くありました。授業内では多くの人に発言を求める雰囲気、言葉に詰まっても先生が助けてくれて、自分の意見を言う機会というのは日本に比べて多かったです。
和気あいあいとした雰囲気
さいこう
発言が自由にできる雰囲気なため、疑問に思つたことをその時にすぐ解決できる。
クラスの雰囲気はとてもよかったです。お互い国が異なるので、もちろん英語を使って会話をしますが、自分の英語の会話力が乏しいが故、伝わらないことが多々ありました。しかし、相手も一生懸命理解しようと耳を傾けてくれたり、翻訳機を使ってですが会話を続けてくれました。それに加え、ある授業では机を円形にして、お互いの顔を見やすく、意見も伝えやすいような環境にしてくれる先生もいました。日本では基本先生や教授が前に立って話し続けるスタイルが多いですが、生徒も積極的に参加ができるようなアメリカの授業形式は日本と異なる点だと思った。

クラスの雰囲気は、みんなとても明るくて、積極的だった。先生も優しく授業を盛り上げてくれた。
かなり日本語が多い。
出身地が違う学生と一緒に授業を受けるので、発言の仕方やプレゼンの仕方などに違いがあり刺激になったし、日本で授業を受けるときよりも発言することに対するハードルが低く、みんな積極的に自分の意見が述べられる雰囲気であった。
自分の意見を生徒が話す場面が多く日本の授業は先生の話聞く、受動的だが、アメリカの授業は能動的だった。
意見がしやすく、堅苦しくない空気感で、居心地が良かった。
クラスによって雰囲気が全く違う。最初にいたクラスは海外からの留学生のほうが多かったの、国際色豊かですごくにぎやかなクラスだった。日本は求められたら手を挙げて発表することが多いと思うが、私のクラスは授業中も先生の話だけを聞くだけでなく、先生が話していても手を挙げて自分の意見を言う生徒が多かった。
みんなが参加型授業だったグループになって考えてみたりみんなで先生が質問してきて発言をする感じだ
積極的に発表する人が多かった
他の人も言及していると思いますが、基本的に質問されてそれに答えて授業が進むことが多かった。ただ、先生によりますが指名はされないの、外国人生徒がほとんどの質問に答えていました。なのでその人たちに負けないように間違っても良いから自分で考えて積極的に発言すれば自然と英語力も身につく、先生からの評価も高くなると思います。

授業の中で取り上げられたトピックで印象に残っているものは何ですか。
海上汚染について
愛について
犯罪について学んだ際に、クラスに元警察官や保護観察の仕事経験のあるクラスメイトがいたりして、今まで知らなかった知識を得ることができたのと、アメリカと日本、またほかの国とで全く異なる現状を知ることができてすごく印象に残っている。
トラの絶滅に関する内容で、それについての英語の長文を読み、授業内でそれについて学んだのですが、自分が知らなかった、予想もしなかった原因がいろいろあり、様々なことが関係あって、問題が複雑に入り組んでいるということが分かり印象的でした。
SDGsの17の目標の中の11の目標が印象に残っている。都市には、植物が少なかったり、車を使う人も多いことから地球温暖化等の環境問題につながる課題が沢山残っていること。また、住みやすい都市という観点での地域のコミュニティの欠如の課題などあることを学びとても興味深かった。他にも、このトピックを学んだあとのプレゼンも印象に残っている。ペアワークでの発表で、ペアの人は日本人だったが、お互いが調べあげ、都市をよりよくするためにどうすればいいかを話し合った。お互いの苦手部分を補いながら完成させたプレゼンだったので時間はかかったが、2人とも満足できるプレゼンになったと感じる。
虫の大群
男女差別や、男女平等
SDGsの授業で世界の深刻な水不足問題について考える機会があり、それが一番印象に残っています。TED Talkを見ながら各国の未次不足問題の現状について深く学ぶことができました。
授業の中で印象に残っているのは、SDGsの授業の中で、今地球でどのような環境問題が起こっているのか、またその解決策について話し合ったことが印象的である。
SDGsのトピックの中で、識字率についてプレゼンしたこと。ただ調べて話すだけでなく、解決策についても話した。日本で、外大で、プレゼンをした時は、よくできました程度で、その解決策をどうしたらもっと現実的にできるかを話し合ったのが、とても楽しかった。
各国の死刑に対するラインについて
国によっての子育ての違い
女性は男性よりも賢い。(ディベートのトピック)
SDGsでペアでプレゼンしたことで、都市をどのようにエコフレンドリーにするかというトピックだった

gender 差別について

授業を受けるにあたって工夫していたこと、努力していたことはなんですか。

先生の話をしっかり聞き、分からない点は質問すること

発言すること、寝ないこと

授業前の予習の課題が毎回出っていたので、その際に気になる単語をしっかり調べて授業に臨んだり、単語カードなどを用いて勉強し、わからない単語が極力ない状態で授業に臨むようにしていた。また、分からないことがあったら、迷わずに手を挙げて聞くようにしていた。

授業中は隣の人とペアワークをすることが多かったので、自分は他国の留学生の隣に座りに行ったりすることを工夫してやっていました。また、授業中になるべく多く発言し、先生とも話すということを努力していました。

自分から発言できるよう努めた。

発言する

授業時すぐに理解できるように、単語は予習をして行っていた。

先生が言っていた単語やフレーズはすぐに単語帳で調べてマークしたり、Instagramでネイティブが使っている英語のフレーズや単語を紹介する投稿を参考にして実際に授業中や休憩時間の先生と話すときに使ってみたりと、インプットだけではなくアウトプットも心がけた。

授業を受けるにあたって、毎回先生が使う知らなかった単語や、表現をメモして、できるだけアウトプットして忘れないようにしていた。

渡されたプリントで分からない単語が一つもないようにすること。かなり専門的で難しい単語もとても多かったが、確実に理解できるように頑張った。

一コマの授業でできるだけ多くのことを吸収できるように、先生が自分の知らない単語をしゃべったらメモをして授業後にそれを単語帳に入れたり、授業中に先生が投げかけてくれる質問に対して毎回英語でアンサーを考えて積極的にとにかく発言をすることを心掛けていた。

積極的に発言する。気づいたこと、わからないところは質問する。予習と復習をする。

ノートを取る。小さいメモ帳を持参して、自分も使えるようになりたいと思った単語や、意味が曖昧だと思った単語を書き溜めるようにしていた。

プレゼンがある時はパワーがまた話す内容を相手がわかりやすいように作ったり話したり心がけた

比較的日本人の多いクラスだったので、ほかの国からのクラスメイトと積極的に会話するよう心掛けた

2. 滞在先・自由時間の過ごし方について

ホームステイメイトはいましたか。	ホームステイメイトはどこの国の人でしたか。
0人 (6人)	-
1人 (10人)	日本

通学手段	通学時間	主に食事はどこでとっていましたか。
バス (14人)	0~15分 (6人)	ホームステイ先 (16人)
	15~30分 (3人)	
	30~45分 (3人)	
	60~75分 (1人)	
徒歩 (2人)	75~90分 (1人)	

部屋に用意してあったものは何ですか。	自分で用意したものは何ですか。
勉強机、ベッド(枕やシーツも)、棚	タオル、衣服
ベッド、ドレッサー、机、いす	自分のこだわっているもの
寝具、勉強机、ハンガー、生活用品	洗面具、お風呂用品、水筒、文房具
ベッド、机、ペン、タンス、クローゼット、ハンガー、洗濯ネット、暖房、冷房	シャンプー、化粧水、乳液、風邪薬、
ベッドや机、いすなどはもちろん、今までの留学生が残したルーズリーフや服など。	服、化粧品、勉強道具
必要なものすべて	スリッパ
ベッド・机・クローゼット・テレビ	
時間割ボード、筆記用具、お菓子、ライト、モバイル充電器、洗顔フォーム、髭剃り、ドライヤー、シャンプー、ブランケット、バスタオル、歯ブラシ、歯磨き粉、爪切り	筆記用具、ノート、単語帳、パソコン、充電器、モバイル充電器、ドライヤー、変換プラグ、変圧器、洗顔フォーム、髭剃り、歯ブラシ、歯磨き粉、ドライヤー、シャンプー、化粧水、乳液、バスタオル、ファブリーズ、香水、綿棒、ポケットティッシュ、爪切り
タンス、ベッド、勉強机、クローゼット	ドライヤー、シャンプーなど。
冷蔵庫、電子レンジ(冬は-13℃、夏は37℃だったが、暖房も冷房もなく、死にそうだった。)	昼ごはんなどの食事はホームステイ先から提供される契約だったが、貰えるのはバナナ一本ぐらいでお腹がととてもすいたので、自分たちの部屋にある電子レンジだけで作れるものを買ってきて食べていた。
ベッド、棚、扇風機、コンセント、勉強机、デスクライト、鏡など。	生活用品全般から、常備薬、タオルなど。
机、電気スタンド、タンス、ベッド、ハンガー	洗濯ピンチ、スリッパ
勉強用の机、ベッド、タンス、生花	ランチボックス、水筒
ベッド、机、クローゼット、布団、タオル、たんす、ドライヤー。必要なものは基本そろっていた。また、私のホームステイ先は留学生用の洗面所までであったので、お風呂の時間や朝の準備の時間で悩むことがほぼなかった。	衣類、文房具、シャンプー、リンス、薬、靴、スリッパ。
テーブル、ベット、タンス	シャンプーリンス、洗顔、日本食、服、日用品
ベッド、机	洋服、日用品

ホームステイ生活をする上で、日本と違って戸惑ったこと、驚いたこと。

洗濯は1週間に一回
毎日食事を作るのではなく、週末に大量に作り置きしたり、外食先での持ち帰りを何日かに分けて食べる。アメリカの人はとにかくセロリやパクチー、パセリなどが好き。水道代や電気代が高いので、洗濯は週1回、シャワーはできるだけ早く出るなどルールがあること。ステイ先が特殊だったが、家の中に防犯カメラが複数台設置されていたこと。動物愛護精神がすごく高く、家の庭や玄関付近には鳥やリスの餌がばらまいてあって常に野生の動物がいた。
食器はただ食洗器に入れるだけであまりきれいではなかったこと、家にネズミやコウモリがでたこと。
外国だからではないが、ホストファミリーが夜型生活で休みの日は基本ランチが早くて11時遅いときは14時に出してくれたり、夕方になって出かけることが大半であったりしたことに驚いた。
匂い
日本人のように毎日シャワーを浴びない
家の水道水が日本と違って直接飲むことができないので、フィルター付きのボトルに注いで飲まないといけなかったことです。しかしそれ以外は特に気

になった違いというものはなく、逆にあまり戸惑ったことがないことが驚いたことです。ホストファミリーが本当にいい人たちがたくさんサポートしてくれたので自分自身も直ぐに馴染むことができ、戸惑うこともなく快適に過ごせました。

日本のようにお米をあんまり食べない。ファストフードで済ますことがある。

シャワーの時間が短いこと。食べ物が基本ジャンキーなこと。物価が高いこと。

夕食の時間が早い。5時から6時ほど

ユニットバスなので、一人がシャワーを使っている間は他の人はお手洗いにも行けないのが不便だった。

お風呂が詰まりやすいトイレはトイレトペーパー流してはダメだった

ホームステイ生活を快適に過ごすためのアドバイスをお願いします。

室内用スリッパを用意する

仲良くなるためによく話す、嬉しいこと感謝はいっぱい伝える

挨拶をしっかりする。学校から帰ってきて、その日のことについて聞いてくれるから、ゆっくりでも下手くそでも、話す。家庭内でのルールをしっかり聞いておく。日本食を作ったら、とても喜んでくれた。何か問題があったり、不安に思うことがあったら、早めにホストの方や話しにくかったら、大学の先生に相談する。

しっかりとホストファミリーと連絡、コミュニケーションをとって、良い関係性を築き上げること、まず家のルールやしてはいけないことを確認して、それをしないようにして、お互い気持ちよく住むことが大事だと思いました。

気にしすぎないこと。

スリッパを持っていく。除菌シートをもっていく。

思ったことが伝えられる範囲内であれば伝える。

まず最初に家のことについてわからないことは必ずホストファミリーに聞くことです。僕のホストファミリーは例外ですが、全部を丁寧に説明してくれるとは限りません。なのでわからないこと、困ったことは直接伝えることをお勧めします。それから、これは僕の個人的な考えですが、ホストファミリーに対して過度な遠慮は極力しない方がいいと思います。時間有限であり、ホストファミリーと過ごす時間も限られているのです。例えば一緒に買い物に行くとき「何か欲しいものはある？」と聞かれたら遠慮なくお願いしてみましょう。相手も悪い気はしません。また、行きたいところがあればそれも遠慮なく伝えることも重要です。

快適に過ごすためには、自分の時間を大切にすること。好きなことをする。

嫌なことは嫌だと伝える。伝えても、私のところのように、怒られたりわがママを言うなと言われたりするところもある。(マザーからはお金をくれるベビーシッターと呼ばれていた)その時は現地の大学に掛け合っただけでホストファミリーを変えてもらった方がいい。せつかくの留学が真っ黒な思い出になる前に。

言われたことはきちんと守ること。一緒に生活していることを頭に置き、自分のことだけを考えないこと。

コミュニケーションをとる。苦手な食べ物は伝える。

会話をよくすること。私自身が課題に追われて自分の部屋に籠りきりになった時があり、会話が減ってしまった。その時はコミュニケーション不足になって、気まづくなってしまうことがあったので、何があっても会話をしてホームステイさせてもらっている感謝を伝えないといけないと思った。

ホストファミリーに全て要求しない(食べ物やおやつなど)家事を手伝うコミュニケーションをとる

ホームステイの場合は、事前にホストマザーに家でのルールを確認することを推奨する

パソコンは持参 しましたか	携帯電話	インターネットは部屋から 接続可能でしたか。	その際に費用は かかりましたか。
はい (16 人)	日本から SIM カードを持参(12 人)	ワイヤレスで可能 (12 人)	はい(2 人)
	留学先で SIM カードを購入(3 人)	LAN ケーブルで可能(2 人)	いいえ(14 人)
いいえ (0 人)	日本の携帯をそのまま持参(1 人)	不明(2 人)	

大学主催のプログラム/イベント/ボランティア/サークルなど。	学内/学校近辺でよく利用した施設やお店など
バスで NYC やボストンに行く遠足があった	学校近くのクロスゲートモールによく行った
ほぼ毎週末ファミリーとおでかけ、学校のイベント、買い物	クロスゲートモール
毎週末に、留学生プログラムで、美術館鑑賞やスポーツ観戦、ポーリングなど様々なイベントがあったのでそれに参加していた。日帰りのボストンや NYC への旅行もあった。また、一人一人に現地の大学生がスピーキングパートナーとしてついてくれていたので、その人と、週に一回大学内や周辺で会って、一時間くらい会話してた。	学校から無料でバスに行ける場所に、cross gate mall や wall mart があったので、食材や雑貨を買いに行ったり、お土産を買ったりするのに利用した。
大学主催のパーティーや行事に行ったり、大学のバスケットボールコートに行って現地の学生たちとバスケットボールをしていました。	ベーグルショップやスーパー、大学では図書館やバスケットボールコートをよく利用した。
毎週金曜は conversation club で英語を使いながらミニゲームを行った。また本学の生徒の少ない夏にはみんなで公園に行ってカヤック体験をしたり、美術館に行ったりした。	学内: キャンパスセンター、学外: 近くのモール
大学のプログラム。ホストファミリー。	ウォルマート
大学主催のイベントに参加・友達と遊びに行く	家の近くのショッピングモールに行ったら、カフェに課題をしに行ったりした。
自由時間(放課後)は友達とジムに行ったり大学周辺の観光スポットに行くアクティビティに参加したり、現地の学生たちと一緒にサッカーやバレーボールなどをしていました。スポーツを通してコミュニケーションをとれることに凄く魅力を感じれました。	学校内にあったコンビニでお菓子や飲み物を買ったりしていました。それからお昼ご飯にはよくピザ屋さんを利用していました。放課後には大学のジムを利用して運動不足を解消していました。
放課後は、現地の学生と卓球、サッカーなどのスポーツをしていた。毎週金曜日は大学が主催するイベントに参加していた。	自由時間は、筋トレしたり、課題したり、主にキャンパス内か家に帰ってからやっていた。
大学のイベントは午後6時からだったが、私の家は隣町で、終バスが6時だったので、一度も参加できなかった。マザーに迎えに来て欲しい(車で20分の距離)と伝えたが、私は疲れていてしたくないと言われ、叶わなかった。本当は行きたかった。	ウォルマートでよく買い物をした。また近くのショッピングモール、近くにあったカフェが3ヶ月無料のサブスクがあったので、留学期間によく通い、そこで課題やプレゼンの準備をした。
大学が休日や放課後に企画しているプログラムには積極的に参加した。	カフェやモールがあった。時々放課後に行った。
大学のプログラムは、ラクロス観戦、ボストン旅行、ポーリング、博物館、公園に行くなど。	自由時間は、課題をしたり、大学内のジムに行ったり、大学内でスポーツしたり、友達やホストファミリーと過ごした
大学が催してくれるイベントや地域のイベントに参加して時間を過ごすことが多かった。	バスで二駅ほどのモールによく行きました。カフェで勉強することが多かったのですが、たまにショッピングもして楽しみました。
家に帰る過ショッピング	クロスゲートモール
ほとんど毎週末に大学でのイベントが行われていたため、それに参加していた。	学校内の食堂やジム、ショッピングモールもバスで数分の距離にいくつかあった

3. 留学前準備について

留学前に取り組んだ準備
英語学習
お金を貯めた

アカデミックな英語よりも口語的で若者たちに使われるようなスラングはかなり頭に入れて行きました。
英会話、英語の文法の学習
持っていくものの買い出し、英語を話すことの練習、ひとりごとを英語で話す練習をした。
パッキングなど 冬は寒く、夏は暑かったので、服が多くなった。
留学前には、基本的な文法、スピーキングも練習していた。
正直に言うと留学前にこれといった勉強面での準備はしていなくて、Youtube でフレーズや発音を学んだりしていたくらいです。あとは洋画が好きで、英語は普段から耳慣れさせていました。
英語の単語力向上、ホームステイ先へのお土産
石鹸類を買い集める
文法の理解を深めるよう勉強した。
英会話に通いコミュニケーションスキルを磨いたり、単語を勉強した。
先輩の体験談を読んだり、Youtube を見たりして、留学に不可欠なものを買った。旅行などの費用を貯めるためにバイトした。主に toefl を中心に英語の勉強に取り組んだ。
使えるフレーズ見た
オルバニーについて調べる、ポッドキャストをきく

留学前におけばよかったと思う準備
英語学習
単語能力をつける
イメトレ。様々なシーンでの英語をイメージできていればもっと緊張せずにいろんな場面に対応できたと思う。
英会話(話す練習、リスニング)
ホームステイ先での過ごし方のマニュアルを読み込むこと。
日本食を持っていく。かなり食生活が違い、レトルトのカレーや、お茶漬の素などがあるといいと思う。
留学に行くはずとぶつかる壁が、ネイティブとのボキャブラリーの差に悩みます。なので単語を復習しとくといいと思う。
お金をもう少し貯めておけばよかったなと思いました。持って行ったのは 17 万円くらいだったのですが、円安が酷く、自由にお金をつかえるという状況ではありませんでした。つかいたいときにつかえないことが不便だなと感じた。
単語の暗記
耳を慣らすためにシャドーイングなどの勉強をおけばよかったと思った。
留学前の勉強が全然足りなかったと日々感じていたから、もっと真剣に英語に取り組んでおけばよかったと感じた。世界史や日本史などの知識を深く知っておくべきだった。自分なりの宗教観を固めておけばよかった。
日常単語を使えるようにすればよかった、
語彙を増やす

日本から持って行って役に立ったもの、または喜ばれたもの
日本っぽいお土産やお菓子(形に残るものが 1 つ以上あるといいと思う)
抹茶、おもち
圧倒的に常備薬。日本にいるときはしんどくなったら買いにいって、で大丈夫だったが、留学中にしんどい中でそんなことができる余裕はなかったと今でも思う。あとアメリカは病院に行く習慣がないから、市販の薬が強いとも聞いていたため、自分に合わなかったらどうしようと余計に手が出なかった。

市販薬、熱さまシート
メイク落とし、パンプス薬用リップ
延長コード、ごみ袋、輪ゴム
【レトルト食品】なかなかアメリカの食事が合わなかった。勉強量もかなり多く、メンタルがおかしくなりかけていた時、両親が送ってくれたパウチのカレーが身に染みた。普段から食べていたわけではないのに羊羹がおいしくて泣きそうだった。
【日本のお菓子】ホストファミリーや学校の友達と食べるのも盛り上がるし、自分で食べるのもかなり良い。特にじゃがりこやおにぎりせんべいがおススメ。
単語帳、文法書など、勉強道具、また運動着一式、水着は持って行った方がいい。お茶とか抹茶系のお土産は、アメリカ人の好き嫌いが分かれるからちよつとやめた方がいい。
ジャケットなどの上着類は本当に役に立ちました。ニューヨークは3月中旬でもマイナスまで気温が下がる日があり、防寒着は本当に必需品でした。
日本製のもの・サンリオやアニメキャラなどのグッズ
スリッパ
シャーペン、シャー芯、化粧水、乳液
ティーバッグ(お茶っぱ)。箸⇒日本食を自分で作ったり、食べてもらったりする機会があったから、箸を持って行って役に立った。地元の通りもんをホストの方に渡したらとても喜んでくれた。
薬
室内用スリッパ

日本から持っていく必要のなかったもの

食料品、マスク
お風呂用品、ヘアアイロン、ドレス系
たくさん服、靴、文房具。日本で買えるものはほとんどアメリカでも購入することができるので必要不可欠なもの以外持ってこなくていいと思う。食材もアジアマーケットがあるのでほとんどそろう。
ハンガー、バスタオル
洗剤
変換プラグや変圧器など(コンセントの形状が日本と同じだった)
室内シューズ。洋服はあまり持って行かない方がいい。どのみち現地で買うから、帰りの荷物が入らなくて困る。
靴:スポーツ用1足と普段用1足あれば十分。帰るときも意外とかさばる。
バスタオル(スーツケースの中でかさばるし、ホームステイ先のやつを使える)
洗剤、カイロ、調味料
分厚い文法書。
ドライヤー。行く前は電圧数なども気にして店員さんにまで聞いて新しいのを買ったが、ホームステイ先に行く準備してあった。また、ステイ先にあったもののほうが風圧がすごくて早く乾いたため、自分が買ったやつは結局使わなかった。
ドライヤー、変換プラグ
必要以上の衣類(帰国時にはお土産を含めて2倍程度に荷物が増えた)

日本から持参すればよかったと思ったもの

レターセット

水筒。学校で無料で給水できるから持っている役立つ。アメリカで買うと、性能のわりに高かったり、漏れやすかったりした。
帰国する際にお土産がスーツケースに入らなくなるから、予備で大きめのバッグをあらかじめ持って行くといいと思う。
半袖の服(服は4シーズンに適した服を準備すべき)
冬服。3月中旬だったのですがすぐに冬は開けるだろうと思っていたが、-13℃で死ぬほど寒く、五月半ばまでセーターを着ていた。日本からダウンを持って行っていたが、しのげないほど寒かった。
洗濯が一週間に一回なので大量の靴下と下着
ストッキング、計量スプーン、箸、休憩時間、ホットアイマスク、リラクセーショングッズ、ウェットティッシュ、保温できる水筒
カップ麺
薬やスキンケアの予備(基本的にアメリカでなんでも揃えられるが、日本の製品をアマゾンで購入した際通常よりかなり高くなった。こだわりのあるものはしっかりそろえるべき)

4. 留学費用について

お金をどのように準備しましたか。	日本円でいくぐらい準備しましたか。
デビットカードと現金	デビットカード 30 万円、現金 5 万円
クレジット、現金	クレジット上限 30 万、現金 11 万
現金 300 ドル、クレジットカード 1 枚、デビットカード 1 枚	クレジットカード 上限 20 万、現金 5 万円分
クレジットカードを自分の口座と親の口座で二つ作って行きました。	クレジットカードで自分の口座には 30 万ほど入れて行きました。現金でも 2 万円分ほど持って行きました。
クレジットカード 2 枚、現金	二枚とも上限 30 万、現金 10 万
クレカ	親のカードなのでわからない、現金 0
クレジットカード・デビットカード・現金	クレジットカード 上限 10 万・現金 約 10 万
アメリカは主にキャッシュカードでの支払いが主流だったので、僕はデビットカードを使用していました。なぜかというクレジットカードだと引き落としが来月になり、自分がどれだけお金を使ったのかわからなくなる危険性があると思ったからです。なのでデビットカードで支出管理をきっちりすればお金の使い過ぎにもならないので便利です。現金は何かあったとき用のために持って行っていました。	口座に 50 万円ほど入れていました。現金は 5 万円分持って行きました。
基本的にはクレジットカードで全ていける。	クレジットカード 上限 30 万 1 枚、20 万 1 枚、家蔵カード
(現金: \$ 200 クレジットカード二枚 デビットカード二枚) 基本的にデビットカードを使い、友達と旅行するときの料金をクレカ払ってもらったときに、半額現金で渡していた。	円安がひどく、留学初日から最終日まで下がることなく \$ 1 あたり ¥ 10 ほど上がったので、なかなか計算しにくいので、確かではありませんが、持参現金: 約 ¥ 25000 (現地ですぐ \$ 100 引き出し ⇒ 当時のレートで約 ¥ 15000) 団体から月額日本円で ¥ 80000 支給していただいたので、旅行代金等で約 30 万円ほど自費
現金は空港で両替した。クレジットカードは SMBC のやつであればどこでも使えた。	クレジットカード 上限 20 万円 現金は 5 万円を両替して持って行ったが、旅行に行くことを考えているのであればデポジットが現金の場合があるので多めに両替しておくことをお勧めします。
クレジットカード、現金、キャッシュパスポート	クレジットカード 二枚 (上限 30 万、10 万)、現金 300 ドル
基本的にはクレジットカードで決済していました。現金を引き下ろすことができなかったので、ルームメイトに現金を借りて、日本の銀行口座で振り	現金は用意せず、クレジットカードを 3 枚用意して行きました。

込んでいました。	
現金は 300 ドルくらいほとんどクレカ	全部で 20 万円 8 万あるので足りるか
現金、カード 2 枚	現金 5 万円程度(基本的にはカードで生活で問題ないが、ホストマザーと旅行に行った際に現金での支払いが必要だったので念のため現金は最後の方まで残しておくべきかなと感じた)

現地で支払った住居費と食費を教えてください。	テキスト代と通学費はそれぞれいくらぐらいかかりましたか。
食費月に1万円ほど	7千円のテキスト、バスは無料
遊びに行ったときに自分で払う食費のみで6万くらい	テキストはちゃんと買うと60ドルくらい、コピーすれば5ドルとか 通学は学生証でバスがタダなのと送ってもらえてたからかかってない
ランチ代のみ自費だったが、前日の夜ご飯の残りをもっていったのでほぼかからなかった。忘れた際に、行内で買う際は、安くても 10 ドルはした。	教科書代は 1 学期、約 60 ドル。通学費は学生証を使えばバスが無料で乗れたのでかからなかった。
基本食事は用意してくれているので友達と旅行や外出に行った時のみ 10~30ドル程度払った。	通学費は無料。またテキストに関しても、授業内で使用するものと同様のものがホストファミリーの家にもあったのでお金はかからなかった。私が習った単元のところに書き込みはなかったため使えた。
0	5ドル
住居費はわかりませんが、食費はホストファミリーが外食へ行ってもいつも払ってくれたり食材を買ってきてくれたりしたのでほとんどかかりませんでした。(旅行先での食費は合計で15万円くらい)	テキスト代は教科書が 5000 円ほど、ペーパーテキスト代が 4000 円ほどでした。
もともとの留学費に含まれてるので現地で払う住居代はない。追加で払うのは昼飯と出かけた時のご飯代くらい。食費は約10マン前後。	通学日はなし。テキスト代は、7000円1冊、2000円一冊程度。
住居費は不明 食費は自分のお昼ごはん代と、食事が不十分な量かつ供給されなるときも多かったので、その時に備えて乾ラーメンなどを購入 ⇒トータル日本円で 7.5 万円ほど	通学費は学校の学生所提示で無料だった、テキスト代はみんなで買ってコピーしたので、トータル一人当たり \$ 10 ほど
住居費、食費の朝夕はプログラム費用に含まれているので特に出すことはなかったし、昼食はほとんど残り物を弁当として持って行けたのでほぼ財布からは出していない。	テキスト代は一万円した。通学費は学生証を通せばバスに乗れたのでかかっていない。
外食した時の食費	テキスト代は 57 ドルくらいの教科書、通学は徒歩
8万強	バス代は学生証を使って無料で乗ることができました。テキスト代は合計で約100ドルくらいだったと記憶しています。
食費はその月によるが 1 万円程度(昼食は基本的に用意の義務はないので自分で購入するが、ホストマザーさんのご厚意で前日の残りや家にあるフルーツやパンをもっていかせてくれた)	テキスト代は払ったが覚えていない。通学日は大学生は学生証があればバスは無料で乗れるので便利。ただ忘れてしまったときはードルやセントが必要になるので少しは常備してたほうがいい。またおつりはかえてこない。
月に 3 万くらいは食費につかった	テキスト代は誰かが本を買ってそれをコピーするので 5 ドルで足りる通学費はかからない学生証でタダで行ける

旅行(大学主催以外)をした場合の期間、費用、行先、手配方法など

カリフォルニアへの旅行 三泊四日、ディズニーランドやハリウッド、野球観戦をした
ワシントン人旅二泊三日全部で10万くらい モントリオール 二泊三日10万 NYC 6回くらい日帰り 8万
フロリダ旅行⇒費用約 1000ドル、5泊6日、カナダ旅行⇒費用約 400ドル、1泊2日、NYC⇒費用約 300ドル、1泊2日、手配などは全て Exoedia やネットでの予約を使った。オルバニーから NYC に行くなら、wanda coach という会社が一番費用が安かった。
フロリダに旅行で行ったときは飛行機で行き、4泊5日で合計 13万円ほどだった。他はニューヨークシティにバスでよく行っていた。ニューヨークシティまでのバスは 2000円から 3000円ほどだった。
5月の vacation の時は約1週間フロリダのディズニーとマイアミの方のビーチへ旅行に。友達と話し合いながら自分たちで予約。
全部自分で調べて、考えた
2週間ほどの休暇のうち 5日間ほどカリフォルニアへ旅行
一泊2日でニューヨークシティへ旅行した時はオルバニーからバスで行けるとのことだったのでバスチケット用のサイトで最安値をとって往復で大体 25ドル位でした。宿泊費も一泊当たり 40ドルで、部屋はあまり良くなかったですが、お土産を買うためにそこは節約しました。トータルで考えると一泊2日で 120ドル位でした。フロリダ旅行ではユニバやシーワールドなどのアミューズメントパークに行ったので大体 500ドル以上は使いました。
週末はホストファミリーとよく出かけていた。夏休みはフロリダへ旅行に行った。
友達とフロリダに行った。自分たちで飛行機のチケットやホテルを手配した。また、母が留学していた時のホストファミリーに会いに行った。当時、母が教えた折り鶴を私に作ってくれて、涙が出るほど嬉しかった。
カナダに旅行に行った。一泊二日。電車を使った。
5泊6日フロリダ旅行、自分で手配、15万円くらい
バケーションではフロリダに連れて行ってもらいました。5泊6日くらいの旅で、ホストシスターがフロリダに詳しくて、案内してもらいました。友達とはカナダへ旅行に行きました。
セメスター間に 2週間くらい休みがあり、私は友達と 10日間ニューヨークとロサンゼルスに旅行に行った。長距離間の移動は飛行機、現地での移動は地下鉄が少し怖かったため、バスしか乗らなかった。また時間の都合などによりウーバータクシーを利用することもあった。また帰国する前にも数日休みがあったので、二泊三日でカナダにいった。
フロリダ ディズニーとマイアミビーチに行きざつと 15万~20万くらい
LA 旅行(航空券を含み15万円ほど)、NYC 旅行(バスで1-2時間、時間によるが往復 5000円程度)、ボストン旅行(バス、UBER タクシーで1万円程度)、ナイアガラの滝(ホストマザーが同行してくださった)

その他旅行や買い物など個人的費用は何にいくらぐらいかかりましたか。

自分でほしいものを買ったり、外食、旅行、お土産で約 30万円ほどは使ったと思います。
旅行で15万円ほど
トータル40万くらい
旅行代:約 2000ドル、お土産や個人費用は約 300ドル。
10~20万円程度
計算していないのでわからない
夏用の服を買うのに 30~40ドル(4000円~6000円)はかかりました。
現地でトータルで使ったお金は大体30万くらい。
フロリダやワシントン DC に行った分⇒約 20万 ニューヨークシティに日帰り×8回⇒約 18万 その他 10万
おそらく四か月で10万円使わなかったぐらい。
42万くらい

これといった大きな買い物はしてなくても、物価高の影響でかなりの出費がありました。フロリダ旅行は10万円ほどで、カナダは6万円ほどだった。
40 万くらい
大型の旅行を除いて月 3 万円程度

5. 学習面について

語学力・コミュニケーション能力の自己分析
英語での日常会話や、人前に立って話すことができるようになった
コミュニケーション力はあがった、聞き取れるようになった、話も苦労しない程度になれた
日常会話や、旅行時の空港やホテルでの会話は問題なく行うことはできた。しかし、咄嗟に質問したり考えがまとまらずに話し出すと、文法がぐちゃぐちゃになったりうまく話せなかった。また、自分の意見を言ったり感情をありのままに伝えることが難しかった。
ホストファミリーとの四か月の生活を通して、海外で生活をする上でのコミュニケーション能力はつけられたと思った。
まだ点数としてははっきり出ているわけではないが、リスニングは以前より少しだが上がったように感じる。コミュニケーション能力に関しても、元々人と話すことがとても苦手であったが、以前ほど会話することに関しての壁を感じにくくなったように思う。
元から明るいさがさらに明るくなった。自信がついた。英語が聞き取れるようになった。英語を話すことに抵抗がなくなった。
リスニング力は3ヶ月目以降から向上した。話す機会が多かったため、コミュニケーション能力も向上したと思う。
適応力が圧倒的に変わった。意見を発するときもおどおどせず自分の言いたいことを素直に言えるようになった。別の言語でも会話ができ、相手に思いを伝えられる経験を通して自分に自信を持てるようになった
留学前と比べて英語を話すことに対する自信がついたと思うので、前よりももっと話すのが楽しくなっている。また発音が良くなったのと、英文が口から出るスピードがスムーズになったと思う。
自発的に様々な人と交流ができたと思う。母が留学していた時のホストシスターのもとへ二度遊びに行った。彼女の友人たちと野外ライブに行ったり、ワシントン DC 州にあるスミソニアン博物館に一緒に行ったりした。コミュニケーションの中で、“日本の天皇制はなぜ男性のみなのか”、“日本の歴史の中で最も好きな革命は何か”、“日本の現在の経済状況への政党のアプローチに対してどう思うか”話し、かなり会話力も上がった。
現地出身の友達ができたり、仲良くなった先生やホストファミリーと日常会話ができるくらいまでには伸びた。
語学力は2か月ぐらいで自分でもわかるくらい上がった。コミュニケーション力も最初は知らない人に英語で話しかけることは躊躇していたけど、どんどん話しかけられるようになった。
語学力は日に日に伝えられることが増えていくのが実感でき、同じことを伝えるにも多くの言い回しがある中で、選べるくらいになった時は少し余裕ができたのかと感じた。
ホストファミリーが言ってたんですが英語力が上がり4か月前よりもスラスラと英語が話せるようになった今では洋画の映画を日本語字幕なしでも理解出来る
日常会話は以前よりできるようになったと感じる。3かヶ月目よりぐっと自分の英語力に変化を感じたが4か月間だったので名残惜しさを感じながら帰国した。継続的な学習が必要だと感じる。

留学前の目標とその達成度
英語で自分の思いを伝えられることや、即座に人前で話すことを目標としていたが、概ね達成できた
異文化に触れられたのが楽しかった
留学前の目標は、自分の英語力を知ること、様々なことに臆せず挑戦すること、そして日本以外の文化を知ることだった。ホストマザーやスピーキングパートナーと話したり、様々なところへ訪れたりする中で、自分がどれだけ話せなかったり聞き取れなかったりするかを直接知ることができた。また、クラスメイトと休み時間にお互いの国の食事や流行り、有名な観光地などを話したり、簡単な挨拶などを教えてもらったりして、日本以外という大きな括りで

<p>はなく、それぞれの国への尊敬の心や興味を持つことができた。</p>
<p>留学前に掲げていた語学力の上達は、かなり上達してコミュニケーションをとれるようになったが、まだ全然十分ではないのである程度は達成できたと思った。そして、SDGsへの理解を深めるという目標は授業を通して達成できたと思った。</p>
<p>留学以前の目標として語学力、コミュニケーション能力の向上を挙げていたが、大幅に上がったとは言えないものの、以前よりも少しは上がったと言えるだろう。</p>
<p>リスニング力はこれまで課題としていたので、向上できてよかった。</p>
<p>留学前は英語で冗談を言い合ったり理解したりできるレベルまで英語力を上げることを目標としていました。ホストファミリーのお向かいのお友達とも年齢が近いこともあり、たくさん話したり食事したりと些細な日常も大事にしていました。達成度としては残念ながら完璧にジョークなどを理解できないことも多々あり、達成することはできませんでした。しかし僕が言った冗談や日本でも友達と話すような会話は相手も凄く笑ってくれたり喜んでくれたりしたので、充実度はかなりありました。</p>
<p>今回の留学の目標は、海外に出るのが初めてだったのでできる限り吸収しまくろうと思って行ったので、帰国して振り返るととても達成感を感じる。</p>
<p>この留学での私の目標は、今後につながるコネクションを作ることであった。この目標は十分達成された。CIAの方々と話す機会があり、2年後、卒業の際にCIAの本部に来ないかと誘われ、約束している。帰国後も密に連絡を取り合っている。</p>
<p>留学前は、英語をツールとして話せるになって帰ってくるのが目標だったので、達成できた。</p>
<p>留学前の目標は、語学力の向上、現地の文化を学ぶ、友達を作る、アメリカのSDGを学ぶ 達成度は10割</p>
<p>留学前は自分は英語ができる方だと思っていましたが、留学してみて、自分より学習期間が短いのに流暢な人や3ヶ国語操る人もたくさんいて、自分は語学が好きだけで実力はまだまだなんだと思い知らされました。</p>
<p>スピーキング力を上げたいって思っていました。85%くらいは満足するくらい上がったと思う</p>
<p>よりすらすらと自分の意見を述べられるようになりたい。</p>

留学を通しての成長ポイント
<p>くじけない心とポジティブさと切り替え</p>
<p>自分の苦手なことやできないことを知ることに対して恐怖心ではなく、それを克服してもっと向上していきたいという気持ちを持つことができるようになった。また、自分の発音に対して、放課後先生に聞きに行ったり、疑問点を質問したりと、成長のために今まで日本ではやってこなかったことに取り組めるようになった。</p>
<p>怖がらずいろいろな人とコミュニケーションをとってみるというのも留学前はできなかったことで成長した点だと思うし、知らない人達だけのところに混ざってバスケットボールをしたり、いろいろなことにチャレンジするという力も身についたと思った。</p>
<p>自分の短所がよく分かった留学だった。今までコミュニケーションが苦手の一言で済ませていたが、根本としては自分が人から何か言われたときにいろいろ考えすぎたり、リアクションだけをして次の会話に進めるような努力をしていなかったりしていたことが、改めて分かった。成長ポイントではないかもしれないが、この気づきを生かして成長できるようにつなげていきたい。</p>
<p>自信</p>
<p>世界には様々な考え方・捉え方があるんだと知ることができた。一つの事に関して色んな立場からの意見、考えをもてるようになった。</p>
<p>たった約4か月、されど約4か月といった感じで、短い期間でも以前の自分よりも圧倒的に自分に自信を持つことができている。親元を離れ、何をすることも自分で考えて行動し、そうすることで友達ができ、ホストファミリーとも仲良くなり、英語力も伸び、自分でもこういうことができるんだと自信を持ってたからです。</p>
<p>留学を通して、人とのコミュニケーション能力が上がったと思う。アメリカの人は日本人よりもフレンドリーなので友達とか知り合いじゃない人でも声かけられるメンタルが身についたと思う。</p>
<p>多くの時間を共にしたホストファミリーはかなり契約違反で、不道德だと“私の価値観”では思う。しかし、それをよとする価値観の人もいるということも学んだ。社会に出ると、ルール違反や不道德な行いをする人と顧客として対応することもあるだろう。そのような場面に直面した時に、自分の価値観の</p>

のさしだけで押し量らず、大人な対応をとる大切さや対処の仕方を覚えた。そしてその際に、辛い状況に置かれたとき、あまり悲しまず、悲観的に考えないようにする大切さを覚えた。
問題解決能力、予想しないトラブルが起こっても冷静に対処する能力、失敗を恐れずにとりあえず英語で伝えてみようとする勇気、など。
積極的に行動できるようになった。コミュニケーション能力、スケジュール管理能力が身についた。
英語力には自信をつけることができたので、日本に帰ってきて困っている外国の人がいたらすぐに声をかけることができるようになった。これはバイト先でも生かすことができ、留学が終わってしばらく経った今でもニューヨークで学んだことを覚えていられます。
色々な人に話しかけることが大切休日ホストファミリーと出かけなかった時は 1 人で外出しカフェに行ったりお散歩したりその時色々な人に話しかけたり話しかけてもらって英語を話す環境を作ったり
日に日にメンタル面において自信がついたと感じる

留学前/留学中/留学後の語学学習に対するモチベーションの変化

留学前よりもモチベーションが上がった
最初はわからん過ぎて少し落ち込んだ、途中でわかり始めて何をやるにもやってみようどうにかなる精神になった、最後はひたすらにもっといたい
留学前は楽しみな気持ちは大きかったが正直勉強に対するモチベーションは低く、勉強することへの嫌悪感が高かった。アメリカの大学に通い始めて、周りの生徒との英語力の差があまりにも多いことや、先生が言っていることがわからないことが多く、悔しいと思いはじめようになった。それから、賢い生徒に勉強方法を聞いてそれをまねしてみたり、先生に放課後質問したり、テストでは毎回満点を目指すようになったりして、英語で意思疎通ができることの楽しさを知ることができてモチベーションが上がったと思う。帰国後は、TOEIC に申し込んで勉強に励んだり、留学時の気持ちを途切れさせないようにしている。
留学前は留学にむけて前までからやってきた勉強プラス会話力をつけるためにモチベーションを高く保つことができたし、留学中は海外で生活してみても自分の英語がこのままではダメだと強く思い焦りもありさらにモチベーションはあがった、そして留学後は留学で学んだことを忘れないように、無駄にしないように、そしてさらに今後英語を上達させていけるようにというモチベーションです。
大した変化はないが、英語をもっと丁寧に学ばなければいけないと感じるようになった。単語を覚えたと思っていたとしてもなかなか実際の会話の中で使えなかったり、聞いたことのある単語なのに意味が分からない、また聞き取れない、ということが起きたためだ。これが起きないためには単語を暗記するうえで、より反復して覚えたり、実際の文章を使って、また例文を使って覚えていく必要があると感じた。
洋画を見る気になった
全て一貫して、英語をもっと自分のものにしたいと言う思いはある。そのために何かしないとと言う思いは留学後に強くなってきた。
留学前: 割と積極的で、単語やフレーズは覚えたりしていたが、会話は全くと言っていいほどしていなかった。留学中: 会話力にフォーカスし、間違うことを恐れないでひたすら英語で会話をした。留学後: 会話力の重要性がより高まって、英会話スクールに通いたいと考えている。
留学行って見て、全然わからないこともたくさんあったし、自分の弱みを知ることができたので、帰国してまたそれを克服できるように頑張っていきたいなとモチベーションが上がった。
幼少期から抱き続けているブレることのない自分の目標と軸があったので、一貫して向上心を持ち続けることができた。途中、ホストファミリーの態度に精神的に病んだが、大好きな日本のグループの動画を見ることで気分を上げ、耐えて頑張り続けることができた。
留学前は正直、自分のために頑張ると言うことにモチベーションがなかったが、自分と同じように留学に来ている人はやはり、こうなりたい、というものをしっかり持っている人が多く、なんとなく英語を勉強していた自分はそういう人たちからかなりいい影響を受けた。
留学前 語学力に自信がなく、不安を感じていた。 留学中 最初は英語が 2 割、3 割ほどしか理解できなく、話すのも時間がかかりうまく話せなかった。 留学後 向上した語学力を維持しようとする。TOEIC を受けた
留学前はニューヨークという言葉の響きにワクワクして、少しでも言語の壁を下げられるようにと勉強していました。留学中はホストマザーがメキシコの人で母国語がスペイン語だったので、スペイン語もほんの少し勉強して、語学にたくさん触れていました。帰国してからは一回生の時に学んだ中国語を思い出すことに取り組んでいます。

前 英語理解できるし勉強しなくていいや中 分からない単語ばかりだ勉強しなきゃ後 もっと外国人と話したいからもっと勉強しよう
英語に対するモチベーションは向上した

留学中 100%力を振り絞った瞬間

ボランティアに参加し、知らない人ばかりだったが自ら英語で話しかけに行った時

1人でワシントン行ったとき

毎週 1 回プレゼンテーションがある授業があったので、そのたびに原稿やパワーポイントを作ったり、人前で堂々と発表できるように原稿を覚えてたりするのを毎回全力でやっていた。準備期間が毎回平日の 2 日ほどで短かったのできつい部分があったから、すごく一生懸命していた。

バスケットボールの3対3の大会が大学で行われるとなったときに、自分はチームに参加していなかったが、大会に出たかったので、自分でいろいろなチームに交渉し、実力を見てもらい、チームに参加して大会にでてプレイができた時。

完全に力を振り絞れたかはわからないが、質問事項4で答えたsdgsの発表準備では、自分ができる最大のことをした。自分が得意なことで相手の苦手なことをカバーできるよう努力した。自分の意見もしっかり伝えながら、相手の意見も聞きながら取り組むことができた。

バスに乗り遅れそうなとき

他国からの生徒と友達になろうと思った時

現地の学生たちと一緒にサッカーをしないかと英語で誘ったとき。

留学1番苦しかったのは、毎日出される課題で、提出してもどんどん課題が追加されて期限内に提出するのに力注いだ。

人との対話の中で自分を見つめることです。日本人という枠の中では、生まれ育った国が一緒であるし、島国のため国外に出たことがない人も多く、意見が偏りやすい。アメリカは移民の人も多く、様々なカルチャーや考えがまじりあう国である。そこで、自分のことを対話の中でみつめることに力を注いだ。

最後の二か月は、トラブルが多く精神的にずっと疲弊している状態だったが、朝学校に早くついて勉強したり、筋トレを続けてストレス解消したりと、きつい中でもモチベーションを保ち続けながら頑張れたこと。

プレゼンテーションとテストが一週間でいくつか被ったとき、同時にいくつも進めるのが大変だったけどベストを尽くして、いい成績を取ることができた。

プレゼンやテストが続いた週の終わり

最後のプレゼン

旅行中は、先生やホストマザーに助けを求めることができない上に現地の人々の会話はとても速いのでコミュニケーション力の向上やメンタルを鍛えるなどサバイバル能力の向上にとってもいい経験になったと思う。

留学先大学の良かった点

放課後や週末に様々なイベントが行われていた

全部大きい、イベント多い、オーガナイザーも先生も優しい、バスが無料になる、立地的に色々行ける

先生方がすごく丁寧に授業をしてくださった。図書館やジムなど施設が充実している。留学生プログラムで休日や放課後にたくさんのところへ連れてってくださった。一人一人の成績をしっかり見てくれた。

サッカー、バスケ、卓球、ビリヤードなどをできる環境が整っていて、現地学生と触れ合う機会も多かったところが良かった。

いろんな人と関わる機会のある大学である点。IELP の行事として本学の生徒と関わったり、友達と外でバレーやバスケをしていた時に声をかけられたりしたからだ。

自然、nycまで近い

・大学内がほんとに綺麗だった・週末のアクティビティが多かったこと・現地、ニューヨークの歴史を学べるアクティビティ、授業があったこと・ジムがあり、運動不足にならなかったこと

内装も綺麗で、先生方がめっちゃくちゃ優しくて明るい方々だった。

ほとんど参加できなかったが、とてもたくさん活動があった。市の美術館に行ったり、ニューヨークシティやボストンにデイトリップで言ったりした。交通の便があまり良くなかったが、学校の活動のおかげでボストンに行くことができてうれしかった。

留学した大学は、施設がきれいでカフェテリアも広く、自習できる場所も多かったので勉強できる環境は整っていたと思う。

たくさんアクティビティが用意されていた。

ショーケースと呼ばれる学生たちが研究結果を大きなポスターにまとめて発表するイベントや、バーベキューのようなみんなで食事することで仲を深める機会が多くあった。

ニューヨークのマンハッタンに近いまたカナダに行ける遠足プログラムがあるので楽しかった

毎週学校でイベントが開催されていた