2023 年　長期留学帰国報告書（秋派遣）

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	大学・大学院学位留学
留学先大学	University of Minnesota Morris
留学先国	アメリカ
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	コミュニケーション
各学期の合計履修単位数	春学期１２単位、秋学期１２単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to US history/Introduction to Psychology/public speaking and Analysis/Introduction to Geology/introduction to Anthropology/introduction to communication

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Public speaking and analysis, この授業では全部で５回あるスピーチの練習や構成を学期を通して勉強し、実際にクラスの前で発表するというものです。このクラスのおかげで、就活のグループディスカッションや人前で話すなどの私が苦手だったことができるようになった。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

Public speaking and analysis, このクラスではとても顕著な成果を上げることができましたが、それと同時にこのクラスが一番困難です。英語力が周りのネイティブスピーカーに比べるとないので、意見や考えを話すうえで、問題があったり、人前で話すことが苦手だったので毎回授業の後に教授と話し合いしたりなどとても大変でした。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

１日１０単語などで語彙を増やすのが効果的だと思う。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館

【授業以外の活動について】

2023 年　長期留学帰国報告書（秋派遣）

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ボランティアや部活動、友達と運動するなど、海外でしかできないことをしていました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

スポーツ

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

人が多いところに行かない

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

一人旅をしていた時に Sim カードが使えなくなったこと。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

一年間の留学を通して責任感と自信をもつことができた。それらを持ち、社会人として一人前な人になりたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券３０万/海外保険３０万/ 日本の保険３０万/合計９０万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

責任感と自分の意見をしっかりと持つべきだと思う。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

2023 年　長期留学帰国報告書（秋派遣）

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部スペイン語学科
学年	4
留学プログラム	2 ヵ国留学
留学先大学	University of Malta, Dalarna University
留学先国	Malta, Sweden
留学開始日	2022 年 9 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	社会学、教育学、観光学、歴史学、メディア学
各学期の合計履修単位数	マルタ大学　秋学期：Credit24　春学期：Credit24　ダーラナ大学　秋学期：Credit30　春学期：Credit22.5　（1 科目未発表 Credit 7.5）

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Gender, Poverty and Development/Introduction to Gender and Sexuality/Enjoying English in the Early Years/Judaism: Past and Present/Imperial Spain/Young People and Social Inclusion/The Swedish Education System/Introduction to Swedish Culture and Society etc

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

マルタ大学において Gender, Poverty and Development という授業を履修した際に A 評価でした。最後に提出するエッセイで評価されるのですが、貧困地域における女性の生理事情について論述したセクションがよくできていたと後日フィードバックで伝えられました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

今までに勉強したことのないフィールドの授業を履修することが多かったため、基礎知識がなく他の生徒と比べると劣っていることが多かった。そのため、基礎的な授業であっても知らないことが多く、それを補うために時間がかかってしまったことがよくあった。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

マルタ大学はグループワークよりも個人で授業に取り組むことが多く、課題もエッセイのみで評価される授業を履修していたため、自分でいかに努力するかが大事になる。ダーラナ大学ではグループワークや発言する場面が多く、授業前にどれだけ準備できるかが大事だった。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

マルタ大学は図書館や、寮に共有スペースがあり、そこで勉強をすることができる。しかし、静かな環境とはかぎらない上に、席が限られていることがよくあった。ダーラナ大学にも図書館と学生アパートに共有スペースがあった。図書館は基本的に会話可能だったが、自分で静かな部屋を予約して使うことができる。アパートの共有スペースも事前予約が必須。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ヨーロッパ各地から来ている留学生と交流する機会が多くあったため、英語以外の言語に触れることができたり、その文化を身近に感じることができた。一緒に生活することで価値観の違いや、認識のずれもよくあったが、それを解決するためにどうしたらいいかを考える力であったり、話し合いを通じてみんなが納得できるように結果を出すということをよくしていた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

休みの間はヨーロッパ各地を旅行することがほとんどだった。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

やりすぎではないかというくらい安全には気をつけたほうがいい。特に旅行をする際には気が緩めず、「私だけ大丈夫」と思わないように行動することが大事だ。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学中に日本語を教えるボランティアとしてイベントを企画して運営したこと。日本語に対する知識があまりない現地学生に対して、どのようにしたら楽しく日本語が学べるかを考え、もっと学びたいと思ってもらえるようなイベントを運営できるように試行錯誤したことは自身の成長につながったと考える。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は失敗を恐れて新しい挑戦をすることはありませんでしたが、留学中はできる時に全てするという考えを持ち、何事にも挑戦をしました。この経験をこれからの人生の選択でも生かしていきたいと考える。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券（最高 20 万、最安 12 万）、フルスカラシップのため食費・寮費の自己負担はなし。2

2023 年度　長期留学帰国報告書

年間留学中の旅行で 600 万（３５カ国、９４都市）

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

私にとって２年間の留学は長いようであっという間に終わりました。やりたいことはできるうちに全部行動して、後悔しないように生活するのが一番なので、なんでも後回しにしないようにということをアドバイスしたいです。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

継続する力、新しいことに挑戦する気持ち、向上心などをアピールしたい。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

航空業界で客室乗務職を目指して就活を継続中。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	4
留学プログラム	2 ヵ国留学
留学先大学	University of Lethbridge/Keimyung University
留学先国	CANADA/SOUTH KOREA
留学開始日	2022 年 9 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	社会学
各学期の合計履修単位数	カナダ：春学期　9 単位　秋学期　9 単位　韓国：春学期 12 単位 秋学期 12 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Sociology/Women and Gender Studies/Feminist Theoretical Frameworks/World History/ Psychology/World Religions/social problem/ Korean culture/ Diversity, social justice&social work practice/Korean work place/criminal justice/ ICT and Society/social welfare/social work practice

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

カナダでの心理学（Introduction to Psychology)が最も学習成果を得ました。主に内容は脳神経や脳のどの部分が身体に影響し心理に影響を及ぼすのかというものでした。履修当初は周りの友人たちから履修合格することが困難な科目と聞き不安になっていましたが、毎日数百ページの教科書を読み予習に力を入れました。授業を録音し復習にも力を入れることで授業内容を深く理解し、3 度のテストすべて 7 割を取ることができました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

授業内容の専門用語を聞き取ることやすでに授業内容のバックグラウンドをもつ学生たちとのディスカッションが困難でした。授業内容に関しては、予習としてテキストを事前に読むことに加え、授業を録音し、録音内容を聞きながら復習しました。ディスカッションにおいては、分からないところは話し合いの中で時間に余裕があればその都度尋ねるようにし、余裕がなければ授業後に調べ次の授業に備えました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

英語はあくまで学習やコミュニケーションの手段であり、専攻分野の授業を理解することとはまったく異なるので、授業内容を理解し知識をつけることに重きをおきながら課題や授業に取り組むのが良いと思い

ます。ライティングセンターや授業内の友人など頼れるところはすべて頼ることで多くの人に支えられながら学習に取り組めるので精神的な負担も軽減されると思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

University of Lethbridge ではライティングセンターと図書館を主に利用していました。 啓明大学ではインターナショナルラウンジと図書館にある X-Space を利用していました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外は主に友人たちと過ごしました。パーティーに行ったり旅行に行ったりご飯を食べに行ったりと本当に多くの時間を多くの友人と過ごしました。世界中の様々な多くの友人ができたことは一生の宝だと思います。共に過ごす中で話したことや喧嘩したこともすべて良い思い出です。今年には友人が大阪を訪れ共に旅行をする予定でやはりここまでの付き合いができる友達ができたことに感謝しています。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

カナダ留学期間中はアメリカに 1 人旅行をしたりアメリカに滞在している友人たちと旅行に行きました。またカナダ国内も友人たちと旅行をしました。韓国留学期間中は二週間ほど韓国国内を旅行した後日本に帰国しアルバイトや日本の友人と時間を過ごしました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

現地の人のように堂々と歩くことかなと思います。それに加え、NO ということは大事だと思います。カナダにいたときはインターナショナルセンターの方に日本人学生を対象に性被害が多発しているがあなたは大丈夫かと聞かれたことがあります。なのでどの場面においても嫌なことにも NO ということは大切だと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

なにか 1 つこれというよりも、日常の中の小さな悔しさが自己成長に繋がったと思います。授業がおもうように聞き取れず理解できなかったときや、友人との会話で知らない英単語やスラングが多発したときや些細な悔しさを感じるその都度調べ次の機会までには使えるように心がけたことで、その習慣が身に付いたとともに成長に繋がったと感じます。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていく

2023 年度　長期留学帰国報告書

か記してください。

留学前は良くも悪くもやりたいことが多すぎて何事にも広く浅くという状態でした。しかし留学での学びや人々との関わりを通して得た社会学の知識や英語力、価値観の多様さなど吸収したすべてを今後教員という夢を叶え、教育の現場でそれらを子どもたちに伝えていきたいと考えています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

カナダ：航空券（往復）30 万円　旅行費+お土産代（カナダ国内、アメリカ）100 万円　韓国：航空券（往復）2 万円　旅行費、生活費、お土産代 80 万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

SNS でみるようなキラキラした留学生活ばかりではないですが留学を終えた後は自他ともに認めるほど成長していると思います。私の場合は自身のしたいことが明確になったこともあり、自身の意見やすべきことをきちんと言葉にして周りに伝える機会が多くなりました。なにかにつまずいたり自信をなくしても必ずその経験があなたの成長に繋がっているので留学先でしかできないような失敗をとことん楽しんでください！

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

日本の企業に 2、3 社ほどエントリーし、1 社は 3 次面接まで進みました。

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定：先日留学先から帰国したのでこれから本格的に就職活動を始めようと考えています。教育関係に進みたいので塾講師やインターナショナルスクールをみています。しかし卒業後は教員資格取得のために通信大学に通う予定です。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、出版物への体験談掲載、高校生へ

2023 年度　長期留学帰国報告書

の留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	3
留学プログラム	専門留学
留学先大学	Bishops University
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	主に社会科学の分野で、授業を履修しました。社会学、基礎の授業や、ジェンダーの授業を履修しました。また他にも言語学の授業や古典研究の授業も履修しました。
各学期の合計履修単位数	春学期：12 credits、秋学期：12 credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Sociology/Introduction to Global Studies/Sociology of Gender and Society/Sex and Gender/International Political Economy/Issues in Language and Linguistics/ Rome Under the emperor/On the way to the good life

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

On the way to the good life：初めは、授業についていくことに、苦労をしました。しかし努力と改善を繰り返し、最後には、全てのクラスのディスカッションについていくことができました。授業の教材は、ソクラテスなどの哲学者の本を数冊読んで、ディスカッションをするという形で、授業の教材が難しかった上にディスカッションの内容も難しかったので、苦戦していたのですが、予習、復習を入念にすることと、わからないことがあるとすぐ先生に聞くということをして、次第についていけるようになりました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

リーディングにとても苦労しました。ほとんどの教科、数十ページのリーディングが毎授業あり、そのリーディングをこなすのに、とても苦戦しました。毎週末は、ほとんどリーディングに時間を費やしました。友達や、先生にアドバイスを聞き、リーディングのコツや、リーディングを上手に授業でいかしていくコツをもらいました。その後、以前の 2 倍の速さで、文章を読むことができ、理解力が上がりました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業に関しては、わからないことがあるとすぐ先生のオフィスアワーに先生に会いに行き、アドバイスをもらったり、そのトピックについて追加の説明をしてもらうことだと思います。グループワークに関しては、チームメ

イトとしっかりコミュニケーションを取ることが重要だと思います。しっかりコミュニケーションを取ることで、お互いの状況、作業の進め方等を知ることができるので、上手いグループワークができると思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学内には、writing service があった。Writing service は、毎回、好きな先生を指名することができるので、安心して気の許せる先生と毎回面談ができる。文の構成、アイディアの使い方等を指導してくれます。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外の時間の中でも昼食時間は、食堂にいる他の留学生に話しかけ、積極的に交流を図りました。また休日はできるだけインターナショナルオフィスが開催しているイベントに参加したり、学校のスポーツチームの応援に行ったりするなどコミュニティに参加できるように積極的に行動しました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

学期終了後、大学寮に数日間過ごし、その後寮で仲良くなった友人と ５ 日間の旅行に出かけた。大学の食堂が閉まっている期間は、近くのスーパーで食料を買って、自分で自炊をしました

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

現金やパスポート、重要な書類は、鍵をつけて保管できるところに保管していました。大都市などに旅行に行くときは、スリや置き引きに十分に気を付けて行動していました。夜外出するときは、一人では外出せず、必ず、他の友達や、男友達を連れて、外出しました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学生活の中で自分自身の成長に最もつながったことは、留学生や他の生徒と交流をしたことだと思います。様々な人の交流を通し、多くのことを学びました。多文化を知ることができたことに加え、自国についても知ることができました。また、様々な人生観を知ることで、自分の視野を広げることができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学経験を活かし、これから、多文化の人達との仲を取り持つ役割を担えるよう人になりたいと思います実際、留学中、他の国の留学生と、現地学生、日本学生を取り持ち、集まりなどを計画しました。実

際、文化の違う国の人たちを一つの場所に集め、交流会を開くことは難しかったです。しかし、一つ、一つの文化を理解、尊重することで、各国の特徴を理解し、スムーズに進めることができました。この経験から、将来、日本と外国を取り持つ役割を補い、日本と外国の懸け橋になりたいと思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券３０万/海外旅行保険/　教材費　約３万（１セメスター）　８か月/フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

いろんな人と話すこと。昼食時や、夕食時、食堂に行くと、多くの人がいるので、話しかけてみたりして、交流関係を広げること。あまり部屋にこもったりせず、イベント等があると、積極的に活動をすること。授業に関しては、わからないことがあると、遠慮せず、先生やクラスメートに聞くこと。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

色んな人と話したことで、自分の価値が広がったこと。様々な文化について知り、異文化理解を深めたことで、他国の人たちを繋げる経験をしたことについてアピールをしたいです。また、授業からは、グループワークの重要性、チームメイトと円滑にグループワークを進めるスキル等を学ぶことができました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定。海外と関わるお仕事をしたいので、外資系企業か、海外に支店がある日本企業に就職したいと考えております

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	4
留学プログラム	専門留学
留学先大学	Trent University
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	Sociology, Canadian studies, International Development Studies, Arts and Science
各学期の合計履修単位数	秋学期：2.0 credits　冬学期：2.0 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Sociology I/ Arts and Science I: Interdisciplinary Perspectives/ Human Inequality in Global Perspective/　Conflicted Canada/ Hockey and Canada/ Canada: Images and Realities of a Nation/ Introduction to Sociology II/ Issues in Global Human Inequality

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Hockey and Canada: この授業では、カナダの代表的な国民スポーツであるホッケーを、歴史・文化・スポーツ・政治などの様々な側面から学び、考察する授業でした。授業を受ける前は、カナダに関する知識もホッケーに関する知識もあまりありませんでした。しかし、この授業を通してカナダ人のホッケーに対する意識や情熱を知れただけでなく、カナダの歴史的・地理的・政治的問題についても詳しく知ることが出来ました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

一人部屋に住んでいたので、どうしても一人になってしまう時間が多かったです。最初はプライベートな空間が確保されていてルームメイトとのトラブル等なく良かったのですが、カナダの冬は晴れる日がとても少なく、憂鬱になってしまうことが多々ありました。この困難に対処した方法としては、週に 3 回部活に参加すること、ジムに毎日通う事、友達の寮に遊びにいくこと、友達と食堂でご飯を食べたり図書館などで勉強する時間を積極的に増やし、一人でいる時間を極力減らしました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業には準備をしていくこと、困ったら遠慮せず友達や先生に頼ること、間違いを恐れないこと！大学が

2023 年度　長期留学帰国報告書

開催している勉強会や Writing cafe、アカデミックアドバイザーの制度を頻繁に活用していました。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

キャンパスには基本どこにでもコンセントを挿せる所があり、ノートパソコンを使う課題がほとんどだったので本当に助かりました。アカデミックアドバイザー制度（予約制）があり、対面、オンラインまたはメールで学習面に対する相談や、レポートの添削、課題の質問などをすることが出来ました。月に数回は Writing Cafe と言って、リラックスできる勉強スペースで飲み物やおやつ（無料）を頂きながらレポート作成等に集中できるイベントがありました。ここにはアカデミックアドバイザーの方々がついてくださるので、わからないことがあれば直接すぐに質問できました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

大学や地元の団体が主催している国際学生むけのイベントには積極的に参加しました。また、２学期目からは、柔道部に所属し、週に２、３回は部活動に励みました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬休みは、申請して追加料金を払うことで寮に滞在することもできましたが、申請しませんでした。私は現地の学生よりも他国から勉強しに来ている学生と仲が良かったので彼らの実家に滞在させてもらうという選択肢もありませんでした。そのかわり、カナダ人の知り合いをつたって、老夫婦の家に数日滞在させてもらえることになり、クリスマスも老夫婦の親戚みんなで一緒に過ごしました。年末から年明けにかけては、関西外大に留学に来ていた時に知り合ったフロリダの友達のお家に遊びに行き、そこで一週間過ごしました。フロリダからトロントに帰る前に NYC に３日間滞在しました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

していません。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

カナダは他の国に比べ安全でしたが、暗くなる前に帰ること、寮や学校の敷地以外であまり一人で行動しないこと、遠出をするときはその土地に詳しい友達と出かけることなどに気を付けていました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

カナダは多文化国家というだけあって、様々な文化や考え方の違いを受け入れ協調性を育むことが出来ました。また、どんな些細なことでもいいと思ったら褒める文化なので、私も人の良いところを探し褒めるようになりました。他には、YES/NO をはっきりと言わなかったことでトラブルに繋がってしまったことがあるので、それを機に、自分の意見をしっかりと主張するようになりました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

夢は変わらず外資系客室乗務員になることです。今後は、続けて英語力を強化しエアラインを受験します。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券３５万/海外保険１８万/キャンパス保険８万/教材費３万くらい（PDF が利用できたので安かったです）/旅行５０万くらい（ケベック、モントリオール、トロント（数回）ケベック（スキー）、フロリダ、ニューヨーク）、実家から仕送り２４万（３万×８か月）/合計１３０万くらい/８か月間/フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学前に外大にいる留学生との交流などを通じて話すことに慣れておくことで、留学先大学で友達をつくることがとても簡単になります。さらに外大で出来た友達とのコネクションが、留学先でさらに広がることがあります。私はカナダ留学中、外大でできたフロリダの友達の家に遊びに行き、そこで新たなコネクションを広げることが出来ました。また、自分にあった勉強方法やノートの取り方、レポートの作成の仕方などは事前にある程度把握しておくべきです。最後に、日本についてたくさんの質問（歴史や文化、宗教、政治、アニメなど）を受けるので母国である日本のことも怠らずしっかりと勉強しておくべきです。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学生活を通して、様々な文化的宗教的背景をもつ人々とたくさん交流を行い、日本人としての視野だけでなく、より広い視野で物事を捉えられるようになりました。また、物事をポジティブに捉え、何事にもまずは挑戦してみようとするチャレンジ精神が身に付きました。さらに、日本人のいいところである気配りをしながらも、他人の意見にうなづくだけでなく、自分の意見もはっきりと伝えることができる力が身に付きました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

卒業後すぐは、海外インターンシップと外資エアライン就職（客室乗務員）の二択で考えています。夏

からの就活状況で決定します。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営、高校生への留学体験発表

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	4
留学プログラム	専門留学
留学先大学	The Hague University
留学先国	Netherlands
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	社会学
各学期の合計履修単位数	42ECT s

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Issues in 21st century Eur. Society/Survival Dutch/Cultural Theory and Popular Culture/Introduction to Dutch Culture and Society/American Studies/Art and Globalization/Gender and Sexuality/ The Americas/Great Britain and Ireland/Philosophy, Art and Culture: Esthetics

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

American Studies　アメリカの歴史、文化、政治、経済、法律などアメリカについてのすべてを学ぶ授業でした。アメリカのことを何も知らなかったが興味があったので履修しました。しかしこれらすべてをカバーするには授業も早いスピードで進んでいき、復習が必須のクラスでした。学期末にテストがありましたがすべて Open question で質問に対する浅い知識では、答えれるものではなかったので、勉強に時間がかかりました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

テスト三週間前から毎日必死に勉強しました。図書館にこもって一日中勉強して、帰ってからも寝るまで勉強しました。困難にぶつかるということは自分のその時の努力では足りていない証拠だと思うので、その壁を乗り越えるまでの努力が必要だと思います。クラスメートと共に勉強することで、新しくもらえる情報も多いし、ずっと一人でするよりも孤独感もなくなるので時に友達と勉強するのもいいと思いました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

グループワークは、その名の通り、数人が一つのグループで物事に取り組むのでコミュニケーションは欠かせません。日本人はあまり発言的ではないですが、発言しないと何も進みません。発言していいのか迷うなら絶対にしたほうがいいです。間違えたことやその場に合わないことを言ってしまったならそのあと修正すれ

2023 年度　長期留学帰国報告書

ばいいだけなので、グループメンバーとのコミュニケーションは彼らとうまくやっていくにも、取り組んでいることの進歩にも欠かせません。自分の意見をもって自信をもって発言してください。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書室にはグループワーク用のスペースで話しながらできる空間もあれば、話すことが禁止されているスペースもあるので自分のその時の状況によって、自分に合ったスペースは必ず見つけることができます。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

学期のはじめは、友達を作るためにも、留学生のイベントなど積極的に参加しました。ジムに行ったりして適度な運動もしました。授業が同じ子としか友達になれないと思っていたけど、出会いはどこにでもあると身をもって感じました。ジムで出会って今も仲いい友達もいますし、友達の友達と会うなど、今でも私がつながっている友達は、ほとんどの子が授業外でできた友達です。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬休みは、イギリスで高校生の時に語学留学の時に私を受け入れてくれたホストファミリーを五年ぶりに訪れ、クリスマスやお正月などの休日を過ごしました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

していません。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜は一人で出歩かない。グループならいいと思いますが、男の人がいるとより安心です。日本より安全な国をヨーロッパで見たことが有りません。それと保険に入っていても、海外にいると病院にいけなくなった時に大いに不安を感じると思います。私は普段から自分の健康管理を日本にいたときよりも気を付けました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

今まで一人で暮らすことをしたことがなかったので、生活面での自立はもちろん初めは友達もあまりいなかったので学習面においても、誰かに相談したり頼るのではなく、自分の力でぶつかった壁を乗り越えるしかありませんでした。しかしそれらは、自分自身が大きく成長するのにつながったと思います。私は人に頼りがちだったので、自分で責任をもって行動することの重要さに気付き、それを実行することができた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

自立の重要性に学んだ今自分の快適ゾーンを超えていろんな場所でいろんな新しいことに挑戦したいと思っています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

飛行機１３万、食費 4,5 万/月、電車賃 4000 円（アムステルダムに行くときの両道）

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

食費 4,5 万

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

言語力、主体性

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

まだ未定ですが、食品メーカー又は食品商社で日本食を世界に広めるようなグローバルなところで働きたいです。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	3
留学プログラム	専門留学
留学先大学	Orebro University
留学先国	Sweden
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	Communication
各学期の合計履修単位数	30

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Swedish Politics and Policy/Public Relations and Applied Communication/Media Communication and Sustainability/Business Adminstration, Supply Chain Management/Teach and Learning/Visual Communication/Special Needs Education/Diversity in Classrooms

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Visual Communication: 商品のパッケージや映画のポスターに関して、それらの視覚的効果について学び、環境問題に関するポスターやビジュアルマテリアルを分析する課題に取り組みました。最終課題は一度落としてしまいましたが、フィードバックを適切に分析・理解して、再提出し B というかなり良い成績を残せました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学先の大学では月末のテストもしくは課題のみで成績が決まり、普段の出席は授業態度は成績に反映されないので、好成績を残すことが困難でした。とくに、Swedish Politics and Policy では月末に 4 時間ほどのエッセイのテストがあり、手書きでリファレンスなしでの回答だったので記憶を頼りにエッセイを完成させるしかなく、専門用語の暗記に苦労いたしました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業の最終課題に関しては、提出直前の授業でエッセイを評価する授業があったり、課題に関する質問会が行われていたりするので、そういった授業に積極的に参加し、確実に成績を取れるエッセイを作成することをお勧めします。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

オレブロ大学の図書館のウェブサイトを利用することで、より多くの資料にアクセスできたり、またプリントの印刷も可能であります。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

オレブロ大学の ESN というボランティアに参加し、留学生をサポートしたりする仕事をいたしました。そこでは、ただオリエンテーションプログラムを楽しむという立場ではなく、派遣されたばかりの留学生に対してどのように接したらいいのかであったり、グループ内での自身の役割を自分で理解して行動する力が得られました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

オレブロ大学の寮で、クリスマス期間中は帰国しないアジア人の友達とクリスマスや年末年始を祝いました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

学校の医療施設であったり、郊外の医療施設に関して事前に理解をしておけば、病気やケガを負ったときに迅速に対応できます。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

寮のルームメイトがフランス人ばかりで、最初は疎外感を感じて接していたのですが、フランス語を学び積極的にコミュニケーションをとるきっかけとして考え、根気強さでルームメイトとしっかりコミュニケーションをとれるようにできたことです。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

今回の留学で、スウェーデンの英語教育を学んだときに日本にはないより会話力や考察力に考慮した教育方法を学び、実際にスウェーデンで教師になって、近くで学びたいと感じました。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券２４万/海外保険２７万/旅行費計３０万/食費・住居費はフルスカラシップ/合計９０－１００万/１０か月間

2023 年度　長期留学帰国報告書

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

オレブロ大学は外大からの派遣生が多いので最初のほうは日本人と一緒にいて安心したりすると感じるかもしれませんが、思い切っていろんな人に話しかけて、色々な人とコミュニケーションをとることで、より色々な国の文化などを学ぶ機会が得られると思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

自己 PR の作成、企業研究（マイナビのアプリを通した）

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

オレブロ大学の ESN というボランティアに参加し、留学生をサポートしたりする仕事をいたしました。そこでは、ただオリエンテーションプログラムを楽しむという立場ではなく、派遣されたばかりの留学生に対してどのように接したらいいのかであったり、グループ内での自身の役割を自分で理解して行動する力が得られました。この活動を通してまたリーダーシップ力なども高めることができました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

教育業界で日本語教師になるか、物流・貿易にも興味があります。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	4
留学プログラム	専門留学
留学先大学	Florida International University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	観光学
各学期の合計履修単位数	秋学期:12 単位:春学期:15 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Intro to Hospitality and Tourism Management/Intro to Geography/Human Resource Management for Hospitality industry/Intro to Event Management/Intro to Social Psychology/International Travel and Tourism/Tourism Destination Marketing/Language and Culture/Geography of the Global Food System

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Intro to Social Psychology の授業では個人と社会である集団との心理的なかかわりについて学んだ。個人はどのように社会やグループの一部として自身を見出し、周りと接する中で自分を評価するのかについて学修した。成果としてこれまで経験してきた思考のあり方を学問として理解することができ、日常的な問題処理や周囲との接し方においてより思考を制御することができるようになったと感じる。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最も困難であったのは、課題量の多さだった。特に Tourism Destination marketing の授業は予習量が多いうえ、自身で観光地のマーケティング案を作成するというテーマであったことから毎課題にとても時間がかかってしまった。対策として行ったのは 2 点あり、1 点目は時間を設定しペースを管理しながら取り組むこと、2 点目はペンと紙を使って頭の中を整理し次に口で説明できるように意識した。毎授業取り組んでいた課題では、はじめは半日ほどかかっていたが、対策後には 3 時間ほどでできるようになった。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

グループワークでは積極性を示すことを大切にするといいと思います。留学中の授業ではどれだけチームに貢献できるか、しようとするかが重要視されていると感じました。語学力の差からネイティブの方と話す

中では発言をためらってしまうこともあるかと思いますが、相手もそれを理解したうえで発言を捉えようとしてくれると思います。自分から活動に参加しようとする姿勢を示すことでメンバーとの関係も築くことが出来ると思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

24 時間利用可能な図書館、図書館のサイトを通じてオンラインで閲覧のできる論文をよく利用していました。授業では外大でも一部導入されているＣａｎｖａを使用しました。仕様に慣れていたので使っていて困ることはなかったです。授業によってはＮｏｒｔｏｎのサイトを使って、教科書の内容をクイズ形式で回答するという課題がありましたが、学習するうえで最も効果があったと感じました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ホスピタリティ専攻として 4 日間行われたフードフェスティバルにボランティアとして参加しました。毎日異なる会場に向かい、事前に自身が希望したシフト・仕事内容を行いました。シェフのもとで料理の盛り付けを手伝ったり、コカ・コーラのスタンドで飲み物や氷の補給を行ったりととても充実した経験が出来たと感じています。最も印象的だったのは環境への取り組みとして、参加者の食べ残しや残った食べものがすべて無駄にならないように工夫されていたことでした。食べ残しは分別が行われ、まだ手をつけていない物に関してはホームレスの人に配られるなど、サステナビリティを重視する今の時代に沿った取り組みであると感じました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

大学寮（無償）にて滞在しつつ、アメリカ内を数回旅行。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N /A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜は少人数で歩かない、お酒を提供する場には寄らない、地元に詳しい友達をつくり遊ぶ際は共に行動する

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

自分の意見を自信を持って主張するということに慣れる事ができました。日本で過ごす中で空気を読んだり相手の意見を読んで配慮した発言をしてしまっていました。グループワークにてプレゼンテーションを行う準備をしていた際、自分の意見を言わず相手の意見ばかり受け入れてしまっており、メンバーにはあなたの意見を聞かせてと伝えられることが何度かありました。コミュニケーションが上手くできていないこともあ

2023 年度　長期留学帰国報告書

り、周りとの関係を築くことができていませんでした。察してはもらえないという環境の中で過ごすことで自分の意見をきちんと述べるように意識し、周りとも協調して活動に取り組むことができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学で得た自信を忘れず、今後も海外を旅して自分の人生経験を豊かにしていきたい。留学前よりも自分自身に自信がつき、周りの目を気にしなくなったという風に感じる。また海外でも自立して生活ができると分かったため、今後は数カ国での長期滞在や休暇中の海外旅行に挑戦し、さらに新しい文化や価値観に触れて視野を広げたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 20 万/海外旅行保険 20 万/キャンパス保険 40 万/旅行 70 万/お小遣い 30 万　合計 180 万/9 ヶ月間/フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

荷物は軽めにして現地で購入しようと考えていましたが、物価が高いためにとても費用がかかってしまいました。生活用品など必ずいるなと分かっているものはできるだけ持っていくようにするといいかと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、キャリアフォーラム参加、面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学で身につけた適応力は自身の強みになると考えている。寮での共同生活や授業でのグループワークなど、異文化の人と柔軟なコミュニケーションの形で接するという経験を活かし、今後もさまざまな文化背景の方と出会い協働したいと考えている。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

メーカーでの就職希望。海外との取引が多く語学力の活かせる場で日本の技術力を発信したいと考えている。

【今後の協力について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	3
留学プログラム	専門留学
留学先大学	John Carroll University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	政治科学/Political Science　国際関係論/International Relations
各学期の合計履修単位数	秋学期 12 単位/春学期 12 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Modern East Asian History/Conflict and Resolution/Comparative Politics/International Relations/Political Thought/Current Issues in East Asian Politics/Contemporary East Asian History/U.S. Military History

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Current Issues in East Asian Politics/日本・韓国・中国の東アジア 3 国の歴史背景を踏まえた現在の政治問題についての授業。2 ～ 3 週間ごとにレポートがあり、計 6 回の課題で満点を取ることができた。中間試験と期末試験のエッセイでは９６点・９３点と高得点を獲得し、最終成績では A を取ることができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

U.S. Military History/米軍の歴史に関しての授業。1 学期に 3 回試験があり、1 回目の試験がアメリカ大陸入植者の時代についてで、なじみがなく、６５%を取ってしまい、評価に D がついてしまった。そこから 2 回目の試験に向けてオフィスアワーに週 2 回通ったり、授業終わりに教授にノートを見てもらったりとサポートしてもらった。また、授業外にもアメリカ人の友人に歴史について教えてもらって一連の流れを理解したり、フラッシュカードの順番を時系列にして何回も解いたりして勉強方法を改善した。2 回目のテストは７５%を取ることができた。最終的には A-まで挽回することができた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

毎授業に必ず 1 人は友達を作っておく。質問があれば教授に直接聞きに行くかメールで聞く。私は各授業でできた友達に助けてもらって、エッセイや課題の提出前にはチェックしてもらったりアドバイスをもらっ

たりしていた。また、重要なエッセイ課題を提出する前には教授に事前に読んでもらい、フィードバックをもらうことも可能。試験は事前にシラバスなどに記載されている試験のフォーマットや問題数を踏まえて勉強することが重要。授業中に伝えられることもあるので聞き逃さないようにする。また、教授に勉強のコツや要点を聞くのもありだと思う。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

Writing Center/課題の Prompt の分析から文法・構成のチェックまで学生アシスタントがやってくれる。Center に行ったことを教授に知らせてもらうこともでき、評価 UP につながる。色んな人の予約を取ったが、どの人も優しく、親切に疑問や不安に思うところはないかと確認してくれた。私はエッセイが出るたびに通っていた。 Academic Success Center/学業の不安などを相談すると excel で点数の計算をしてくれてこれからの試験で点数をどれだけ取れば良いかなど、目標を一緒に設定してくれる。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

学校内外で開催されているイベントに参加してとにかく交友関係を広げた。小さい学校なので、友達同士が友達だったということやあるイベントで少し話をした人が次の学期で同じ授業を取っていたということが多々あったので交友関係を広げておいて損はないと思う。また、仲良くなった友達のグループに入れてもらって町に遊びに行ったり、買い物に連れて行ってもらったりもした。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬休みは１か月弱日本に一時帰国した。春休みに３泊４日でアメリカ人のルームメイトとニューヨークを旅行した。イースター休みは友達と近所に買い物に行ったり普段の週末と同じように過ごしていた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

キョロキョロしない。変わった人がいても警戒しつつ気づいていないふりをする・見ない。小さいポーチの中に学生証・クレジットカード１枚・緊急連絡先を書いたカード・携帯・部屋の鍵を入れて持ち歩いていた。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

The US Military History の授業で悪い点数を取った後に挽回したこと。私は１回目の試験で D を取ってしまい、あと２回の試験があるにもかかわらず、絶望していた。授業の内容も日本とは全く違う歴史やバックグラウンドの中進められ、全く何を言っているかわからなかった。そんな時授業外の友達の何人かに相談すると次の試験への勉強を手伝ってくれることになった。それまで活用していなかった

2023 年度　長期留学帰国報告書

Academic Success Center の利用方法も教えてもらい、Appointment を取ってサポートを受けることができた。この経験から人とのつながりがとても大切だということを学んだ。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学中にイスラエルによるガザ攻撃が始まりアメリカ国内で様々なバックグラウンドや宗教を持つ人がそれぞれの立場を主張しているのを見た。大学内でパレスチナを支持する運動やイベントがあったりそれに対するユダヤ教の人々の反応を見たりした。同じ政治学を専攻する友達とガザ攻撃だけでなくウクライナ侵攻や台湾有事そして日本の尖閣諸島問題や原爆のことについてどう思うか意見交換をした。他人の意見を否定して自分の色眼鏡ですべての物事を見るのではなく、答えがないからこそあらゆる角度からあらゆる人の立場になって考えなければいけないのが政治学だと思った。その政治学を学んで、私は日本の安全を守る防衛省で働きたいと考えている。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券２５万円/一時帰国往復航空券２５万円/海外旅行保険３０万円/教材費１０万円/旅行１５万円/ダブルルームとシングルルームの差額６万円/フルスカラシップの為、食費は大学支給。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

友達をたくさん作ること。友達がいてくれたおかげでホームシックになることがなかった。授業を一つ一つ丁寧に手を抜かずコツコツ頑張ること。友達がいれば助けてもらうこともできるし、教授と積極的にコミュニケーションを取るのも良い。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

私には主体性と適応力があります。アメリカ留学をして初めは周りに頼れる人がいなかったし友達もいなかったけど、そこで０から良好な人間関係を築きました。また、日本とは違う文化や授業スタイルの中、日本人がいない中で自分を頼りにし、時には周りに助けを求めながらも、やるべきことを明確にして１年間１つ１つこなしてきました。授業内外で自分がやりたい、参加したいと思ったイベントがあったり友達になりたいと思った人がいたりした場合には積極的に行動しました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

防衛省専門職員：高校生のころから大学入学後留学前まで国際関係論に興味があり、それを深化した政治学に関連する授業を留学先で学び、国家安全保障に携わる仕事がしたいと思い、防衛省を見つけた。専門職員になると高官通訳や資料翻訳など、英語力を生かして国防に携わることができるので、防衛省専門職員を目指すことに決めた。春学期から始まる資格センターの公務員試験対策講座に申し込んだ。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	4
留学プログラム	専門留学
留学先大学	Portland State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	心理学
各学期の合計履修単位数	36

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Organizational Psychology/ Topic: Japan and U.S. Cultures in Contact/ Essentials of Marketing/ Mental Disorders: Issues Family & Communication/ Family Communication/ Human Development/ Introduction of Business and World Affair/ Language and Society/ Introduction of Intercultural Communication

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Mental Disorders: Issues Family & Communication/内容：精神疾患の発生要因について、家族との問題やコミュニケーションの背景から分析し、アメリカで実践されている対処法について学んだ。成果：メンタルヘルスに関するケーススタディでテレビ番組のキャラクターを起用し、その人の精神疾患や対処方法に関するカルテ作成の最終レポートで満点を獲得した。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学先で最も困難であったことは、グループでプレゼンテーションを行うときに話の流れについていけずに貢献度が下がってしまうことだった。自分の英語力の専門性の低さから、グループでトピックを選びプレゼンテーション作成していくプロセスについていけないことがあった。しかし、グループの中に友だちを作り進捗を確認したり一緒に作業する時間を授業外で確保することで対処した。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

クラスに一人は話しやすい人をつくり、授業の内容や次回授業の課題についてわからないことがあったら必ず確認すること。クラス外でも、その授業を履修したことがある友人がいれば遠慮なく頼り、とにかく自分の「分かっていること」と「分かっていないことを」明確化すること。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

Writing Center: 事前予約で 30 分～1 時間のアポを取り、自分の書いたエッセイの添削をスタッフにしてもらえる、普通の教室にあるが、面談は 1 対 1 でしてもらえる。/Tutoring Center: 図書館に設置。自分の履修している授業のチューターにテスト対策やエッセイの添削、エッセイの進め方などについて相談できる。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

K-pop ダンス部に所属していた。有名な曲のフルソングカバーダンス動画を作成したり、学内外のイベントでパフォーマンスしたりした。遠征もあり、部活のメンバーと旅行することができた。週 2 回 1 時間半～2 時間の練習時間があり、カバー動画の練習やパフォーマンスの練習を行ったりした。撮影やパフォーマンス時の衣装やスタイリング、撮影、編集まで部内で行っていた。K-pop を聞いたりするのが趣味だったので、部活のメンバー内で趣味を共有する友人ができ、チームで活動している期間が多かったためチーム内で親しい友人がたくさんできた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

日本に帰国して休暇を家族や友人と過ごした。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加していません。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

ペッパースプレー（催涙スプレー）を常に持ち歩いていた。帰りが遅くなるときは、必ず友人の方から「送っていこうか？」と言われておたので、寮まで誰かと一緒に帰ったり、男友達に帰り道についてきてもらうことは一般的なことだと感じた。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

ダンス部でチームとして活動した経験。より良いパフォーマンスにするためにチーム内での密なコミュニケーションは必須だったため、英語力の向上はもちろん、継続して会う友人ができたため自分の居場所として認識することができた。好きなもの、いいと思ったものも改善したほうがいいと思うところも言語化して伝える癖がついたため、普段自分がなんとなくしか感じていない感情も言語化でき、自己理解につながった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は自分の形がわからず、自己主張が全くできない状態だったが、留学を通して、自分の頭の中

に「自分の好きなもの・気に入ったもの」、「自分の苦手なもの」、「自分の思っていることとは違うけど学ぶべきもの」のカテゴリが生まれ、「私はこう思う」という主張ができるようになったと感じ、大きな変化だと思った。将来は人とのコミュニケーションの中で自分の心地いい人・環境を自分で理解しながら、社会と付き合っていきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券：約 25 万円/海外旅行保険：約 17 万円/寮費・食費・授業料はフルスカラシップのため大学負担

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学を通していろんな側面から「自分と違うこと」を見て感じてほしいと思います。食生活や普段のルールだけではなく、コミュニケーションスタイルやアイデンティティの捉え方が日本よりも多様な場所で、様々な感覚を研ぎ澄ませてほしいです。自分と違うものをたくさん経験して、受け入れたいものは受け入れる、受け入れられなさそうなものは学ぶ、というスタンスで留学に臨んでください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

日本の学生と同じように、エントリー、ES 提出、説明会参加、面接までオンラインで行っていた。時差が合ったため、就職活動を行っていた時間は夕方 8 時頃から深夜の 3 時頃までとなっていた。

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

英語能力の向上、柔軟な思考、コミュニケーション能力、適応力、行動力

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

人材コンサルティング、英語コンサルティング職を希望し就職活動しています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年秋派遣　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	4
留学プログラム	専門留学
留学先大学	Portland State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	経済学、言語学、国際関係論
各学期の合計履修単位数	秋学期　12 credits　冬学期　12 credits　春学期　12 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

INTRO INTERNATIONAL STUDIES/JPN & US CULTURES/ TEACHING JPN AS A FOREIGN LANG/ INTRODUCTION TO LINGUISTICS/ HUMAN DEVELOPMENT/ LANGUAGE & MIND/ INTRO BUS & WRLD AFF/ SCI THRU SCI FI/ INTRO TO SOCIOLOGY

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

私にとって、留学先で最も顕著な学修成果を得た科目は、JPN & US CULTURES でした。学習内容は、主に日本とアメリカの文化を比較することで、双方の文化を深掘りしたのちに、比較をするという授業でした。結果的に成績としては、A- を取得しましたが、それ以上にクラスメイトとの繋がりや、意見の交換、また、答えが無い授業という点が自身にとって、自分の考え方や思想のブラッシュアップに直接的に繋がったので、この授業でもっとも顕著な学修成果を得たと感じました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

体調面のトラブルが最も困難であったと感じました。私自身アレルギーが酷く、気軽に現地の薬などを飲むことが出来ませんでした。そのため自分で現地の友人に頼んだり、寝込んでいる際には飲食類などを届けてもらったり、自分の親戚にアメリカで小児科の先生をしている人がいたので、その人に頼んだりしてサポートしてもらいました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業や課題への取り組み方は、何をする必要があるのか、何をしておいた方が良いのか、早めに取り組み始めた方が良いのかなど、自分のしないといけない事を明確にして、優先順位をつけて行くべきだと感じました。また、グループワークでは、主体的に動くことが最も重要だと思いました。自分の意見や、どのよ

うにグループに影響を与えたいのかなど、また、授業内外どちらでも積極的にコミュニケーションを図ることが大切だと思いました。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学習サポートサービスで私が利用していたのは、図書館にあった writing center でした。学習以外で私が利用していたのは、recreation center で、ジムやプール、体育館が一体となった施設で軽い運動から本格的なスポーツまで、自分自身または現地学生たちと取り組むことができる施設でした。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外で、私は特にスポーツに注力していました。現地学生や、現地の住民のコミュニティに参加し、サッカーやバスケットボール、バドミントンなどに取り組みました。その中で、自分を積極的に見せることの大切さと、人と繋がることの重要性を学び、スポーツを通して、1 人の人間として成長することができました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

基本的に大学寮で過ごしながら友人と外出したり、大学内の施設でスポーツに取り組んでいました。旅行は自分の金銭的な問題であまりできなかったので、その時間を個人の学習や、友人との時間に費やしていました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

生活面でのアドバイスは、信頼できる友人を少なくとも 3 人(学内、寮内、学外)で作ることで、そのような人たちを大切にすることで自分の生活もサポートしてもらうことが 1 番簡単で助けになると思います。また、安全に過ごすためには、1%でも危険だなと思うことはなるべくしないことと、生活の中で最低保証レベルのルール(夜 9 時以降は 1 人で外出しない、人を選んで友人関係を築く等)を設けることが大切だと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

人とつながり、その人たちのことを知ることが 1 番自分の成長に繋がると思いました。人を知ることから自分を知り、そこから自身の考え方や価値観を見直すことで、成長できたと思います。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

2023 年秋派遣　長期留学帰国報告書

留学に行く前から、私は英語をしっかりと話すことができたので、明確な変化としては自分の価値観が変わったことが 1 番大きかったと思います。また、この留学経験を活かして、自分の将来の仕事や、生活に、様々な観点から物事を捉えるようにしていきたいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

N/A

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

学業で使える英語よりも、日常で使える英語を習得できるように努力してください。日常生活で利用できなくても、インターネットなど、今ではどこでも英語を使えるので、とにかく日本にいる間に、「24 時間英語を使うのは当たり前」という環境に慣れる努力をして欲しいと思います。海外に自ら行って、現地で学習するので、「日本から来たから英語は苦手」は通用しません。また、話せなければ、個人としてはではなく、「日本人、アジア人」というレッテルで人付き合いをしていかなければなりません。本格的にグローバルな人間関係を築きたいのであれば、しっかりと日常的に英語を話せるようにしましょう。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

私は、逆求人サイトを利用して就活を行っていました。基本的にオンライン面接時に必要になる資料は自分で事前に作ることができるので、なるべく手間をかけずに、自身の志望する業種や企業から逆求人を頂き、オンライン面接などに取り組んでいました。

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　現在、人材派遣業界で ALT 派遣事業を行っている企業からの内定待ち

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	4
留学プログラム	専門留学
留学先大学	Syracuse University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	ビジネス
各学期の合計履修単位数	秋学期：12 credits　春学期：12 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Managerial Accounting / Principles of Finance/ Introduction to Strategic Management/Retailing Fundamentals/Marketing Research/Introduction to Supply Chain Management/Business Analytics for Management Decision/Negotiation

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

サプライチェーンマネジメントのクラスです。最終成績としてはＡ－となりましたが、全テスト、課題において 9 割以上の成績をキープすることができました。教授にもたくさんのことを教えていただいたと感じているため、この授業を選びました。サプライチェーンという聞いたことはあるものの、何かと言われると本質的にはわかっていない言葉に興味をひかれました。サプライチェーンの基本的なプロセスから実際にスケジュールを組む戦略を実際のケースを取り上げて学びました。その後の就職活動においても企業がサプライチェーンの中でどのような位置合いにあり、どのような役割を担うのか理解するのにすごく役立ちました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

授業スタイルの差、そしてそれにこたえる周りの学生と自分のアクティブさの差に最も苦しみました。私が外大で受けていた授業の多くは教授の講義を聞く時間が多く、あまり意見交換や生徒が主体となる活動は多くありませんでした。一方、アメリカの授業は答えはないものの生徒一人一人の意見からディスカッションから始まり、授業が広がっていくという印象を受けました。いざ意見を求められたときにあっているのかな、、と考えてしまう時間があり、周りとの差を感じました。ですが、予習として意見を書き出す時間を設けたりするうちに、学期が終わるころには周りからもよい評価を受けるようになりました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

スケジュールや課題のリマインドを徹底管理することです。日々の予習の量も多いですし、ぼーっとしていると期限はせまり、追い詰められます。友達との時間やクラブ活動を楽しむためにも、しっかり管理しましょう。私は期限付きのチェックリストを作ることで達成感を感じ、次の課題へのモチベーションにもつなげていました。人それぞれありますが、課題が多い分どうしたらモチベーションを高められるか自分に合った目標を見つけるようにすると、おのずとクラスも楽しくなると思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

まず、チューター制度はすごくありがたかったです。生徒どうしでの教えあいですし、授業だけでなく学校での生活をよく知る先輩と知り合えるため、友好関係の輪を広げながら学力を向上できるのですごくいい機会でした。勉強のみならず学校生活でのわからないことや悩みに対しても真摯に相談に乗っていただけました。また、図書館でのチームルームや自習室は朝から夜まであいており、自分の部屋では集中できないときに気分転換に利用していました。友達とこの時間まで頑張る！と決めて切磋琢磨したことで互いに良い影響を及ぼしあえました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

サークル活動に積極的に参加したことでできた、国籍や年齢を超えた友人が私が最も得られたものです。学生同士のつながりを増やすキャンパスコネクトという学生団体では、さまざまなイベントに参加し、自分自身だけでなく新入生や外国籍の学生同士の安心できるコミュニティづくりに取り組みました。毎週木曜日には、週替わりで各国の郷土料理をふるまいあい、異国でも家族のようにほっこりする時間となりました。異国でチャレンジしている自分だからこそつながりの大事さがわかり、サークル活動の活力となりました。日本に帰ってからも互いの国を訪れる計画をしており、一生ものの友人ができたと実感しています。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

友人のアパートにお邪魔していました。クリスマスは街へ出かけ、アメリカならではの文化を体験しました。年末には、距離や経済的な問題で帰国できない他国の学生たちとともに新年を迎えました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

周りの人に頼ることを怖がらないことです。ちょっとした悩みや疑問、ため込んでしまいがちですが、絶対にだれかに吐き出してください。私自身も到着してから 1 か月ほどは人間関係や文化の違いに悩みましたが同じ寮に住む RA にたくさん助けられました。現地の危険なエリアの把握や情報収集も重要です。あとは、当たり前ですが夜道は一人で歩かないことです。日本とは全く違います。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

Negotiation の授業の履修です。その日やることはあまり決まっておらず、生徒同士のディスカッションから始まる授業は、私に足りなかった積極性と当事者意識を成長させてくれました。世の中で実際に行われた交渉をお互いの立場を決めて取り組んだり、それについて分析しあったりしました。日本では学べないテーマですし、交渉力だけでなくそれ以上のスキルを得ることができたと感じています。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学経験の中で大きく成長した、物事を多角的にみる力はこの先のキャリアの中でも大いに生かすことができると考えます。留学先では、さまざまなバックグラウンドを持つ人々とかかわり、日本にいたころには考えもしなかった角度からのものの見方を知りました。そのような経験はこれから花王株式会社においてＰＲ戦略の立場から社会と会社の架け橋、需要をキャッチアップする役割を担うにあたって多いに役立ちます。そのようなスキルを用いて花王ファンを４倍に増やすことに貢献します。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券５０万/海外旅行保険３０万/教材費１２万/旅行３０万/仕送り６０万　　合計１８２万/９か月間/フルスカラシップのため、住居費食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学は、思っている以上につらいです。本当に。華やかなイメージの裏に、汗にじむ努力や一人泣いた日々があります。私自身も到着して１か月ほどは母に何度も帰りたいと言って毎日泣いていました。ですがそのような挫折があったからこそ、一生モノの経験ができたと思っています。その経験は誇らしく思っていいものです。挑戦した自分をたたえてあげてください。必ず報われます。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 提出、ボストンキャリアフォーラム

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

日本とは全く異なる授業スタイルのもとで培われた積極性や当事者意識は、就職活動においても大きく評価されました。世の中の課題や需要にいち早く関心を持ち、コミットする力はどの企業においても求められます。そのようなスキルを自己 PR としてアピールしました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の

2023 年度　長期留学帰国報告書

場合は今後の計画を記してください。

株式会社花王・PR 戦略部に入社予定（内定承諾済み）

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	3
留学プログラム	専門留学
留学先大学	University of Central Missouri
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Marketing
各学期の合計履修単位数	秋学期：１２単位　春学期：１２単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Mass Communication / Principles of Marketing / Principles of Advertising / Women's Voice / Consumer Behavior / Digital Marketing / General Psychology / Orientation to PR

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Digital marketing/ 座学だけでなく、実際に非営利団体をクライアントとして SNS マーケティングを行ったり、自分のポートフォリオのウェブサイトを作成し SEO マーケティングをするなど、実践的に行うことで、充実したアウトプットができた。また、グループプロジェクトを通して、英語でのコミュニケーション力も向上したと感じる。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

グループプロジェクトを行う機会が多いのだが、メンバーのモチベーションや時間を守るということへの意識が低かった。そのため、ストレスを感じることが多くあった。それらを乗り越えるために、早めに取り掛かり余裕を持って準備する、事前にリマインドを送る、個人の役割分担を明確にするなど、スケジュール管理とメンバーのモチベーション維持に力を入れた。その結果、余裕を持って準備を重ね、50 点中 48 点という高得点を得ることができた。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

エッセイやクイズなど日常的に提出する課題が多いため、漏れなくこなし点数を積み上げることが大切だと思う。また、テストも中間期末の 2 回だけではなく、学期に 4 回ほどあったり、期末テストが 1 学期で学んだ全てのことを網羅していることもあるので、勉強量や範囲がかなり多いため、計画的に学習することが必要だと思う。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館で学習サポートを予約し利用することができる。教室棟にはベンチや勉強用机が用意されているので、基本的にはどこでも勉強できる。教授も協力的なため、質問すれば、真摯に対応してくれる。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ジムや図書館など大学の施設を利用する時間が多かった。また、留学生向けのイベントなどには、積極的に参加した。留学生団体の幹部を経験したことも貴重な経験となった。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

一時帰国はせず、大学寮に滞在した。また、留学前に関西外大で知り合っていたアメリカ人の友達の家でクリスマスを過ごしたり、ルームメイトの実家で年越しのカウントダウンを行ったり、ネイティブと過ごす時間が多かった。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

田舎でも夜中は極力出歩かない。１人でいることを避ける。SNS をチェックしたり友達と話したりして、積極的に情報収集を行う。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

様々な国の友達を作り、一緒に時間を過ごしていく中で、自分が今までいかに「当たり前」や「こうしなくてはいけない」という固定概念にとらわれていたことに気づいた。その気づきから、先入観で決めつけずに、広い視野をもって考えることを意識するようになった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

語学力も含め様々な価値観が共存する環境で生活する力を身につけることができた。そういった力を活かして、国内外問わず社会に貢献できる企業で活躍したい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

住居費・食費はフルスカラシップのため学校支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

日本の文化や歴史について知っておくこと。漫画やアニメについてよく知っておくと話が盛り上がる。留学中は、とにかくネイティブの表現や発音を盗んで、真似して実際に使うことが大切だと思う。そうすることによって、それぞれの表現や語彙が自分のものになっていく。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 作成、オンラインセミナー参加、グループデスカッション練習、サマーインターンエントリー

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

文化の違いのある中で、リーダーシップを発揮し、チームを一つにまとめる力。留学生団体の幹部（PR）として活動した。主な活動としては、英語での週 1 回のミーティング、イベントの企画運営、インスタグラム管理を行なった。その中でも、価値観の違いなどで、幹部内でも雰囲気が悪くなってしまったり、運営がうまく進まないことがあった。そういった場面で、自分の価値観を押し付けるのではなく、それぞれの意見を聴くことを大切にして、チームを一つにまとめることができた。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

まだ業界や業種は絞っていないが、英語力を活かし、国内外問わず幸せを届けられる仕事がしたい。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	4
留学プログラム	専門留学
留学先大学	Wichita State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Business 科目全般(マーケティング、マネジメント、インターナショナルビジネスなど)
各学期の合計履修単位数	24 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Exploring World of Business/ FYS: History and Rock 'n' Roll/ Int Vis & Cul: Japanese Art/ Principle of Microeconomics/ International Business/ Intro to Sport Management/ Marketing/ Principle of Management

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Principle of Management の授業では、1 週間に 1 回しか授業がない分、宿題を通してその授業で学ぶ分野を予習し、授業内ではその予習した知識を使ってグループアクティビティなどを行った。授業前にしっかりと理解しておくことが重要で、わからないことは自分で調べたりその場で生徒間で話したり、日本とは違った授業形式でそこに適応できた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

グループディスカッションやグループアクティビティで現地の生徒たちの意見を理解したり、逆に自分の意見を彼らに伝えたりするのは最初に苦労をした。しかし、そういう機会を重ねていく中で、何が準備段階で必要なのかコツをつかみ最後の方は現地生徒たちと対等に授業を受けられたと思う。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

まずは、最初の授業で必ずあるであろうシラバスの説明をしっかりとよく聞く。そこからその授業にはどういう準備が必要なのか、どういう課題があるのかが見えてくる。グループワークなどは結構ラフなものなどもあるので真面目に考えすぎないで、気を楽にして行く。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

International Office/ Teacher Assistant/ Training Gym/ Adobe Application

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

Buddy Program を通して、自分の Buddy と仲良くなり、色々な場所に連れて言ってもらったり、彼の実家で Thanksgiving holiday の家族での食事にお邪魔させてもらったりした。他にも、現地の日本語クラスのアシスタントや Japanese Culture Association の活動などにも参加した。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

地元に残っていた現地の友達などと遊んだり、1 週間ほどフロリダに旅行にも行った。寮に無料で滞在できたのでそこに住んでいた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加していない

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

土地によって全然違うとは思うが、天候などを事前に調べておくこと。基本的な薬などはいらないと思っても持っていくこと。スーパーへの買い物などを頼める友達や人を見つける。どの地域が安全か、安全でないかをしっかりと聞く。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

授業や生活全般を通して、日本にある意味興味のない現地の人たちと関われたことが良い経験だと思った。今まで自分が関わったりしてきた外国人たちとは少し違った感じの外国人の方達にたくさん出会えたことで、人の見方や世界観が変わった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学に行く前は、日本で世界中の人たちと接する仕事などをしたいと思っていたが、留学を通して日本でではなく他の国(特にアメリカ)などで働いてみたいなという気持ちが強くなった。アメリカでの留学経験を強みにして、諦めずに夢を追いかけていきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

おおよそ 250 万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学をする前に、留学を通して何を自分自身の中で得たいのかを決めておくことが重要だと思う。ただ、

2023 年度　長期留学帰国報告書

留学をして帰るというのでも十分大きな経験だが、その上にそういうはっきりしたものがあると、より良い留学になると思う。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

日本でもアメリカでも大学生活を通して、たくさんの外国人の人たちと関わってきたが、その中で自分自身がどのようにその場その場の状況に適応したのか、苦難を乗り越えたのかをアピールしていきたいと思う。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

東京キャリアフォーラムに参加

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	FH Kufstein Tirol
留学先国	Austria
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	7/1/2024
留学先での主な履修分野	ビジネス（マーケティング、マネジメント、国際経済等）
各学期の合計履修単位数	2023 冬学期　24 単位、2024 夏学期　21 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Behavioral Economics/Consumer Behavior/Project Management/International Business/Sensory Marketing/Sponsoring/Brand Management, Commercials & Valuation（全て入れたら文字数オーバーのため後期の分だけ入力しています）

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

私が最も力を入れたのはリーダーシップの授業です。内容はリーダーシップの起源や考えの変化、様々な種類のリーダーシップの名称と意味について深く学習しました。覚えることがとても多く、その上毎回の授業でディスカッションがあり、ついていくことに精一杯でしたが、毎回の授業後の復習と前日の予習を大切にした結果、ディスカッションでは少しずつ発言できるようになりました。また、期末テストに関しては 2 週間前から友達と毎日図書館で勉強した結果、全て筆記のテストであるにも関わらず、99 点を取ることができました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

私が最も困難であったのはディスカッションで自分の意見を発言できなかったことです。日本の授業は座学が基本であるため自分の意見を言うことにあまり慣れておらず最初は自分の意見があっているか自信がなく、発言ができませんでした。そのため、予習復習に人一倍力を入れて、その科目の授業について人一倍理解を深めるように努力した結果、自分の回答に自信をもてるようになりました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

テストがある科目やディスカッションが多い科目に関しては、当たり前ですが、とにかく予習復習をしっかりとすることが大切です。その科目についての理解が深まれば自分の発言や考えにも少しずつ自信がついてくるはずです！また、自分で考えてもどうしても分からない問題に関してはできるだけ早く友達や先生

など他の人に頼るべきだと留学経験を通して思いました。聞けば周りの人は必ず助けてくれるので積極的に分からないところは聞きに行ってください！

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

私は学習サポートを利用していないため詳しいことは教えられませんが、基本、分からないことがあればその科目の教授にメールを送ればすぐに返信をくれます。また、図書館はとても静かで勉強に使っている生徒が多くいました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

思い出に残っているのは International Dinner というイベントに参加したときのことです。様々な国籍の人が自分の国で有名な料理を持っていき、それを食べながら交流を深めるというイベントで、私はお好み焼きを日本人の女の子とつくって持っていきました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

友達に会いにスウェーデンに行き、５日ほど滞在した後、クーフシュタインに戻り、バディの家で年越しを迎え、そのあとは友達とベルギーに行きました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加してません。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

クーフシュタインは本当に平和な場所だったので危険な目に合ったことはありませんが、治安が悪い国に旅行に行った際には夕方にはホテルに帰り、夜は出歩かないようにしていました。また、他の人とあまり目を合わさないようにしていました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

プロジェクトマネジメントという授業でのグループワークです。前学期は、アジア人がとても多く、グループを作る際にもアジア人で固まることが多かったのですが、後期は授業がアジア人とあまり被らず、この授業に関しては、私以外は全員がヨーロッパ人で不安でいっぱいで、最初は取り消そうか迷っていました。しかし、同じグループの他の 3 人のヨーロッパ人がとても優しく接してくれたため、考え方が違うかったり価値観が違ったりなどの違いに苦しむことも多くありましたが、最後までやり通すことができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前に比べてスピーキングが最も強くなったと思うので、英検一級と TOEIC750 点を目指して頑張

りたいと思っています。また、外大含め、日本に来ている外国人の方にもたくさん話しかけに行きたいと思います。将来はまだ具体的には決めていませんが、訪日インバウンドに携わりたいと考えているので、留学先で鍛えた英語を活かしてたくさんの外国人に日本の良さを伝え、日本のファンになってもらいたいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空機 30 万/保険 20 万/住居　前期 58 万（シェアアパート）・後期 52 万（寮）

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

1 年は長いようで本当にあっという間に過ぎてしまいます。挫折、ホームシックなど辛いこともたくさん経験すると思いますが自分が更に成長出来るチャンスだと思って頑張ってください！また、外国人の友達をたくさんつくり、留学でしかできない素敵な思い出をたくさんつくってきてください！応援しています。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、Web テストの勉強・受験、面接など。私は帰ってくる時期が遅いと分かっていたので留学先では 25 社ほどエントリーし、そのうち 20 社ほどの面接を受けた。企業研究や OG 訪問も行った。メンタル的にどうしても帰国までに内定が欲しかったのでオンラインで最終面接まで受けることができる企業には積極的にエントリーした。

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

マーケティングを学習したということは積極的にアピールしました。マーケティングはどこの業界にも関係しているので面接官の受けが良かった気がします。特に五感に訴えるセンサリーマーケティングや、クロスカルチャーマネジメントに関しては入社後活かせそうだと多くの面接官の方から言っていただきました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

内々定をいただいた HIS か星野リゾートか、現在最終面接の結果待ちであるリゾートトラストの S＆M 部門に就職予定です。どの企業に入っても訪日インバウンドに携わりたいと考えています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Bishop's University
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	History/International Relations/Political Science
各学期の合計履修単位数	秋学期：12 単位　冬学期：12 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

French I/French II/Introduction to Global Studies/Intro: International Relations/International Political Economy/Introduction to Comparative Politics/Middle Eastern Matrix: Religions of the West/Politics and Religion

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Politics and Religion の授業では比較的好成績を修めました。留学中にイスラエルによるガザ地区への攻撃が起こったことをきっかけに、中東問題に興味を持ちこの授業を選択しました。授業では主にユダヤ教、キリスト教、イスラム教の 3 つの宗教とそれに関連する政治問題について学びました。特に、クリスチャンナショナリズムの授業では、アメリカの政治とキリスト教の相互関係や、共和党と福音派の連携など、新たな知識を得ることができました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

冬学期の終盤に、複数の授業で同時にリサーチペーパーの課題が与えられたことが困難でした。幸いにも、一つの課題についてはシラバスで内容を把握し、事前にトピックの選定やアウトラインの作成、リサーチを進めていたため、多少の困難はありつつも、全ての課題を完了することができました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

基本的に授業はリーディング課題に基づいて行われるため、内容をつまびらかに理解していなくても一通り目を通しておくと、授業が理解しやすくなると思います。また、授業中や授業外を問わず、躊躇せずに質問するべきだと感じました。課題に関してはシラバスに記載されていることが多いので、時間に余裕を持って取り組むべきだと思いました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館には Writing Center と呼ばれる、エッセイなどのライティング課題の添削やアドバイスを提供するサービスがありました。また、French Hub という、フランス語の授業での課題やテストなどの添削や対策を相談できるサポートサービスもありました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

毎週末に留学生向けのイベントがあり、ほとんど毎回参加していました。様々な文化的背景をもった学生と関わり、有意義な国際交流の時間を過ごせました。また、ネイティブではない参加者との会話の中で副次的に英語力が向上したように思います。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬休みの間は帰国せずに寮に滞在していました。留学先で出会った友人たちが帰省していたため、一人でケベックシティとモントリオールを観光しました。また、Reading Week という一週間の休暇が各学期にあり、冬学期には友人たちと一緒にモントリオールへ観光にいきました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

外出の際にはできるだけ一人は避け、不審なものや人には不要に近づかないようにしていました。実際、モントリオールに行った際、ムスリムによるデモ行進があったのですが、速やかにその場を離れるようにしました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

友人と交流する中で、彼らがはっきりとした意見を持っている姿に触れ、僕自身も曖昧な表現を避けるよう心がけました。さらに、母国語が通じない環境での経験を通じて、自ら積極的に会話に参加することが少しできるようになったと感じます。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は、異文化理解を深め、国際的な視野を広げることを目標としていましたが、留学後は、それらに加え、コミュニケーション能力や積極性などを身につけられました。これからは、より深い専門知識の獲得と実務経験の積み重ねを通じて、専門分野でのリーダーシップを発揮し、社会に貢献したいと考えています。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券約 30 万円/海外旅行保険約 20 万円/キャンパス保険約 8 万円/教材費約 5 万円/旅行・交際費約 30 万円/合計約 100 万円/8 ヶ月/フルスカラシップのため、住居費・食費は大学支給（寮のプランを変更したため差額約 5 万円は自己負担）

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学前に色々と想定して準備や予定などを立てると思いますが、実際に現地に行き生活してみると、留学前には気づかなかった可能性を見いだしたり、或いは困難に直面することがあると思います。そういった出来事に対して、新たな経験を得られると考えて刹那的な感情に従って行動してみるのも良いとおもいます。実際に僕自身も留学前は内向的な性格だったのですが、友人を作るために自ら進んで話しかけるなど、自身の殻を少し破ることができました。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　マーケティング・広告業界に関心があり、BtoB 向けにマーケティング戦略や広告キャンペーンを企画・実施する企業などに就職したい。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Camosun College
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	ビジネス学、社会学、心理学
各学期の合計履修単位数	秋学期：12Credit, 冬学期：9Credit

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Financial Accounting110 / Introduction to Communication100 / Business Communications130 / The Environment and Society120 / Tourism Career Development100 / Woman in Canadian Society110 / Personal Growth & Development120

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Financial Accounting110 / 財務諸表の作成と分析に至る会計サイクルのすべてのステップを学んだ。複雑な計算が多くて理解するのが大変だったが、友達や先生に聞いて理解することができ、最終的に A 評価を取得することができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

課題で出される reading の量が多く、英語が第二言語の私にとっては大量の文章を限られた時間で理解することがとても困難だった。初めは分からない単語があれば一旦ストップし、一つずつ調べては進んでと読んでいたが、それでは時間がかかりすぎて効率が悪かった。しかし、グループワークで一緒だった英語が第二言語である中国人の友達からアドバイスをもらった。それからは、段落の最初と最後をしっかり読み、他は内容がなんとなく理解出来る程度にザッと読むようなやり方をした。そうすることでタイムロスが減り、効率的に内容を理解することができた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

学んだその週に復習をしとけば Final Exam で焦ることはありません。グループディスカッションなどで周りのりご力に圧倒されて自分の英語力の無さを悔やんで落ち込んだりする時もあると思うけど、その悔しさは次のステップに踏み込めているということだし、自分の英語力を信じて勇気を出して話してみれば、周り

2023 年度　長期留学帰国報告書

の人も決してアタックはせず、真剣に聞いてくれて絶対に優しくフォローしてくれるから、恐れることは一つも無いと思います。日本ではこれが正しいのになどというジャパニーズマインドは捨てて、柔軟な考え方や新しいことに挑戦してみるマインドが大切だと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

library, international student help centre, 各 course の professor.

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

日本語ボランティアをしたり、スポーツ観戦などカナダの雰囲気が味わえることをした。多国籍で文化が多様であることを学べた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

３日間バンフ、４日間バンクーバー友達のおばさんの家、3 日間サンフランシスコ、４日間ボストンとニューヨーク。それ以外はシェアハウス。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

私の地域は比較的治安が良かったが、ホームレスとは目は合わせず声をかけられても無視しましょう。何かあったらすぐ周りの人に助けを求めたり cop を呼びましょう。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

現地の人やそこに長年住んでいる日本人などと日本と海外の違いや将来のことなどの深い話をすることで、考え方が広がり、柔軟な考え方が出来るようになった。また、分からないことがあったらすぐ周りの人に聞くことによって、英語を喋ることへの恥が無くなった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は、中学→高校→大学→就職と、道が決まっていて今後の人生にあまり面白みを持てていなかったが、留学を通して道はたくさんあると気づき、今後の自分の人生をどのように生きていこうかとワクワク考えるようになった。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

フルスカラシップの為授業費・住居費・食費付与/ 旅行費約 60 万円/ 教材費約５万円

2023 年度　長期留学帰国報告書

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学前の特別別科がとても役立つので、受けた方が良いと思います。それのおかげで留学中に多くの課題が出されても耐えることが出来ました。留学前の書類関連が正直一番ややこしくと投げ出したくなると思いますが、それのおかげで自己処理能力が向上し、今後の書類関連や予約などを楽々にこなすことができるようになるので、頑張ってください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、面接、SPI 対策

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

柔軟な考え方を持てるようになった。また、学校に通いながら、出された大量の課題をし、就職活動をし、時差を超えて面接などをすることで、マルチタスク能力を向上することができた。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

商社、サービス業に興味がある。グローバルに活躍することができ、若いうちから大きな仕事に携わることのできる企業に就きたい。ベンチャー企業など。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Carleton University
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	Psychology
各学期の合計履修単位数	秋学期：1.5 credit (minimum) / 冬学期：2.0 credit

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Psychology 1 / Introduction to Disability Studies / Introduction to Human Rights / Introduction to Issues in Anthropology / Mysteries of Minds / Introduction to Psychology 2

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Introduction to Issues in Anthropology / 授業内容：私たちのクラスは、人種的、宗教的、政治的、文化的、世代的、経済的に多様です。私たちの性別や性的指向もさまざまであり、私たちの生活体験や教材への反応も、この多様性を反映したものとなります。家族、経済、政治、信念体系などの社会制度の研究における人類学的問題を検討する。ジェンダー、発達、文化的差異、健康、環境についての議論も検討する。/ 成果：Essay が一番大きく評価される科目だったため、そこに力を入れました。計 2 ヶ月ほどかけ書き上げた Essay をよく評価していただいたことはとても嬉しかったです。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

専門的な学問で登場する単語を理解し、覚える事が一番困難なことでした。Introduction to Psychology では日本語でも知らない言葉と出会う日々で、予習なしでは授業についていくだけで必死でした。それからというもの毎日予習・復習を行い理解すること、そして試験勉強を早めにしてギリギリに追い込まれないように努めました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

とにかく自分のできる範囲で最大限努力することです。母国語ではない言語で新しい学問を学ぶことはとても大変です。日々の授業の時から予習・復習をする習慣をつけておくのがいいと思います。グループワークなどでは授業中に分からなかったことを正直に聞き、理解を深めることが大切です。グループの人、

2023 年度　長期留学帰国報告書

あるいは Tutorial の TA に聞くと必ず答えが返ってくるので不安がらずにどんどん質問してください。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学内では留学生サポートも多く、わからない事があれば Office hour に尋ねたりメールで問い合わせする事ができます。また、寮でルームメイトがいて勉強しにくい場合は寮の Lounge や図書館を使うなど工夫することも可能です。大学は結構夜遅くまで空いているので部屋に帰って勉強ができない人にはこういった学内施設を使うのもおすすめです。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外の時間にはクラブ活動に参加したり、ジムに行ったりなど疲れていない日はなるべく時間を有効活用するようにしていました。友達同士で夜飲みに行く子達も多かったです。クラブ活動は日本語会話クラブに参加させていただき、カナダの大学生の方たちと日本語で会話したり、日本語を教えたりしました。母国語を教える立場となるといかに私が日本語に対してあまり疑問を持たずに過ごしているかを知る機会となりました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

カルガリーに住む親戚の家に 2 週間ほど滞在し、アイススケートやスキーなどカナダならではのウィンタースポーツをして楽しみました。お正月には親戚の友達の大きな家でみんなでお酒を飲んだりご飯を食べたり子供と遊んだりなどをしてワイワイ楽しく過ごしました。日本とはまた違ったお正月を過ごす事ができて楽しかったです。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

ダウンタウンには 1 人で行かない事です。そこではホームレスの方達からお金を要求される事がほとんどです。またドラッグなどで気分がハイになっている方も街中には大勢いるので気をつけてください。日本のように安全ではないので必ず友達同士で行くようにしてください。それとなるべく昼間に行くようにするとトラブルに巻き込まれにくいかなと思います。それでもやはり日本とは違うので用心していく事が重要です。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

友達とひたすら会話を続ける事ができたことです。私は授業内容はある程度理解できていましたが、友達同士で会話するスラングやイディオムなどが全然わかりませんでした。最初の方は全く話さずにただ会話を聞いているだけでしたが、それでは会話能力が上がらないのである時から私も会話に参加するようになりました。そうするとリスニング力をスピーキング力をやはりぐっと上がります。話すことが練習になるのでや

はりこれは大切だなと思います。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前も後も就きたいと考えている職は変化はありませんが、海外で暮らしたいという思いは強くなったと思います。理由の一つとしては海外の方が私には住みやすかったからです。約８ヶ月ほど海外で暮らしてみて、日本で感じた生きづらさを体験する機会が少なかったように思えます。あと、いろいろな国の人と繋がり、会話する喜びを知ることもできたので、これは将来でも感じ続けたいなと思いました。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券：約 35 万円 / キャンパス保険：約 11 万円 / 娯楽費：月平均 3 万円 / バスパス代：約 5 万円 / リベラルアーツ留学　約 8 ヶ月間　フルスカラシップのため住居費と食費は奨学金からです。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

悔いのないように行動してください。留学期間は限られたもので、そこでしか得る事ができない体験がたくさんあります。勉強も日常生活も思いっきり楽しんでください。しかし留学中につらくなること、壁にぶち当たることももちろんあります。そんな時は周りに頼ることも一つの立派な行動です。1 人で抱え込みすぎずに程よく息抜きをすることも留学中はとても大切です。不安なこともたくさんあると思いますがその分自分自身が成長できるチャンスだと考え、楽しんできてください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

エアライン業界でキャビンアテンダント職につきたいと考えています。希望は海外在住なので外資系エアラインへ就職したいと思っています。そのためとにかく情報収取を早くからはじめ、レジュメも英語で作成しないといけないのでたくさんの時間を費やしていきたいと考えています。

【今後の協力について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Concordia University
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Sociology
各学期の合計履修単位数	秋学期：12credits　冬学期：12credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Business and Management/Social Problems/Sociology Thought Film/Digital Culture/Sociology of Leisure/Introduction to Marketing/Introduction to Sociology/Statistics 1

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Sociology Though Film: 社会問題のテーマを扱った様々な映画を授業テキストの内容を参照し、分析する講義タイプの授業。B という成績を取ることができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

エッセイ課題とリーディング課題の量に圧倒されたが、日々コツコツの取り組むことで留学後半には少し余裕を持ってこなすことができていた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

課題を先延ばしにするのではなく、計画を建ててコツコツと行うほうがいい。グループワークでは、現地留学生の英語力に怯むのではなく、完璧な英語で話さなくてもいいからとにかく意見を持ってそれを伝えましょう。以外と言ってみれば通じる。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学生が利用できるサポートとしては、キャリア相談窓口、健康相談、学業における相談、そしてテクニカルサポートなど多岐に渡っていた。

【授業以外の活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

毎週水曜日にフランス語と日本語と英語を話せるイベントに参加し、文化交流を楽しんだ。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

ニューヨークやイエローナイフといった、モントリオール周辺の観光スポットに一人旅をしに行った。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

していない。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

できるだけ深夜に外に出歩かない。薄暗い人通りの少ない細い路地などには入らない。お金やクレジットカードな一つにまとめづ、分散して持ち運ぶ。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

銀行口座開設や部屋の契約を翻訳なしで自分一人で完結できたこと。日本でもこのような手続きをしたことがなく、これらの経験はこれからの自信につながる。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

異国で 8 ヶ月一人で生き抜いた経験は、今後何をするにしても自分の強みになるしあポールポイントになると考える。このグローバルな軽々を活かし、卒業後は外資系企業や英語を使う職業に就きたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

合計 120 万（フルスカラシップで得た約 130 万円は除く）。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

英語力はあるだけあったほうがいい。自分は英検 1 級・IELTS7.0・TOEIC905 点を取得した状態で留学に行ったが、現地のクラスでは自分の英語力は下位 10%に入るほど低かった。そして留学中は何事も失敗を恐れない姿勢で挑戦してほしい。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

１人で耐え抜く力と時間を有効活用する能力を手に入れた。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

今後は出来る限り多くの就活イベントに積極的に参加し、英語力を活かすことができる職業に就きたい。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Humber College
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	ホスピタリティ・ツーリズム
各学期の合計履修単位数	秋学期：１５ credits、冬学期：１５ credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Tourism/Introduction to Global Hospitality and Tourism Management/Tourism Destinations-Americas/Distribution Travel Products/The Tour Industry/Destinations - Europe & Africa/Careers in Tourism/Tourism Retail Operations/Niche Tourism/Destinations - Asia & Oceania

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Careers in Tourism、ツーリズム業界での就職活動やキャリアを築く方法について学びました。日本での就職活動にも使える情報が多くあり、自己分析など授業内で実践したことが役に立ちました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

グループ課題の際、国籍によって締切日に対する考え方が違っており、早く終わらすタイプの方とそうでない方の間で不穏な空気が流れたことがあった。その際は、積極的に両者に働きかけ、行動が遅い人には一緒に課題に取り組む時間を作って対処するなどしていました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

グループワークでは個人で勝手に課題を進めてしまうメンバーもいるので、どう役割分担をするか決めるなど自分から行動に移すことが大事です。メンバーの誰かが誤字脱字、引用ミスをするとチームの減点につながるので、自分のパート外であっても必ず確認することをお勧めします。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

受付では、学校生活のことや大学のアプリのことなどなんでも質問することができます。テクノロジーサービスでは２４時間電話を受け付けており、何かあった際のパソコンの貸し出しもしています。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業で学んだことを踏まえて、現地のアトラクションを紹介したりニッチなツーリズムの体験をしたりしました。授業内で聞くだけでなく、実際に行動することでより深く内容を理解でき、仲間の距離も縮めることができます。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

友人宅に滞在し、課題をこなしながら次の学期の準備をした。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜は一人では必ず出歩かないようにし、現地の友人からのアドバイスを得て行かない方が良い場所やしない方が良い行動などを知っておく。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

初めての一人暮らしと寮生活だったので、自分で考えて行動する力、時には友人に相談し時には人に頼らず自分で物事を解決する能力などを得ることができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

多様性を話だけで理解するのではなく、実際にその状況の中で行動することで実践的な学びを得ることができました。就職先でも多様性を尊重する考え方を持って行動していくつもりです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 35 万/海外旅行保険 25 万/キャンパス保険 2 万/教材費なし/お小遣い 50 万/9 ヶ月間/フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

常に責任を持って行動し、楽しむことも忘れずに素敵な留学生活を送っていただきたいです。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　航空業界に興味があるため、客室乗務員とグランドスタッフを目指して就職活動中

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Humber College
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	Faculty of Creative Media & Arts の中の Bachelor of Public Relations を専攻しました。
各学期の合計履修単位数	Fall：　15 credits Winter：　15 credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Public Relations/ Introduction to Advertising/ Communication Theories and Models/ Principles of Marketing/ Social Media/ Communications Law and Ethics/ Integrated Mktg Communications/ Media Relations / Multiplatform Storytelling 1/ Presentation Skills

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Social Media の最終成績が一番良かったです。授業ではメディアの歴史や様々なソーシャルメディアの種類とそれらの特徴、ビジネスにおけるソーシャルメディアの効果的な使い方等を学びました。グループワークが多く、自分たちで投稿内容を考えたり、ソーシャルメディアやインフルエンサーを分析したり、それをプレゼンテーションをしたりしました。グループワークでは、メンバーが言ったことを全て受け入れるのではなく「私はこう思うけどどう？」と自分の意見も伝えることで議論を深めることができました。好きな授業だったので、中間、期末テストも良いスコアが取れました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

ファイナルの期間に課題やテスト勉強、プレゼンテーションの準備などやらなければならない事が一気にくるのが最大の困難でした。私はマルチタスクが苦手なので、余計に大変でした。前提として、全ての期限を守るために、計画を立てて前もって取り組むようにしました。カレンダーを作ると頭の中を整理しながら、一目で「今日やること」がわかるようになるのでおすすめです。また、タスクが多すぎてそれぞれのタスクに十分に取り組めないと予想できた場合は、事前に教授に相談するのもありだとクラスメイト達から学びました。自分にとってより良い勉強のためにも、期限を延ばしてもらうことは効果的だったと感じます。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイ

2023 年度　長期留学帰国報告書

スを記してください。

学習をより効果的なものにするためにも、やはり事前にリーディングをしっかりした方が授業内容を正確に理解することができ、能動的に授業に参加することができると思います。また、グループディスカッションなどのグループワークでは、ついていけない時もあります。しかし、焦らずにまずはメンバーの意見を聞くことで、どういう内容を話し合っているのか分かるし、自分の意見を持つまでにいけなくても、メンバーの意見に少しアイデアを足してみることで、十分ディスカッションのためになるので大丈夫です。さらに、グループ課題では進行状況がメンバーによって異なります。定期的に進行状況の確認、期限のリマインドを行うことをおすすめします。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

コピー機代は最初に＄25 支給されるため、授業の資料や提出物を自分のお金を出さずにプリントできます。また、writing に不安がある方は writing のサポートセンターもあるので、ぜひ有効活用してみてください。International student 用のデスクもあるので、履修登録など少しでも不安があれば、まずは行ってみてください。さらに、生徒が登録した学部ごとに、international student をサポートしてくれるスタッフが必ず一人います。その方を通じて履修登録の内容変更・確認などが可能です。そのスタッフが exchange student 限定のイベントを案内してくれることもあります。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外の時間は、クラスメイト達とカフェテリアやキャンパス周辺のレストランに行って一緒にご飯を食べながらおしゃべりしていました。私はシャイな性格なので正直とても緊張しましたが、いざ行ってみると皆のスピードの速い英語に慣れることができるし、自身のスピーキング力向上にも繋がりました。また、大学のイベントに積極的に参加して、その場で新しい友達を作ったり、異文化体験をしたりしました。私の場合、一人でイベントに参加するのは不安だったのでクラスメイトを誘っていたのですが、結果的にその子の友達とも友達になれたので良かったです。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇は、大学の寮から一時退去する必要がありました。友人らと３泊 ４ 日でモントリオールに旅行。その後は、大学がおすすめしてくれたホテルに友人と滞在しました。滞在中も、近くにあった大型ショッピングモールやトロント市内によく遊びに行きました。ニューイヤーのカウントダウンイベントにも友人らと参加して、海外ならではのニューイヤーの雰囲気を味わいました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

夜は一人で絶対に外を出歩かない。周りの人がどんなにはめを外そうが、自分を見失わない。現地の子に行かない方がいい場所を聞く。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

今までは完璧主義で絶対失敗したくないという想いが強かったです。しかし、留学して最初の学期の期末期間にレポートの提出が間に合わないという困難に直面しました。完全に自身のスケジュール管理不足だったのですが、日本にいた時は考えられないことだったのでショックすぎて親に電話しました。しかし、そこから立ち直って、今できる最善策を考え実践することで何とか乗り越えることができました。先生からお褒めの言葉ももらえました。この経験から完璧じゃなくても、そこから工夫することで成果を上げることができると学びました。諦めない心！

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は、世界情勢の変化や社会問題を他人事として捉えていましたが、留学して様々なバックグラウンドを持つ友人らに出会って、それらのトピックをより身近に感じるようになりました。自分でも何かできることは無いか考えるようにもなりました。この経験から、社会貢献性が高い仕事をするという目標を得ました。また、海外の大学で現地学生と学問を学ぶということは、なかなかできないことだと思います。将来、自信を失ったり、つまづいたりしたときに、この経験を思い出して、自分を奮い立たせようと思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

フルスカラシップのため住居費、食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

多くの人が言う積極性も大事ですが、疲れた時は部屋に籠っても大丈夫です。一人になりたいときは一人になってください。一番大切なのは自分の心なので、留学中だからって無理しすぎることはないと思います。悩んでいる時は、一緒に留学してきた子に相談してみてください。取っている授業の先生もありです。親もありです。私は人生で初めて親に泣きながら電話しました。理想の留学生活とギャップがあるかもしれませんが、確実にあなたは一歩踏み出して挑戦しているのですごい人です。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

企業説明会参加、ES 入力、グループディスカッション参加、1 day オンライン仕事体験参加

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

課題解決能力と異文化理解能力

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

旅行業界を目指して就職活動中

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Humber College
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	Management Studies, Commerce
各学期の合計履修単位数	秋学期　１５　credit/ 冬学期　　１５　credit

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Customer service/ Ethics and Values/ Human Resources management/ Marketing/ Operations Management/ Business Communications/ Consumer Behaviour/ Organizational Behavior/ Statistics for Business / e-commerce

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Customer Service【内容】行動経済学を利用することでどのようにサービスや商品の向上をすることができるかどうかを考えることを目的とした授業です。実際に北米でマーケティングをする際に用いられている考え方を学ぶことができました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最も困難であったことは各授業で資料を読む量が多かったことです。授業前の予習、エッセイやレポートを書く際に参考文献などボリュームのある教科書や学術記事を読む機会が多かったです。読んだ資料はテスト範囲になることがほとんどなので、要点を忘れないようにノートをとりながら学習をしました。留学前からリーディングになれることが必要だと思います。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業前に出されるリーディングは絶対読んでいかなければなりませんが、内容が大体把握できていればディスカッションには参加できるので、とにかくさぼらずリーディングをすることが大事だと思います。グループワークは最初の方は大変ですが、授業で友達を作るとその子達と組めるので、自分が仲良くなれそうな子に話しかけに行くといいと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

アカデミックスキルサポートがあり、課題のレポートの添削や数学に関連した授業で分からないことがあったらサポートをしてくれた。また図書館での本の貸し出しやジムなども無料でした。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

大学内で開かれるイベントに積極的に参加し、他の学生との交流をしました。また、友人たちが Film に関連する学部だったので彼らのプロジェクトの手伝いをしたりしました。現地の学生と一緒にそれについて学んだり、新しいことに挑戦することで、自分が好きなこと苦手なことがはっきりわかりました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬休みはモントリオール・ケベックシティ・フロリダ、春休みはニューヨークに旅行に行きました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

一人で夜は街に行かない。荷物は常に持ち歩く（目を離すと危ない可能性があります）たくさん詐欺電話がかかってくるので出ない、または出てもちゃんと対応してすぐに切ることをお勧めします。何かあったら学校のキャンパスセーフティに連絡する。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

毎日とにかく外に出て、常に新しいことに挑戦することを心掛けたことによって、常に新しい人と出会い、新しい気づきを得ることができた。そのおかげで、コミュニケーション能力とスピーキング、リスニングが向上し、新しい自分を見つけることができた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は、漠然と将来英語を使った仕事をしたいと考えていたが、留学後の今は、英語を使ってどの仕事がしたいのか具体的に考えることができるようになった。また、この留学経験は自分自身の可能性を広げてくれたとても良い経験となった。就活や人生設計を考える際に生かしていきたいと思う。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券　４０万円/海外旅行保険２０ 万円/キャンパス保険５万円/旅行　３０　万円/お小遣い８０万円 合計　１７５　万円/８ヶ月間/フルスカラシップのため、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

留学という貴重な経験を無駄にしないようにするには、自分から主体的に動くこと、臆せずチャレンジしてみることが大切だと思います。また、私にとって留学期間中は今までで一番自分自身について考える時間でした。自分自身について考えることのできる時間はとても大切な時間だと思うので、自分自身と向き合う時間も大切にしたほうがいいと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力/　インターン選考/　説明会への参加

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学を通して課題解決力が非常に身に着いたと感じます。日本にいるときとでは比にならないほど多くの困難に直面しましたが、自分と向き合うことを大切にしながら解決策を模索することで困難に対応することができました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定。外資系企業を中心に就活をしていこうと考えています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Humber College
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	ファッション、ビジネス
各学期の合計履修単位数	春学期　15 credits、秋学期　15 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Apparel & Accessory Product Knowledge/Color Theory/Fashion History & Terminology/Store/Planning & Merchandising/Wholesale Sales/Creative Suite Applications/Ethics and Sustainability/Photo Styling & Display Technique/Social Media and Fashion Promotion/Trend Analysis and Product Development

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Photo Styling & Display Technique。プロのカメラマンやモデルとのミーティングを通してファッションの撮影のスキルや能力を向上させることが出来た。またグループワークを通して企画を一緒に考えたり、プレゼンテーションを行うことでコミュニケーション能力や協調性を得た。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最初は、英語の能力が追いつかず授業に参加出来なかったりグループワークで発言が難しかった。でも、周りの人に聞いたりプロフェッサーに質問したりして克服できた。また予習や復習を行うことでより理解して授業に参加できた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

予習や復習をできるだけ行う。周りの人に聞いたりしっかりドキュメントを読んで内容を理解して分からない所をそのままにしない。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ヘルスセンター、留学生サポートセンター、キャリアセンター、ジム、ダイニング

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ファッションショーのアシスタントやモデルの経験を授業外で行ったり大学がお金を払ってくれてアイスホッケーやバスケットボールの試合を見に行った。ファッションの事をよく学べてどのように立ち回るのか実際に行うことで理科できた。またコミュニケーション能力やリーダー性を向上できた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

アメリカの友達の家で長期休みを過した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜外に 1 人で出歩かない。人通りのないところは 1 人で行かない。危ないパーティーには行かない。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

ファッションショーのアシスタントの経験。考えて行動したり、コミュニケーションを周りの人と取り連携することで成功させることが出来た。様々な問題があったがその度に話し合い解決することで問題解決能力も身につけられた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

自分の感情を表現したり、意見をきちんと伝えられるようになったので、仕事をする上でもその事を大事にして、また周りの人と協力し合い尊重し合う事でより良いものを成功させられるということを学んだので心がけていきたい。また学んだファッションに関する知識を活かしファション業界で活躍したい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券約 35 万、食費　約 25 万+外食費

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

分からないことや困っていることをそのままにせずに人に助けを求めたり、自分の個性を大事にして色々な経験を躊躇わずにするべきだと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

問題解決能力、周りの人と協力し合う協調性、チャレンジ精神

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　ファッション業界か出版や広告業界

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、高校生への留学体験発表

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Huron University
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Social Science, Global Studies, Religious Studies, Literature, Philosophy
各学期の合計履修単位数	春学期：１．５、冬学期：２（一科目当たり０．５単位）

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Global Culture/ Introduction to Globalization/ Pursuit of Happiness/ Introduction to Global Development/ Problems of Global Development/ Understanding of Religion/ Reasoning and Critical Thinking

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

留学先大学では、Social Science の分野である Center for Global Studies のプログラム内のコースを主に履修しました。Introduction のコース３つを経たうえで、二年次のコースである Problems of Global Development では、学期間を通してクラス全体で国際発展にまつわる国際問題や発展方法、歴史といった内容を含むプロジェクトを行い、私は、１９世紀後半において急成長を果たした AsianTigers について paper をまとめ貢献しました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学生活において困難であったことは、人間関係の構築です。英語でのコミュニケーションの自信のなさと、英語力の乏しさ、社交性、また現地の学生の特徴や、雰囲気により、深い関係を築くことに困難やもどかしさを感じることがあり、自身の英語力の低さのせいだと悩むことがありました。しかし、遊びに積極的に誘い、参加することや、周りと比べないことによって、自分自身が純粋に会話をしたいと感じられるような友人と出会えたことで自然に英語力の向上につなげることが出来ました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

一学期目では文学のコースを履修しましたが、文学など読むことが主なコースでは、授業準備として、毎回の授業までに１５０ページ以上読むことが求められ、その内容をフォーラムにまとめたり、授業でディス

カッションに参加するために必要不可欠でした。それらをこなすことは大切ですが、遊び、人間関係の構築、生活、その他のコースとの両立をするために履修前にそれらを確認し、自分が余裕をもって各コースに向き合える自分に見合った量や分野を履修することが大切だと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

留学先大学は、Western 大学に付随する大学だったため、図書館や学習スペースが多くあり、無料で使用できました。また、図書館や、決まったスペースでは、Writing Service を利用でき、常行などで出されたエッセイや Paper の Brain Storming から参考便兼の探し方、校閲までプロが手助けしてくれるサービスがありました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

カナダだからこそ、多様性に触れる事が大切だと考え、宗教のイベントや、インドやその他国々のパーティーや文化イベントに参加しました。また、アドベンチャー部への所属や、学校のイベントに応募し参加することによって、旅行や、遊園地、リンゴ狩りなどといったアクティビティに参加しました。それらを通して、人間関係の和を広げたり、コミュニケーション力の向上に努めました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇は、オフキャンパスの住居で生活しながら、旅行や、友達とのお出かけ、また、オンラインでの就職活動ぅぃしていました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

様々な業界・業種の１日インターンや説明会に参加しました。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

オフキャンパスでの生活では、夜遅くに１人で帰らなくてはならないことが多いと思うので、住居決定前に学校からの頃だけではなく、周りの安産さや、通学方法、乗り換えがあるか、などを空位深く調べることと、無理せず、ウーバーなどを利用することが大切だと感じました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学生活を通して、問題解決力が向上してと考えます。関西外大から、一人のみの派遣だったため、出国前から多くの困難がありましが、留学準備、留学生活、旅行、その他銀行・住居の手続きなどを知る中で、周りへの頼り方、調べ方、行動力、コミュニケーション力などを意識的に使うことで、問題に対して、自身でうまく解決へとつなげられるようになったと考えます。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていく

2023 年度　長期留学帰国報告書

か記してください。

留学経験を通して高めた、英語力と多様性への柔軟さを活かして、サービス業に就き、人種・宗教など関係なく個々に寄り添っておもてなしを提供する事を目指します。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空約４５万、食費４０万、住居費２０万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

学内だけでなく学外を含むイベントや利用できるサービス、クラブ活動など生活の中でアンテナを張り、積極的に参加することで有意義に休日や、フリータイムを過ごす方法だと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力提出、オンライン説明会、面接、企業血球、自己分析

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

英語力、問題解決力、TOEIC の点数

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

ブライダル・航空系などのサービス業界

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	The University of Lethbridge
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	宗教学、女性学、マネジメント
各学期の合計履修単位数	秋学期：9credits　春学期：9credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Sociology/ Introduction to Women & Gender/ Japan, Asia, and the World/ Introduction to Human Geography/ Fundamentals of Business/ Introduction to World Religions

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Introduction to World Religions ユダヤ教、キリスト教、イスラム教など様々な宗教について学んだ。それによって、イースターやラマダーンなどの行事についても理解することができ、友人が持つ宗教についても理解できた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

グループディスカッションで主体的に発言できなかったことだ。それを克服するために、徹底的に予習をしあらかじめディスカッションでの議題を把握、それについて自分の意見をまとめておく。そして準備したものを発表するという形をとった。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

基本的に予習をし、Reading やスライドの分からない単語は調べておく。そうすることによって教授の言ってることが理解しやすい。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学習アドバイザー、教授のオフィス、ジム、プール、サウナ、クライミング、図書館、カフェテリア、体育館

【授業以外の活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

基本的には友人とお出かけをしていた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

3 日間、カルガリー、バンフに友人と旅行に行った。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

大麻が合法のため友人もしているがしっかり自分で強い意志を持って"No"と言うべきである。またホームレスとは街中で目を合わせない、寝ているホームレスの横を通り過ぎるときは静かにする。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

二学期目の時に、自分のモチベーションが下がってしまうことがあった。精神的にもあまり良い状態ではなかったが、ピアノを弾いたり、ジムに通ったりセルフケアをしっかり行ったことが非常に良かったと思う。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

海外事業に携わっている企業に就職したいと考えている。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券：約 30 万円、寮費：40 万円（一学期分）、食費（自炊）：月 3 万円、その他（交友関係）：2 万円、保険：20 万円、携帯代；5000 円（一か月）

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

自分の意見を日ごろからしっかり持つことが大事である。Yes or No、わからないということは良くないように思う。そしてわからないことがあれば、たとえ友人でなくても学校の生徒などに聞けば快く教えてくれるので、なんでも人に質問した方がいい。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、一次二次面接（オンライン）、最終面接に関しては企業側が気候日に合わせて対面で行

2023 年度　長期留学帰国報告書

ってくれた。インターンシップ（オンライン）

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

何事にもチャレンジ精神をもって取り組めるということ。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

繊維業界、物流業界への就職を予定している。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Trent University
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	言語学、ジェンダー、教育、ビジネス
各学期の合計履修単位数	秋学期、冬学期ともに 2.0 単位及び合計 4.0 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Modern Culture/Sounds, Words, and Sentences/Teaching and Learning　I/Gender and Social Justice

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Sounds, Words, and Sentences/様々な言語を音韻論、形態論、統語論の観点から分析するという内容/このコースを通して、授業で学んだ言語分析を取り扱った問題演習、オンラインでの確認問題、また最終試験に備え、日頃から学修の定着に努めた結果、総合的に高い成績を得ることができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

学修面で困難であったことは、複数ある課題の両立である。特に、二学期目はどの課題もリサーチ系の課題ばかりであったため、参考文献を見つけることから内容構成に至るまで多くの時間がかかった。また、その課題が複数ある状態だったのでその両立が困難であった。その困難を対処するうえで、まずは期日を把握し課題を完成させるために必要な作業を段階別にリスト化するところから始めた。例えば、リサーチにおいてまガイドラインを確認し、項目ごとに必要な情報と参考文献の個数を書き出すなど、それぞれの作業を可視化することで、やるべきことを頭で整理しながら進めていった。そうすることで、複数のタスクを同時に進めることができた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業はコース文書に予め掲載される文献をもとに内容が構成されている。特にセミナーは文献を読んでいないとディスカッションに参加することや説明の理解が難しいため、授業前にシラバスを確認して読む、また重要箇所に線を引くことを勧める。準備をすることで、授業にもついていきやすくまた自分の意見も思い浮かびやすくなるため、予習が授業を理解する大きな鍵となる。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学内の学修サポートは非常に充実しており、例えば生徒に向けたアカデミックスキルについてのガイダンスまたエッセイなどの課題の取り組み方やライティング指導を行うアドバイザーに課題をみてもらうことが可能である。ただ、試験前になると利用者の数が増えるため、2 週間前から予約し少しでも進めていくことで、有意義な時間が得られる。施設はメインのキャンパスが４つと実験用に使われる建物、図書館、学生センター、ジムがある。寮の設備にはいくつか問題があったのですが、メンテナンスを依頼して解決できる。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業外では、学生が主催するイベントに参加したり、二学期目以降はボランティアに参加していた。ボランティアでは、小学生の姉妹に英語のアルファベットやスペル、サウンドについて、また文法や読解演習についてのレッスンを行っていた。この活動を通して、ネイティブの子供でも言語学習の過程の中で出てくるミスが日本人の英語学習者とあまり大差のないという発見があった。そのため、この活動を通し、言語学にて学んだ学習者の特徴を実際にカナダに住む子供たちの習熟度から気づくという経験が得られ、貴重な経験となった。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

まず、ルームメイトが実家に招待してくれたので、冬休み初めの一週間はそこに滞在させてもらっていた。滞在期間中にクリスマスパーティに呼ばれたので、そこに同行しその子の親戚一同と会話をしながら食事を楽しんだ。またそこでは毎年クリスマスに行う家族ゲームがあったので、一緒に参加させてもらい親戚の方たちとの親睦を深めた。日本ではクリスマスと聞くと子供が楽しむものというイメージがあったのだが、この経験からカナダでは大人も子供も年齢関係なく楽しむという文化に気づくことができた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

一学期の後半に差し掛かった 11 月にイーオン株式会社のオンラインインターンシップに参加した。そこでは、インストラクターとカウンセラーの仕事体験ができる内容で、私が行ったのは児童、幼児向けの学習指導と会社員を対象としたカウンセリングの体験を行った。その後に、この職種に就いている方から 2 つの職種における大事なポイントや心得などの説明を受けた。また、実際に体験したあとは専門の方からのフィードバックをもらえた。最後の時間で参加者に向けた座談会の時間も設けられていた。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

生活面においては寒暖差が激しく、天候も変わりやすのでしっかり肌を隠せる防寒具を持っていくまた家族の方に送ってもらうといい。ルームメイトと生活していくうえで不満が出てきたときはしっかりそれを相手に伝えることが大事。あとは、家事の分担を予め決めておく、例えば何曜日にどの家事を誰が担当するかなどそれをしっかりメンバー内で共有しておくことで、自身のストレス回避やルームメイトとの良好な関係づ

2023 年度　長期留学帰国報告書

くりにつながる。キャンパスや寮の周りは治安が悪くないため、夜でも歩き回れるが、クラブが並ぶダウンタウン付近ではホームレスが徘徊しているため、夜は友人と複数で行動することを勧める。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

私が最も自己成長につながったと思う経験は国籍の違う友人と ２ 月に行ったトロントでの観光である。自身の英会話力において成長を感じたのだが、これまでは英語を聞き取って理解し相手に返すまでに時間がかったり、自分の言いたいことが中々表現できず、長時間英語で会話をすることが自身の課題だったのだが、一学期目の自分よりも格段に会話のスピードが早くなっていて、しっかり相手のスピードについていけるようになっていたので、とても自己成長を感じた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は自身の知識や経験を活かせるような語学業界の英会話スクールを運営している会社を志望していたのだが、留学を通じて自身の英語力に成長を感じ、今後のキャリアでその力を活かしたいまた自身が専攻していたコースで学んだ知識を入社後に活用したいという思いが膨らんだため、帰国後はあまり業界や職種の幅を広げて企業を探している。具体的には、言語学で学んだ言語習得理論や先住民の環境に対する考え方を事業のアイデアの素材として発信していきたいと思っている。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券２６３，０００+空港諸税など８６，４４０+手配金３，３００/海外旅行保険２００，０００/キャンパス保険７１，９００(オリエンテーション費用込)/携帯代月５，０００/教材費一冊あたり１１，０００-１２，０００（ほとんどがコース文書にて確認可）/旅行７０，０００/生活費月５０，０００/フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

英語面においてはとりあえず話す機会を自分から作り、まずは英語を第二言語とする留学生と積極的に会話経験を積むとスピーキング力が上がる。また学修面においては課題を完了させることも大事だが日々の授業で学ぶ単元ごとの復習も最終試験に非常に関わるので、日頃から少しでもいいから時間を取るべき。生活面においては浄水器やケトルを使ってきれいな水を確保すること、料理をする際は衛生面に気をつけて行うこと、公共交通機関が不便なため初めは友人とスーパーに行き、バスを上手く利用できるようになることを勧める。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

就職活動でアピールしたいポイントは、セミナーで身についた積極性、多様性理解、コミュニケーション能力が挙げられる。理由は、日本人学生と比べ多く意見を発信する現地生とのセミナーを受講する中で培った周りを恐れずに発言する力が伸びたと感じたこと、そして私を含め ５ 人の国籍も育った環境も異なる学生との生活を通じて習得した相手の考えを理解する姿勢や理解するためのコミュニケーション力は今後チームで働くうえで必要なスキルであると感じるため。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

まだ、内定はもらっていないが、将来は日本に在留する海外移住者がより安全で便利な生活を送れるサポートができる仕事に就きたい。業界はまだ未定だがこれまで学んできた語学や教育の面から自身の知識を活用し、彼らが過ごしやすい環境やサービスを提供できる人材になりたいと思っている。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Calgary
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	心理学、ジェンダー学、社会学、宗教学、Canadian Studies、Art History
各学期の合計履修単位数	春学期 9 credits、秋学期 9 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Art History II Section 1 & 2/Talking Gender and Sexuality/Psychology for Everyday Life/Introduction to Canadian Studies/Introduction to Sociology/Jews, Christians and Muslims

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Jews, Christians and Muslims、ユダヤ教、キリスト教、イスラム教についての歴史、比較、A-

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

現地の学生が一般教養として身につけている知識(聖書の内容、キリスト教やカナダの歴史など)がなかったため、そこをカバーするために調べて学習しました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

担当の先生によって授業方法も多様であるため、授業に出席しながらも自分で学習を進めることが大切だと感じました。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ジム、スイミングプール、ボルダリング施設、アイススケートリンク、卓球台、サッカーコート、スカッシュコートなどの施設は学生証があれば利用料なしで使用することができました。キャリアセンター、レジデンスサービスのサポートも手厚いので安心です。

【授業以外の活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業時間以外にはできるだけ人と関わるようにし、その人の人生や目標について深く話をすることで新しい観点や考え方に出会うことができました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇には他の国から来た留学生と国内旅行に行きました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

誰かと常に一緒に行動することと、夜中に一人で外を出歩かないこと。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

他の留学生と意見が食い違い、口論になりそうになったときにも自分の意見を率直に伝え、相手の考えや感情を汲み取りながら対話を進めたことで当事者間で問題を解決できたことが、問題が起きたときには母国語以外でも解決することができるのだという自信がつきました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は家族で暮らしていましたが、留学を通して寮での集団生活の中で人間関係の構築の難しさと大切さを学びました。この経験を今後の円満な人間関係を築いていくために生かしていきたいです。留学前に英語を使うコミュニケーションに慣れておくことで最初から授業や友人関係、さまざまな手続きも問題なく行うことができました。これは、留学前の Super IES 教育によって英語の実力、自信ともについたことがこの留学生活を大きな問題もなく送れた理由だと思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 20 万円/海外旅行保険 15 万円/教材費３万円/旅行 20 万円/準備したお小遣い２０万円/8 ヶ月間/フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

友達を作りたいと思った時に声をかけるか迷ったらすぐに声をかけること。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

面接、ES 提出、説明会

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学前の準備力と、留学を通して身につけた、一人で生き抜く力と他の国や地域で育った仲間との絆についてアピールしたいです。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定。客室乗務員を目指して就職活動を継続します。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Calgary
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	社会学
各学期の合計履修単位数	秋学期： 9　credits　冬学期： 9　credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Sociology/ Jews, Christians, and Muslims/ Introduction Social Anthropology/Soci Ethnicity and Racialization/ Talking Gender and Sexuality/ Psychology for Everyday Life

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

秋学期は Introduction to Sociology で A-の成績を収めました。社会学の概観や主要人物、理論を学び、社会学的研究の概要と方法論に焦点を当て、ケーススタディを通じて研究方法の理解を深めました。冬学期は Talking Gender and Sexuality/Soci Ethnicity and Racialization で A-の成績を収めました。ジェンダー学ではジェンダーとセクシュアリティの問題に重点を置き、人種など他の問題との関わりも学びました。社会学では人種とエスニシティが個人と社会の両方にどのような影響を与えるかについて理解を深めることを目的とした学習をしました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

学習面で最も困難であったことはエッセイを書く課題です。引用文献を用いることや、エッセイの書き方の指定などのルールがそれぞれの教授によって少しずつ異なっていたため、同時に何個かのエッセイ課題があった時には混同しないように注意をしていました。エッセイを書き始める前に、書く際のルールや注意事項をそれぞれの科目のノートに書き出すことで常に確認できるようにしました。またエッセイの内容に関しても提出する前にネイティブの友人に文法の確認と内容の確認をしてもらいました。内容が分かりにくいところでは自分の口で書きたかった内容を説明することで、より分かりやすい英語の言い回しなどを教えてもらうことができました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

学習を行う際に大切にしていたのは計画的に行うことです。シラバスを見るとテストの日程や課題の提出日を記載してくれているものがあるので、履修する科目を決めたらカレンダーにすべて書き込みいつテストがあり、いつ課題提出をしなければならないかを把握することでそれらに向けて計画的に学習を行うことができます。また、授業中はノートを取ることも大切ですが、ノートを書くことに集中しすぎてしまうと大切なところを聞き逃してしまう場合があるため、授業前に授業で話される PPT などがあらかじめアップロードされているときには目を通しておくことで重要なポイントに集中できるようにしておくといいと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

大学のホームページを見ると試験の準備方法や対策についてたくさんの情報を得ることができます。また、様々なアドバイスと学業支援サービスを提供している Student Success Center によるイベントや予約することでできる個人面談などがあります。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業時間以外は主に現地の友人たちと一緒に過ごしていました。図書館で一緒に勉強をしたり、お互いの部屋に行って遊んだり、ダウンタウンに遊びに行くなど限られた時間の中で多くの経験をするためにアクティブに行動することを心掛けていました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

数日間寮の自分の部屋で過ごした後、友人たちと一週間程度旅行に行きました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

ダウンタウンはホームレスの人や薬物を使用している人と遭遇することもあったため、夜は一人で歩かないようにしていました。また、稀にキャンパス内にも学生以外の人がいることがあったので夜中に図書館から寮に帰る際には友人と電話をしたり、なるべく友人と一緒に帰るようにしていました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

２学期間の留学で、後半の学期に一つ上のレベルの授業を履修したことが自分の成長に最もつながったと思います。一学期目は環境に慣れるためすべて Introduction レベルの授業を履修していました。専門用語が用いられることが多く、授業を一度聞くだけでは理解できないことも多くあり、自分で適切な学習方法を探すことでついていくことができ、一定の成績を収めることができました。後期は慣れによる怠惰を防ぐため一つレベルを上げました。前期に作り上げた学習方法だけでは足りなかったため、それをベースに新たな学習方法を考えるなど、自分のパフォーマンスを高めるため沢山悩み、考えることで、成長

2023 年度　長期留学帰国報告書

できたと考えます。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学することを目標に大学生活を行っていたため、渡航が決まり留学生としてカナダで学び、無事に留学を終えることができた今はこれまでの人生の中で大きなステップを踏むことができたと考えています。今後の生活では、留学を通して気付くことのできた自身の長所や成長できた点を就職活動の際にアピールしたいと考えています。留学生活では学業面でも生活面でも新しい自分を発見をすることができた機会なので、それらの気づきを活かしながら今後の自分にプラスになるように生活をしていきたいと思っています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券約３５万/海外保険約２１万/教材費４万/旅行約１０万　合計約７０万/９か月/フルスカラシップのため、住居費・生活費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学を準備している段階では期待や不安があると思いますが、実際に留学先での学びや生活を実りあるものにするために、渡航前からしっかり準備をしておくといいと思います。留学前準備教育は自分の学習スタイルを見つけることのでき、習慣づけておくことで、留学先でも役立つと思います。私は特にリスニングは学習面でも生活面でも重要になると思います。普段のリスニングテストなどは違い、留学先では様々なアクセントを使う人や話すスピードがとても速い人もいるため、あらかじめ色々な英語に慣れておくことで、渡航先でもスムーズに会話や授業を聞くことができると思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、オンライン企業説明会参加、ES 提出

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

就職活動では、留学を通じて身に付けた新しい環境への適応能力についてアピールしました。新しい環境でも、すぐに周りの環境に慣れ、なじめることをアピールすることで、就職先でもチームワークを大切にし、周りと協力しあうことができる能力を持っていることを伝えることができたと思います。また、留学先での計画的な生活についても話をしました。留学先で、日々計画を立ててテスト対策や授業についていくために行っていたことを話すことで、几帳面で計画的に物事に取り組むことができることをアピールしました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　航空業界に関心があるため、CA 職を目指して就活を継続しています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Lethbridge
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	国際政治学は 2 学期間を通して講義をとりました。初学期は国際政治における基本的な思想をさらい、2 学期目にはさらに学問として扱われるようになった国際政治の中での国際政治の解釈に加えてその研究方法まで取り扱いました。カナダやアメリカ国内の政治思想や仕組み、憲法、各総理大臣あるいは大統領の思想についても考察しました。2 学期目には拡大するグローバル化とともに国境を超える問題となりつつある環境問題や核、軍事問題、テロ問題、金融問題、人権や貧困問題、それぞれの問題に関連する国際組織などより細かく国際政治を取り扱いました
各学期の合計履修単位数	春学期: 9 credits、秋学期: 12 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Fundamentals of Business/Introduction to Political Science/ Introduction to Sociology/Introduction to Microeconomics/Marketing/International Relations/Introduction to World Religious

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Marketing では最も高い成績をとることができました。この講義ではマーケティングに関する一連の計画実行の流れと各段階において活用できる研究方法や戦略の種類、知識を学習しました。さらに自分たちの商品やサービスを消費者にアピールするにおいて大切なマーケティングミックス(4 P: Product, Place, Price, Promotion)を中心として身近なブランドや商品の販売における戦略を例として学習しました。さらにこの講義を通して行われたグループワークではそれぞれ好きなビジネス構想をもとに市場調査から広告スケジュールと予算まで知識を使いながら計画書を作成しました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最初は英語の聞き取りに最も苦労しました。カナダは多文化と人種の多さから英語のなまりが様々で全てに対応するのは難しかったです。特に苦労したのは授業内でのコミュニケーションをとるようなアクティビテ

ィやグループワークでの相談などです。互いに漠然としたアイデアの表現に苦戦しつつ、しかし細かいところまでしっかり意思疎通する必要がありました。普段の会話よりも相手が伝えようとしている内容を言い直しながら確認する、相手に伝わっているか確認しながら話を進める、例を多く使うなどに注意しながら理解できるまで粘り強く質問を繰り返しました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

まずはすべての授業に出席すること、予習で教科書を読むときにしっかり読み込んで疑問点を極限まで減らしておくこと、わからないことはためらわずに教授に聞くことが大切です。特に最初、聞き取りに苦労する場合はその分教科書を読みこんで自分が自由に時間を使える勉強方法で補完しておくと、理解できる内容や理解度がとても上がります。グループワークについては上記に書いたように普段の会話よりもより確認を多くしてしっかりと意思疎通をしておくことが大切だったと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

留学生とのバディシステムはとても助かりました。私の場合は関西外大に留学したことがあり日本語の勉強をしている方がバディになってくれました。私のことをよく気遣ってくれた人で、地元の日系カナダ人のコミュニティに関わるイベントを行うボランティアを知り参加できたのも彼女を通してでした。他に留学に行ってすぐに開いてくれた留学生向けのイベントでも同じく留学に来ている仲間と知り合うことができたことも心強くて良かったと思います。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

私のバディの方伝いに地域の日系カナダ人達を中心として構成されたボランティア団体に参加して、彼らとの娯楽的なイベントから、地域の方たちを招いて日本文化の紹介を目的としたイベントまでいくつか参加しました。アニメを通じた交流や、日本文化を紹介する活動など楽しかったのはもちろんですが、彼らが自分たちのルーツとなる日本文化をいかに愛して継承しようとしているかを強く感じました。単一文化社会で生きてきた自分がアジア人、日本人というアイデンティティを持ち、誇り、大切にすること。他者や多文化を尊重するとは、同時に自分のルーツを認めて進むことなのだと多文化社会での日本人としての己のあるべき姿を考えさせられました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

休暇が始まってすぐに 10 日間カナダ国内の旅行をしました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

2023 年度　長期留学帰国報告書

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

大学内の生活に関しては、大学のセキュリティサポートアプリがあったのでそれをインストールしていました。使うことはなかったのですが、セキュリティに関連する情報が簡単に取得できたり送迎サポートなどもすぐ依頼できるようになっていました。特に旅行先で感じたことですが、カナダの交通機関はシステム的に無賃乗車ができるような仕組みになっており、ホームレスが宿代わりに利用するなどの光景も見られました。都市では夜遅くまで運営していますが寝ないように気を付けた方が良いと思いました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

グループワークを通じてのコミュニケーションへの意識が変化しました。1 学期目はマネジメント、2 学期目にはマーケティングの両方の講義で 1 学期を通じてのグループプロジェクトや協力作業がありました。1 学期目では自分の意見を恐れずに表現することを意識していましたが、この時相手との相互的なコミュニケーションを考慮した時にしっかりと傾聴できていなかったように感じました。2 学期目にはこれを反省してわからない、聞き取れなかったと言うことを恐れず、理解することを諦めないように意識して取り組みました。結果、意思疎通とフィードバックを欠かさずにプロジェクトを進められたおかげで 98 点という高得点を獲得できました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学をして最も感じたのは日本との文化的な側面のみならず、その文化を持つ社会としての性格や、その社会に属する個人のマインドセットの違いでした。特に今回は大学にて学問を通じて経験を得た中で学問や勉強そのものとの向き合い方や解釈が一般的な日本のそれとは違って、学習者個人が自分が生活する世界を解釈する知識の中に自然と組み込まれているように感じました。同時に、日本では知識が日常とは分断されていて拡がりがなく、努力や労力が空回りしているような感覚に陥りました。目的を持つこと、生活の中に学問を組み込むこと、生きた知識と終わりなく学び続ける姿勢を持つことを心に刻み、より広い世界で戦えるようになりたいです

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 54 万/海外旅行保険 17 万/住居費等大学への支払い 90 万/旅行 30 万/食費 24 万/携帯 3 万(Phonebox)

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

出発前に手早く日本語で学べることは学んでおいた方が良いと思いました。母語で恵まれた学習環境の中、高等教育にまで手が届く環境がいかに恵まれているか。表現する言語は違っても概念そのものが変化することはありません。英語学習以外の事も学びたいのなら、興味のある分野についての基本的な知識を学習しておくと教科書を読み込む時間や授業でついていけないということを事前の知識でカバーすることができる。ディスカッションでも自信を持って発言できる。最短でさらに上のレベルや深い理解を目指せるので留学に行く前の事前準備として大切なことだと思いました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Saskatchewan
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	Sociology, Psychology
各学期の合計履修単位数	秋学期：9 単位　冬学期：9 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Sociology Society Structure Process/Sociology Social Construction of Everyday Life/One World Many Peoples Introduction to Cultural Anthropology/Families Social Structure and Social Change/Social Clinical Cultural and Developmental Bases of Psychology/Introductory Microeconomics

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Families Social Structure and Social Change の課題であった family analysis paper です。題材とする家族を選んで、その家族について 2 つの社会学理論を適応させて分析し、エッセイとしてまとめる、という課題でした。分析できるだけの社会学理論への理解が前提として必要だったため、復習・予習と教授への質問の徹底と図書館のエッセイサポートも活用して、目標スコア以上を取ることができました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

カナダの大学だったので、どうしても授業内容でカナダ国内の事例を提示され、それに対してのディスカッション等が多かったのが大変でした。自分が疎い内容だったので、自分の意見を話すのが大変でしたが、逆に日本の現状と比較して話すようにしていました。ディスカッション中はグループメンバーに少し説明をお願いしたり、ニュースを見て知識を得るようにしていました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

分からない箇所があればとにかく教授のオフィスアワーを活用して直接聞きに行くこと。行けば行くほど顔と名前を覚えてもらえるので、多岐にわたるアドバイスをもらいやすくなったように思います。グループワークは意見を言うのが最優先。英語が 100%正しいかを気にするのは二の次という意識でやっていました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

周りも正しさはそこまで気にしていないので、正しいか正しくないかを恐れて何も言わないということだけは避ける。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

TA サポート（その科目を専門としている大学院生が時間を設けて課題の質問や分からないところを教えてくれる制度。）図書館の writing tutors（図書館の職員がエッセイ等の文章を見て、ライティングスタイルの確認や改善方法の提示を行なってくれる制度。）

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外の時間は寮に帰る前に大学のジムで運動をして時間を過ごすことが多かったです。運動をしている学生が本当に多いのでジムコミュニティがとても発展していて、その中に属してコミュニケーションを取れたのも良かったと思います。また、internaional student のためのコミュニティを運営している団体の weekly supper に参加したりもしていました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

大学寮に滞在していましたが、その中で数日間の旅行に行ったり、キャンプに参加したりしました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

日本とは違うということ、自分の身は自分で守ることを常に心がけることは必要かと思います。また、どこにいても怪しい人はいるものなので、堂々としていることも有効な方法だと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

ある授業の中で、グループワークで話し合ったことについて各代表者がクラスの前で発表しなければならなくなり、その代表者を務めたことです。ギリギリまで本当に怖くて、渋っていましたが、もう後戻りできない状況になってやりきった時に、自分の英語力とメンタルの向上を実感しました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

今後はまず英語資格の取得と得点アップに向けての勉強を続け、留学で感じたカナダと日本の違いやお互いの良さを思い返し、多少のアドバンテージを持った人間として今後の就活や自分の人間としての成長に生かしていきたいと思います。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券代 40 万/海外旅行保険 20 万/キャンパス保険 8 万/教材費 9 万/旅行 20 万/お小遣い 22 万/合計 119 万/8 ヶ月間/フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

自分の欲望に正直に、やりたいと思ったことはやってみる。そして、慣れてきた時こそチャレンジャー精神とハングリー精神を忘れずに、大切な留学機会を楽しみつくし、充実したものにしてほしいです。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

英語力を活かしながらグローバルに働け、留学で得た日本と外国の違いを踏まえた日本の良さを体現して働ける環境に身を置きたいため、航空業界で客室乗務職を目指して就職活動を開始する。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Saskatchewan
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	ビジネス/マーケティング、社会学
各学期の合計履修単位数	18 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Business/One World Many Peoples Introduction to Cultural Anthropology/Social Construction of Everyday Life/Introduction to Marketing/Business Communication/Foundation in Sociology Society Structure Process

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Business Communication：　メールや手紙の書き方、言葉遣いやコミュニケーション方法など、あらゆるビジネスシーンで活用出来る基礎知識やマナーを学びました。実際にビジネスメールを書いたり、シナリオに沿って調査をして報告書を作成したり、報告書を読んでプレゼンテーションを行ったり、実践的な課題が多かったのですが、日常会話レベルの英語だけでは課題にうまく取り組めず、苦戦しました。しかし、授業初めの復習クイズや、単元の確認テストに毎回きちんと取り組み、予習復習に励んだことで、留学中に履修した科目の中でいちばん高い成績をとることが出来ました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学が始まってすぐ、一学期目の授業でグループワークがありました。初めて現地の生徒と会話をして、スピードや語彙に圧倒されて、意見をほとんど言えず、自分が貢献出来ているのか不安なまま終わってしまいました。だから、2 学期目でのグループワークは、置いていかれる前に自分の意見を先に言ったり、思ったことや分からないことがあったらすぐに聞いて、とにかくグループに貢献したいという姿勢を見せることを大切にしました。その結果グループ課題の最終成績も良い結果におわり、少しでも自分が貢献できたのではないかと、自信にも繋がりました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業はとにかく聞こうとすることです。最初は分からなくても、分からない単語やフレーズを調べながら追いつこうとしているうちに慣れてくるし、効率的なノートの取り方も定まると思います。そのノートを使えば、課題をする時にスライドや授業資料以外にも補足資料として使えるので、とても役立ちました。グループワークでの発言は、思っている以上にハードルが低いと思っていいと思います。分からないことは何でも聞いていいし、思ったことはまとまっていなくても、伝えようとすれば聞いてくれる人が必ずいます。みんなが理解しようとしてくれて、伝えようとすれば聞いてくれる人が必ずいます。みんなが理解しようとしてくれて、伝わった時はとても嬉しいし自信がつきます。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館の中に、エッセイやレポートの書き方を教えてくれたり、参考文献探しを手伝ってくれたり、校閲してくれたりする Writing Center がありました。私は大きなエッセイもレポートもなかったので活用しなかったのですが、友人が（優しく丁寧に、でも効率的に教えてくれてすごく役に立ったから困ったら行くべき）と言っていました。また、同じく図書館の中に予約制の自習室があって、静かに集中したい時はもちろんですが、中にスクリーンもあるのでプレゼンテーション練習にも活用できました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

カナダは多国籍・多文化だと聞いたので、いろいろな国の人と関わってみたいと思い、国際学生や留学生向けのイベントに積極的に参加しました。一緒にご飯を食べて交流を深めたり、日本のことを教えるだけじゃなくて相手の国のいい所も教えて貰って異文化理解を深めたりして、帰国後もお互いの国に行ってまた会いたいと思うような大切な友人とも出会えました。国や言語の壁を越えてたくさんの人と関わることができて、とても貴重な機会と思い出になりました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇は、トロントやカルガリー、バンクーバーなどカナダのさまざまな土地に旅行をしました。私は食べることと綺麗な景色を見ることが好きなので、その土地の名物を食べてみたり、山や海の方に行って街を見下ろしたり空を眺めたりしました。食べて歩いて、綺麗な景色を見て、お腹がすいてはまた食べて、という感じで、私にとってはとても心が休まる幸せな時間を過ごすことができました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加していません。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

嫌な時は No とはっきり言う勇気を持つことです。相手の性格にもよりますが、No と気が引けるぐらいはっきりと言って初めて伝わる、ということが何度かありました。カナダ人の友人に聞いても、「No と言われて

も悪い気はしないし、むしろ暖味に返事をされて実は嫌だったと後から知るほうが嫌」と言っていました。そしてこれも場所によるけれど、夜遅くと言うより、暗くなったら一人で出歩くのは控えて、人目がないところは時間関係なくなるべく避けるようにした方がいいと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

英語力の面では、外国人の友人と遊びに行くことが一番大きな向上につながったと思います。日本人同士だと、どうしても日本語で喋ってしまうし、英語で話そうとしても分からないところは日本語で言えば伝わってしまうので逃げ道がありますが、英語しか伝わらない友達となら、自分の知っている精一杯のボキャブラリーを使って喋ろっとするし、相手から新しい言葉を教えてもらえたりもして良い練習になります。友達と話していて、英語でなんと言うべきか分からず諦めようとしたら、友達に「諦めるな！できる！」と言われて、なんとか自分の言葉で説明できたときにすごく褒めてくれて、とても嬉しかったのを覚えています。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

言語学習の意欲向上と将来のビジョンが定まってきたことが、大きな変化だと思います。留学中に関わった方々に、何ヶ国語も話す方が何人もいたことと、ケベック州に行った時に、同じカナダなのにほとんどの人がフランス語を話していることに衝撃と感動を受けた影響で、更に英語力を向上させたいというのはもちろんですが、それ以外の言語にも挑戦したいと考えるようになりました。そして、さまざまな国の人と交流して得た価値観や考え方、異文化理解を活用して、日本だけではなく、海外の人にも良い影響を与えられるお仕事に携わりたいと思っています

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券　45 万/　海外旅行保険　20 万/　キャンパス保険　各学期 5 万　/　教材費 5 万　/　旅行　35 万　合計 115 万/ 9 ヶ月間　/　フルスカラシップのため、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

海外でしか出来ないことをたくさんしてください！友達と遊ぶとか、美味しいご飯を食べるとか、旅行にいくとかなんでも、あれ楽しかったな、またあそこ行きたいな、あの景色綺麗だったな、あれまた食べたいな、って思えるような素敵な思い出があるだけで、記憶の中にこの経験がどんな風に残るかが変わると思います。もちろん最大の目的は、語学力を向上させることと勉強をすることですが、将来の自分がこの留学を振り返った時に、自分の人生に良い影響を与えてくれた経験だったと思えるようにするために、たくさん貴重な体験をして素敵な思い出を作ってくることは、とても大切なことだと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

学期中は授業の予習復習、試験などでなかなかできませんでしたが、学期の終わりが近づいて時間が増えてから少しずつ始めていました。私は具体的な目標や夢がいまいち定まっていなかったので、オンラインでキャリア面談を受けたり、さまざまな企業の説明会参加に参加してみたりして、いくつか興味があるところにエントリーシートを提出していました。

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

Super IES と留学準備教育でずっとオールイングリッシュの授業を受けていたことと、留学経験は英語力と異文化理解力を証明する材料のひとつになると思っています。また、私は高校生の時の語学研修で失敗・後悔した経験から大学での海外留学を目指し始めたので、外国語大学に入学して実際に留学する目標を達成したという点で、継続力や挑戦力もアピールできると思います。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

現時点では確定していませんが、食べることが好きなので食品系の企画・マーケティングは考えていますし、他には広告系・服飾系にも興味があります。どの業界に行くにしても、今まで勉強してきた英語とマーケティングの知識を最大限に活かせる場所で働きたいと思っています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスでのイベント運営、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Saskatchewan
留学先国	Canada
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	経営学、社会学、政治学
各学期の合計履修単位数	1 学期目: 9 単位　2 学期目: 9 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Business/ Organizational Behavior/ Social Construction of Everyday Life/ Business Communications/ Introduction to Sociology Society, Structure, Process/ Justice and Injustice in Politics and Law

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Justice and Injustice in Politics and Law、政治や法律において正義とは何かを学ぶ。Kant, Rawls,Aristotle などの哲学者の異なる思想を学ぶことで、何を重要視するべきかを考える。Utilitarianism, Libertarianism などの思想を中心に学び、歴史的な出来事や反乱と共に社会の変化を学ぶ。最終成績は 75 点。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最初の 1 ヶ月間程度はリスニングにとても苦戦した。特に経営学は専門的な単語が多かったため、授業内容を理解ために、経営学の単語の勉強や復習・予習をするようにした。リスニングは時間とともに慣れてくるので、毎回の授業で聞き流すのではなく、1 単語でも多く聞き取れるように心がけた。また、教授がレコーディングを添付してくれた際は、授業内容を動画で見直すと聞き取れなかった部分や、分からなかった単語を再度学習することができて効果的だった。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

グループワークでは必ず発言する。ネイティブの話すスピードについていけなかったり、会話でわからないことがあったりすることが多いが、全く発言しないと、いない人として扱われ、全くグループワークに参加できないので、早い段階から留学生ということを知らせることが重要。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学校のエッセイサポートはとても役に立ちました。長いエッセイだと、資料収集や、適切な表現方法のアドバイスを聞けるので、特に最初のエッセイはサポートセンターを利用すると良いと思います。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

毎週ある無料でご飯を提供するイベントに参加しました。留学生が多く参加しており、ネイティブの人も参加するので大学の情報の共有の他に、他のイベントも新しく知ることも多く、友人関係を広がることができるだけでなく有力無情報も入手することができます。積極的に話しかけたり、相手について知ろうとする姿勢を見せることで、相手とのコミュニケーションをより楽しめると感じました。多国籍な人々と交流することで、今までにない価値観や文化背景を学ぶこともできました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

秋休みは友人の旅行に出かけた。寮で課題をすることもあったが、なるべく外出してカナダでしかできない体験(美術館めぐりや飲食店)をすることを心がけた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

外が暗くなったら必ず ２ 人以上で外出したり、遠回りでもなるべく学校の敷地内や建物の中を通るように心がけていました。友人になった相手でも、知り合ってばかりの間は ２ 人きりで車で外出することは避けていました。基本的に２人以上でいることを心がけました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

グループワークが１番な成長に繋がったと感じます。周りについていこうとする力や、分からないことは自分から助けを求めることで国際交流に対する不安や恐怖を克服できました。毎回のグループワークでどれだけ発言するかの目標を立てたり、前回よりも多く意見を出すことを心がけて参加しました。グループワークに責任感を持って参加することで、授業への意欲にも繋がり、意見に同意してもらった時はとても嬉しかったです。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

カナダで日本人という少数派に属するとこで、国際的な文化背景を持つ人々に対して平等意識をまた姿勢の大切さを学びました。見た目で判断するのではなく、異なる考えや価値観を学ぼうとする姿勢で

2023 年度　長期留学帰国報告書

取り組むことで、今まで誤解していたことや知識に対して新しい側面を知ることができます。日本にいる外国人に話しかけたり、困っている人の手助けを積極的にしていこうと思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券５０万、寮 40 万、食費２４万。総額費用１５０万程度。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学で大変なことに直面することは多いが、その分視野も広がり、多国籍な人とのつながりで多くの学びがあり、自己成長できるので良い挑戦だと思う。また、日本を客観視することで今まであたりまでだと感じていたことや、異国で自分の力で生きていくという面で家族に対しても再び感謝の気持ちをもてるようになる。失敗をしても全て成長や学びにつながると感じた留学でした。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、就職フォーラム、面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学生との共同生活で得た協調性

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　国際交流に興味があるため、航空業を中心に就職活動をしています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語国際学部英語国際学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Masaryk University
留学先国	Czech Republic
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	メディア学、経済学、広告学、教育学、コミュニケーション、芸術、スポーツ科学、視覚文化
各学期の合計履修単位数	秋学期: 31 単位、春学期: 30 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Personal and Social Education/Images, Media and Migrations: the Visual Cultures of the Medieval Worlds/Public Economics/Online Television/Data visualisation/New Media Advertising/Visual Art/Visual Culture and Practices/Sport and Society など。

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

科目名: New Media Advertising、単位数: 4、広告業界のメジャーな戦略を教授から学ぶと同時に、グループワークを通じて毎週末の課題に取り組んできた。内容としては、授業内で得た内容を活かして実際に広告を作成したり、それを紹介するためのプレゼンテーションの作成など様々であった。頻繁なチームメイトとのミーティングを通して各プロジェクトの質を上げ、最終的な成績として、履修生の間では一番高い評価を頂いた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

学習面で最も困難であったことは、課題の頻度が常に一定ではなく、時には多く、時には少なくといった内容の科目が多かったため、上手くこなしていくのがとても大変だった。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

グループワーク等で課題を進める際に、文化や価値観の違いから時間を守れる学生とそうでない学生が分かれること頻繁にあるため、チームを構成する際は可能な限り自分が信頼できるような学生と一緒になることが重要である。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学内の学修ポータルサービスに関しては Google 翻訳されただけ、或いはそもそも英語にすら対応していないページが多くあり、現地語話者（チェコ語話者の学生）と比べると受け取れる情報量に大きな差が見受けられ、公平性はあまり期待できない。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

特にサークル等には所属しなかったため、一人の時間を作り、多くの近隣諸国を訪れ、ヨーロッパの暮らしの様子や歴史などに関する知識を深めていった。そこで一番、自分の学びにできたことは、同じ EU 圏内である程度国の雰囲気が似てるとはいえ、各国それぞれが自分たちのアイデンティティを大切にしているということであった。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇中（冬休み）は、前半を課題提出のための期間にしてチェコ国内で過ごし、後半を旅行するための期間とした。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

OSSMA を使う。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

良い意味でも悪い意味でも、やはり一番信頼できるのは自分しかいないと感じた。特に海外に身を置くとなると、文化や価値観の違いで、自分にとって信頼できる人とそうでない人が大きく分かれる。そのため、人に頼ることも大切ではあるが、それ以前に可能な限り、自分で解決できるようにしていく必要があると感じた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

新しい土地へ移動する際には、その土地のポジティブ面とネガティブ面をしっかり考慮した上で行う必要があると感じた。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券：18 万円、保険：30 万円、娯楽費：35 万円、食費と居住費と学費に関してはフルス

2023 年度　長期留学帰国報告書

カラーシップのため支給された

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学先がどこであろうと、その土地のポジティブ面とネガティブ面をしっかり予習していく必要がある。特に、留学から帰国してきた学生はポジティブ面を誇張する傾向があり、次に同じ場所へ留学する学生は、その情報だけを頼りに現地での生活を開始すると、思いも寄らなかったような困難に直面することが多いと感じた。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Turku
留学先国	Finland
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	人文科学
各学期の合計履修単位数	秋学期：30ECTS　春学期：30ECTS

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Nordic Gendered Norms and Practices/Technology and Modernity in Finnish Culture/Finnish Survival Course for Exchange Students/DSP/ S L A /ConLit/The Story of English/Finnish Lives/Finnish Folk Culture/Intro to Finnish Culture and Society/TMoAW/Fiction and Poetry/ELL

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

タイトル：Discourse Studies and Pragmatics 内容：春学期に履修していたこの講義では、Final Assignment としてテストとレポートが課されていたが、テスト内容が講義全体で、レポートが講義の内容を活かして、実験を行うというものだった。成果：人がどうやって意思疎通しているのか、なぜ他人が発言した内容を自分が理解することが出来るのか、ということを理論的に理解でき、非常に有意義だった。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

グループワークが最も困難だった。互いの意見を、母語ではない言語で解釈し、すり合わせていくという点で、非常に難しかった記憶がある。私は、その困難に対して、相手の発言を自分なりに要約して反芻し、その理解が正しいかどうかを、再度相手に確認をとることで対処をしていた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

とにかく惰性にならないこと。惰性で受けていると、レポートだったりテスト時に、絶対的に公開することになる。課題の量は、基本的に関西外大のそれより多いと感じているので、こつこつやっていくことが本当に重要だと考える。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

24 時間利用可能な大学内の学習スペース。大学内に点在している図書館

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

課外活動では、日本語サークルに所属し、国籍、年齢問わず、日本語を話したい人たちと集まって、集会だったり、料理会等を開催していた。彼らが、積極的に日本語で、彼らの身の回りのことについて語ってくれるので、より異文化というものを肌で感じやすいと考えるし、実際に感じた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇はなかった。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

胸を張って歩く、筋トレをする、友人が行かなさそうな場所には行かない

１０．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は、就職だったり、今後の展望などは全く考えたりしていなかったのだが、今、実際に社会が目の前に迫ってきていると実感している。留学経験を活かせる仕事に就き、海外転勤したいと強く考えている。

１１．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 47 万/海外旅行保険 22 万/旅行€581/お小遣い€1,200/月/家賃€389.33/月
合計：306 万円/9 か月

【就職活動について】

１２．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１３．　具体的な就職活動

2023 年度　長期留学帰国報告書

１４．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

「分析思考力」、「継続力」これらは、筋トレでベンチプレス 100 キロを目指し、達成した過程で得られたスキル。

１５．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　海外転出を目指しているので、グローバル企業で就職活動継続

【今後の協力について】

１６．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学（HMP)
留学先大学	Haaga-helia university of applied sciences
留学先国	Finland
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	hospitality/ tourism
各学期の合計履修単位数	秋学期 25credits、春学期 25credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Basics of Financial Management/Managing Customer Experience /Managing Sustainable Operations/ Profitability Planning/Pro-Active Management/Experience and Transformative Economies/Finish language and culture 1/Creative Hospitality/Sustainable Experience Economy/Working within the Experience Economy

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

グレードとしては Finish Language and Culture が最も高いですが、私としては Working within the Experience Economy の成果を最も評価したいと考えています。この科目は他の科目同様 5 credits でしたが、課題の量が非常に多く、高い質も求められました。私はこの科目に最も時間を割き、留学期間中の学習レベルを上げてくれたと感じています。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

自分の英語能力の低さから、一学期目は授業を理解するのに非常に苦戦しました。そのため講義内容を録音し自宅で聞き返す毎日でした。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

分からないことや曖昧な理解があるときは、とにかくプライドを捨てて、人に聞きましょう。誰もあなたを責めません。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

旅をする機会が多かったです。時間とお金が許す限り、ヨーロッパを旅しました。何日もシャワーに入らなかったり、お金をだまし取られたり、事件に巻き込まれそうになったりと、ありがたいことに様々なことを経験することが出来ました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

基本的に友人の家で過ごしましたが、初めてベルギーとオランダに一人旅をしに行きました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

「N/A」

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

一つ上げるならば、自分の意志を持つこと、そして曲げないこと。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

出会いと別れです。約十か月の留学期間を通して、たくさんの人と出会うとともに別れもありました。特に目標としたい人たちに出会えたことが自分の成長につながりました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

正直な話、留学をしたからこれからの人生をこう生きるなどといった考えはありません。しかしながら留学によって気持ち的に広がった視野を持ち、20 代のうちはやりたいことに素直に生きようと思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復チケット 40 万（帰りのチケットを取っていましたが、日程変更の期日に間に合わず、チケットを買いなおしました）/食費及び住居費（フルスカラシップによる支給）

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学生活はこうあるべきだ、英語はこうあるべきだ等の他人のアドバイスを聞かないこと。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

ロンドンキャリアフォーラムへの参加。

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

実際にロンドンまで足を運び面接を受けてきました。留学していることを特にアピールした記憶はありませんが、どうしてフィンランドを選んだのか、留学期間中に思い出に残ったことは何か、留学先大学で何を学んでいるか等の質問は受けました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

内定が一つもございませんので、継続して就職活動を行う予定です。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Bamberg
留学先国	Germany
留学開始日	2020 年 9 月～
留学終了日	7/1/2024
留学先での主な履修分野	国際経営学、春学期には文化学の授業も受けた。
各学期の合計履修単位数	秋学期 24ECTS、春学期 25ECTS

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

300 文字を超えるため、メールにて送信します。

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Strategic Brand Management の授業内では、基本的な経営戦略をベースに例として各ブランド特有の経営戦略について研究した。ドイツということもあり、例としてよく自動車のメーカーが多かったがそのほかにも飲料メーカーやスーパーマーケットなどについても勉強した。各企業、またブランドごとに狙う客層、そこへのアプローチの違いがとても興味深かった。この授業を通して、自分が買い物に行くたびに、製品の特徴によく注目するようになったり、どんなものをどのような人が使っているのかについて発見があったりと、企業ごとの戦略が垣間見える場面に遭遇でき、学習と生活がつながるように感じた。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

学修面で大変だったと感じたのはテストに向けた勉強である。授業中の英語はいつでも中級レベル以上であったり、授業中には理解できたことも帰って復習しようとすると内容が多くて時間が足りなかったり、テスト形式の多くが記述式であることだったりと、プレッシャーがいつでもある状態であった。これに対しては、普段確保できなかった時間をテスト前にたっぷり取り、授業の大まかな要点から吸収しようと取り組んだ。わからないところは遠慮せずに友人や先生に聞くことで理解が深まったし、特に現地の先生はいつでも温かく自分をわかってくれた。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

日々の生活の中に学習の時間を取ることが大切だと痛感しました。私は自室ではあまり集中できないタイプなので、図書館をすぐに自分の学修場所として利用し始めたことで、そこに行く習慣もつき抵抗がなくなったのでいつどこで勉強するかを毎日でなくても体に慣れさせるのがいいと思います。グループワークで

はわからないことはわからないと伝えることで教えてくれる人もいるので素直に伝えると良いと思います。自分の留学先のドイツでは、昔の友人と長く付き合いグループをあまり変えたりしない（らしい）のであまり多くのドイツ人の友人はできなかったので、留学生対象の授業をもっと取れば良かったなと感じています。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学修についてはほとんど生徒主体で特にサポートを受けることはなかった。個人学習中によく図書館を利用したがとても便利だった。街中にいくつか図書館があり、アクセスが簡単だったのと、図書館内の学習用スペースがとても広く、席に困ることはまずなかった。基本的に遅くまで営業しているが、２４時間空いている図書館もあったので自分のペースを崩さずに勉強できたのはとても良かった。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

到着後早々に手術と入院生活を始めて経験した。自分にとってとても辛い経験だったが大きく成長したとかんじている。まだ慣れない土地でドイツ語もわからず、体調が最悪の事態に自分でそれに対処しなければならなかった。これを経て、メンタル面が大きく成長したと感じている。その後の留学生活や旅行先で起こる予想外の事態にも冷静を保つことができたし、自分の意思をはっきり力強く伝えることができるようになった。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

多くの国に旅行に行った。留学中の目標として、多くの人ができない経験をするということを掲げていたので、EU 圏内の旅行をめいいっぱい楽しんだ。自分の留学先だけでなく違う地域の文化的遺産や食文化を肌で感じることができとても楽しく貴重な経験だと感じた。同じ英語話者でも、国ごとのアクセントの違いがあり、たまに苦戦した。各国の環境や人々も全く異なり時には差別的な対応を受けることもあったが、それをきっかけに人種の違いや生活の違いなど多くを考えさせられるようになった。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

危機管理の一環として、日本にいる家族や友人と頻繁に連絡を取っていた。普段からどこにいるかや何をしているかを普通の会話の中で伝えることで周りも安心できたし、自分も心置きなく自分がすることに集中できた。生活面では通貨のレートをいつも確認して無駄遣いや使いすぎないように確認していた。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

異文化に対する理解力と自分の意思をはっきりと伝える力である。ドイツではドイツ人だけではなく外国

人も多く、留学生も含めるとさまざまなところで多様な国々の人と関わる場面が多くあった。自分と異なる文化を持つ人たちを固定概念などを持たずに純粋な気持ちで交流ができたと感じている。中には嬉しくない経験をしたこともあったが、その際に嫌なままで終わらずに伝えたいことはしっかり伝えて問題解決につながることもあった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

就職後は身につけたコミュニケーション能力を存分に発揮して、多くのお客様と関わる仕事を楽しんで努めていきたいと感じている。一人の人間としては、さまざまな国でいろんな感性や文化を持つ多様な人々と関わってきた経験を活かして、偏見を持つことなく、誰にでも理解を示すことで、例えば日本に観光や移住でやってきた外国の人々を助けたいと思う。留学前にはあまり考えることがなかった戦争や政治的問題にも興味を持ち始めているので、勉強をし、正しい情報をもとに自分の意見を持てるようになりたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券約 26 万円（往復）/ 保険料（現地、１セメスター）約７００ユーロ/ 家賃約６００ユーロ

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

もちろん勉強はとても大事ですが、その土地でしかできない、生の経験をたくさんしてきてください。その土地でしか経験できないことはたくさんあるし、なんならそこで生活しているだけで大きな経験です。だから、”自分は何をしているんだろう”と考えてしまったり、取り組んでいることに自信がなくなったり元気がなくなっても、胸を張って毎日を生活して欲しいです。話すのが苦手な人もとにかく人と話して外に出るといいと思います。ヨーロッパに行く人は一人で旅行してみるのをお勧めします。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、応募、オンライン面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

就職活動の間に、自分の海外旅行の経験をもとに自分の問題解決能力やコミュニケーション能力の高さをアピールしました。思いかけないことが特に多く起きた旅行先でも、躊躇わずに現地の人に聞いたり、英語が通じないところでも冷静に判断してコミュニケーションを図ったりと、自分の力で解決する力と、他人に頼ることも躊躇わないという強みをアピールしました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

ジュエリーの販売業

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Amsterdam universities of applied sciences
留学先国	Netherlands
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	7/1/2024
留学先での主な履修分野	マーケティング、ビジネス
各学期の合計履修単位数	５５ECTS

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Business organization simulation/International strategy and organization/business models and services/contemporary topics in organizational behavior/cases in leadership and change/digital marketing/international business law/sales and services/strategic market management/consumer branding

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Business organization simulation/この教科ではイベント会社のシミュレーションとして、部門ごとにチームに分かれ、それぞれ課題をこなすという授業であり、私の部門ではその会社の一年間の事業計画書を作成するものでした。財務、イベント計画、など様々な項目をそれぞれ違う背景を持つチームメンバーと作成し、昨年に比べてより次の学期の生徒たちに分かりやすいマニュアル制作に成功することが出来ました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学先で最も困難だったのは、英語での専門的な授業に適応することでした。特に、経済学やマーケティングの講義では、専門用語が多く、初めは理解が追いつかないことがありました。この困難に対処するために、まずは予習と復習を徹底しました。授業前には関連する文献や教科書を読み込み、重要なポイントを整理しました。授業中には、理解が難しい部分をメモし、後で再度確認するようにしました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

率先して行動する力が非常に重要だと思います。また、どんな小さなことでも分からないままにしておくのではなく、教授やクラスメイトに助けを求める事も重要です。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

International office に留学生活について困ったことがあれば質問できます。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

特になし

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

ヨーロッパ圏内を旅行しました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

地域の安全情報の収集に徹し、夜間に歩く場合はできるだけ誰かと行動する。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

親しい友人と自分の生き方について語り合う機会があり、改めて自分を見つめ直すことが出来ました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学中に学んだビジネス知識と国際経験を活かし、グローバル企業でのキャリアを目指します。特に、海外市場開拓や多文化チームとの協働に携わりたいと考えています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券３０万/海外保険２８万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学先の文化や習慣、基本的な生活情報を事前に調査しておくことが重要です。また、必要な書類や手続きも早めに済ませることも重要です。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	NHL Stenden University of Applied Sciences
留学先国	Netherlands
留学開始日	2020 年 8 月～
留学終了日	7/1/2024
留学先での主な履修分野	異文化コミュニケーション，マーケティング，プレイスメイキング
各学期の合計履修単位数	春学期 30ECT、秋学期 30ECT

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

International communication/Placemaking

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Placemaking/Legacy/この課題は、グループで取り組むものです。私たちが進めたプロジェクトから離れた後でも、そのプロジェクトが途切れることなく継続されるよう、引き継ぎを目的としています。このため、適切なプロジェクト発表方法やイベントを考案し、実行することが求められます。プロジェクトに関わる地域の住民、クライアント、専門家の方々など、多くの方々に事前に招待状を送り、詳細なイベントスケジュールを計画しました。結果としてはクライアントを含め、参加者全員に満足して頂けることができました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

現地の学校では、Design Based Education というカリキュラムが導入されていて、授業数が少ない代わりに空いた時間を与えられた課題を自分たちで取り組み、考察力や、積極性の向上を図るものです。授業の構成が日本とか異なり、制限がない分、自己決定や自己判断、計画性が求められ、教育方針の違いに適応するのが難しいと感じました。しかし、不明瞭なことは先生や現地の学生に聞き、繰り返すことで慣れることができました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

グループワークが主に多く、異なる文化、国の人たちと一緒に課題をします。その中で、課題への取り組み方、時間の認識、コミュニケーション、目的といった様々な違いにより、すれ違いが多々生じました。その場合は、課題を一旦片隅におき、それぞれの苦手不得意、モチベーション、作業が最も効率的にできる方法は何か、しっかりと向き合う話し合いました。これにより、お互いの苦手をカバーし合い効率よく進めることができました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学校の図書館や、校内にある様々なワークプレースはおおよそ誰もが使用可能です。学校のウェブサイトには、図書館の本が e-book として閲覧可能の本もあります。校内には、無料のコーヒーマシーンが各階に設置されています。利用したことはありませんが、生徒のためのカウンセラーの場所もあります。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

学生寮の近くにスポーツセンターがあったため、バトミントン、ドッジボール、ボクシング、ダンスなど様々なクラブに参加しました。また、他学生が企画したイベントに参加しました。これらを通して、現地の学生との交流の場が増え、習慣や文化の異なる人と話す時、偏見を持たず、違いを認めて理解し共感する心構えがとても重要だと感じました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇はなく、短期休暇の間、ヨーロッパの違う国へと旅行をしました。ドイツ、ベルギー、ルクセンブルク、ハンガリー、フランス、イタリア、イギリスの計七カ国に訪れました。滞在時は、ホテル、Airbnb,友人の家などに滞在して過ごしました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜間外出する際は、同室の人に出かけることを報告すること。帰宅したら信頼できる人に連絡をすること。スマートフォンや貴重品は紐で繋げるか、別のカバンに分けて所持すること。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学中、最も自分自身の成長に繋がった経験は、二学期で選択肢した Placemaking の授業内の個人課題です。授業内で進めていたグループプロジェクトに対しての現地の地域住民の意見を聞き出すために、プロジェクトのプレゼンテーション、企画していたアクティビティの説明、誘導、そして交流を図りました。この活動を通して、人前に立って現場の流れでの動き方、指示の出し方、時間管理などへの理解とスキルを身につけることができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学先での授業で学んだマーケティングや、実際に実在するクライアントと協力して働くことに興味が湧

2023 年度　長期留学帰国報告書

いたため、考えていなかった分野の職業についても調べていきたいと考えております。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 30 万／海外旅行保険 30 万/11 か月間/フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給/イタリア、フランス旅行(1 週間、交通費込み)10 万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

人との繋がり、コミュニケーションを重視することです。。一人行動を恐れず、自分のコンフォートゾーン外での行動に挑戦することで、新しい人とと出会えたり、交流を通して異文化への理解を深め、新たな体験ができます。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　客室乗務員業界に関心がある為、航空業界を目指して就職活動を継続

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	NHL Stenden University of Applied Sciences
留学先国	Netherlands
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	7/1/2024
留学先での主な履修分野	マーケティング＆マーケティングコミュニケーション、メディアコンセプティング
各学期の合計履修単位数	春学期：30 credits、秋学期：30 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

International (marketing) communication case/Global Citizen/Intercultural Management Ⅰ/Intercultural Management Ⅱ/Global Marketing and Branding/International Playground/Dutch Language & Culture course/PERSONAL LEADERSHIP/MEDIA CONCEPTING/RESEARCH

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Global Marketing and Branding/オランダで多くの人が使用している Dopper bottle を日本へ進出させるとしたら、どのようなマーケティングを行うか。/日本のどこへ進出するのか、誰を対象とするのか、Dopper のうちどの機能を持った水筒を持ち込むのか、日本で競合会社となる相手は誰なのか、1 つ 1 つ分析し、デスクリサーチで答え合わせをしていくことで、聞き手を説得させることに成功し、10 点中 9 点を得ることができました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

日本では授業の進みや課題について細かく教授から説明を受けそれに従うことが良しとされていますが、留学先大学では学生に自由な選択肢を与えられることが多く、日本のスタイルに慣れている私にとってどこから手を付けていいのか、どこまで自由なのかが分からず戸惑いました。そこで教授にこれまでの学生はどのようにしていたのか参考を見せてもらったり、アドバイスをもらったりしていました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

日本では特別な理由がない限り授業やチームミーティングの参加するのが当たり前ですが、留学先では家族のイベントや旅行などの新たな経験を授業よりも大切にしている人が多く、対面で会う回数が少なくなってコミュニケーションを取るのが難しくなった時期がありました。そういった時には素直に自分がどう感

じているのかを教授やチームメイトに伝え、チーム環境の改善を試みました。何か困ったことがあった時は、1 人で抱え込むのではなく、素直に言葉にして伝えることが大切だと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

International Office は留学生が相談できる場としてサポートを続けてくれました。さらに、留学先大学は日本でいう専門学校のような立場らしく、実践的な授業がとても多かったです。撮影スタジオやレコーディングスタジオ、撮影・編集機器も揃っており、これが特徴だったと思います。基本的なコピー機やカフェ、図書館などの勉強スペースも十分にありました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

International Office や大学と提携し住居提供を行っている StudentStay が度々イベントを企画し、オランダ文化を体験できるものであったり、たくさんの留学生と交流できるものであったり、新たな経験を生み出してくれました。こういった経験を通して留学が終わった後でも連絡を取り合う友人ができたことはとても幸せなことだなと思います。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

10 月の休暇はフランスへ、12 月の休暇はドイツへ、2 月の休暇はフランス・ルクセンブルク・ベルギーへ、4 月の休暇はイギリスへ、学期終了後はイタリアへ旅行しました。オランダ国内の観光地へも週末を利用して訪れました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加していません。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

誰か頼れる・連絡できる人を 1 人でも作っておくと良いと思います。私の場合は同じ大学から来た友人とルームシェアをしていたので、彼女にどこへ行くのか、いつ帰って来るのか伝え、何かあったとき連絡をするようにしていました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

1 学期目にはオランダ人学生 50 人を前に、2 学期目にはクライアントを前にプレゼンテーションを行いました。自分の英語レベルへの自信がなく、人前に立って発表することを避けがちだったのですが、こういった機会を経て英語で人と話すことへの抵抗がなくなりました。これは私にとって大きな成長だと考えています。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

就職活動では海外留学で得た英語をアピールし、海外営業部を志望しました。入社まで配属先は分かりませんが、海外営業部になった際に活躍できるように、留学で得た英語への自信ややコミュニケーションスキルを失わないように、卒業までの半年も英語の勉強や英語で話すことの機会を増やしていきたいと考えています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券：￥286,350/海外旅行保険：￥232,380（11 か月間）/家賃：€485（月額）/オランダ政府からの家賃補助：€111（月額）/SIM：€10.5（月額）/週末無料電車チケット：€34.95（月額）/食費・雑費：約€120（月額）/日本学生支援機構奨学金：￥50,000（月額）/お小遣い：約€150（月額）

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学に行く前は不明確なことが多くて不安や心配もあるかもしれませんが、実際行ってみると受け入れてくれたり、助けてくれたりする人が多くいます。1 人で解決できないような、何か困ったことがあったら人に頼る癖をつけておくと、先に進めることがあるかもしれません。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

オンラインでの選考が行われているかの確認、オンラインで説明会に参加、エントリーシートの提出、テスト受験、面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

私のこれまでの文化への関心、海外で日本文化が受け入れられていることへの気付きから「日本の味に関する商品」「海外事業」の 2 点を軸に就職活動をしていました。英語で話すことへの壁がなくなったことが自分の中で大きく、海外営業部への志望ができました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

本坊酒造/鹿児島県に本社を構え、本格焼酎をはじめ、ウイスキー、ワインなどのグローバルな酒類カテゴリーの製造販売が経営の中核となっています。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表

2023 年度　長期留学帰国報告書

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Rotterdam University of Applied Sciences
留学先国	Netherlands
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	インターナショナルビジネス
各学期の合計履修単位数	秋学期：30 ECTS　春学期：22 ECTS 成績まち

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Business & Consumer Behavior/Society & Business Communication/Sustainable Business Innovation/Society & Business Communication/Business Strategy & Skills/ Cultural Diversity & Leadership/ Value Creation & Innovation / Advanced International Business

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Advanced International Business の経済学のパートで、日本がどのようにして移民を増やし労働力不足を解決するのかという論文を書きました。10 点満点中 9.6 点の評価を頂きました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

３年生の授業をあまりビジネスの知識がないままに受けていたので、他の学生が話していることに全くついていけず、またグループワークでも更についていけないということが辛かったです。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

グリープワークではついていけなくても積極的に質問及び発言をなんでもいいのでするように心がけてください。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学内のオンラインデータベースがすごく情報量が多く、リサーチの面ですごく役に立ちました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

様々な国の人たちと交流し、人種差別やあからさまな仲間外れをされたりと、マイノリティとして生きることの困難さを知った。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

ヨーロッパ内を数か国旅行していました。特に日本で出会った留学生のいる国を訪れていました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

基本的に夜は一人でも行動できますが、イヤホンやヘッドフォンをせず常に何が起きても反応できるよう心がけてください。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

アジア人に興味がない人に出会い、明らかに違う態度や扱いを受けたりと辛い経験をしたおかげでだれに対しても偏見を持つことなく接することができるようになりました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学経験を通して、改めて日本という国の良さを世界に広めていく活動をしたいと考えるようになりました。海外営業として、日本の製品を世界に広めていきたいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

頂いていた奨学金以外を含めれば 100 万ほど。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

強い心を持ってください。本当に日本に比べると人も優しくなく、つらいと思うことが圧倒的に多いです。負けないでください。日本人ということを誇りに思って堂々と過ごしてください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

コミュニケーション能力及び培ってきた英語力、留学で更に伸びた異文化理解力及び問題解決能力です。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

進路は一般企業の繊維業界の海外営業を 2025 年 4 月からやらせて頂きます。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語国際学部英語国際学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Ewha Womans U
留学先国	South Korea
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	国際関係、歴史
各学期の合計履修単位数	2023 秋学期：9 単位、2024 春学期：15 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Modern and Postmodern Culture/ History of Contemporary Art/ International Relations in East Asia/ International Relations/ The Story of Human Language/ Topics in Western History/ Practical Korean 401/ Practical Korean 402

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

最も顕著な成果を得た科目は History of Contemporary Art の科目である。この科目は歴史を通じて美術を学ぶ目的で行われていたが、実際には美術を通して歴史を学ぶことが多かった。19 世紀から現代までの美術作品を、それらの美術スタイル、材料、テクニック、主なテーマ、美術史のセオリーの観点から分析し、その時代にどのような重要な出来事が起こったのか、その時代に住んでいた人々の 1 人として作者はどのような感情を持っていたのか等のバックグラウンドを学ぶことができた。語彙力と暗記量の多さの面で大変だった部分もあったが、内容が興味深く楽しんで勉強することができたため、A を取ることができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最も困難であった科目は International Relations in East Asia である。内容が理解できればかなり興味深い授業だったと思うが、テスト範囲の広さと、教授のかなり強い韓国語アクセントのある英語、話している内容が次々と飛んでいく授業と授業スライドであったため、リスニングと内容理解がとても困難だった。対処法として、アメリカ人の友人を作り一緒に勉強する機会を何度も作ってもらった。しかしこの友人も授業についていくことが難しいと言っていたため、2 人で共有ノートを作り、お互いが理解したことをシェアするようにした。このノートを元に 2 人で勉強し、少しづつ理解することができた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

最も重要なことは、履修中の科目内でも友人を持つことだと考える。友人がいれば、難しい授業でも楽しんで受けることができ、グループワークや課題を一緒にすることでよりスムーズに確実に行うことができる。また、予習復習やテスト勉強をする際には、積極的に先生に聞くことが助けになる。内容とテストの難易度だけで考えると、日本よりもより多くの範囲で、難易度の高い内容を学ぶ必要があるためである。今まで学習時に使用してきた言語と異なる言語でより高い難易度のものを理解するため、どれだけシャイでも友人と先生に頼ることが大きな助けになる。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

大学内には複数の勉強室があり、テスト期間になると 24 時間使用可能となる。それらの中には静かな場所で勉強したい人、生活音がある場所で勉強したい人、複数人で話しながら勉強したい人等、さまざまなタイプの人が集中してできる場所があるため、その時の気分によって使い分けることができる。また、先生に質問がある際にはメールではなく、cyber campus というアプリ上でメッセージを送ることができるため、気楽に質問することができる。時間をかけて先生と話したい場合は、先生に伝えればオフィスアワー外でも時間を取ってくださる先生がほとんどなので、自分が行動を起こせばサポートを手厚く受けられる。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

毎月小さな目標をいくつか立てて、1 ヶ月の間にそれを達成するということを毎月行なっていた。また、二学期目の中間考査以降は留学終了が近づいてきて後悔したくないという思いから、毎月やりたいことを 40~60 個リストアップし、行っていた。その中で 1 番心に残っているのは登山である。ベトナム人の友人と 2 人で行き、少し迷子になった際に偶然出会った別のベトナム人グループに助けてもらい無事下山することができた。私の友人なしでは共通言語がなく会話ができなかったが、それでも笑って仲良くなることができ、人の温かさとベトナムの人を受け入れる文化を知り、自分もそうなりたいと新しい理想の人物像を持つことができた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

休暇が 2 ヶ月間あったため、最初の 1 ヶ月は一時帰国し実家で滞在。その後の 1 ヶ月はオーストラリアに旅行に行った。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

ソウルは世界の中でも比較的安全で治安の良い場所であるが、お酒の文化が強いため、ホンデや新村周辺の飲み屋街の近くは夜遅く歩かないようにしていた。私は一度も行っていないが、クラブやバーで偶

然隣に座った人からお酒に毒を入れられたという話を幾度か耳にしたため、行く場合は注意が必要である。また、車の運転がかなり荒く、歩行者優先という考えはあまりないため、車にはとても気をつけて歩くべきである。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

最も成長につながった経験はルームシェアである。１学期目と２学期目で異なるルームメイトとルームシェアを行った。１人目のルームメイトとは親友になり、元々人見知りだった性格がその子を通じでかなり積極的な性格に変わることができた。また、かなり行動力がある性格の人だったので、怖がらずに沢山のことを挑戦しようと考えるようになった。２人目のルームメイトとは性格の違いが大きく、あまり仲良くなることができなかった。しかし、ルームメイトである以上避けられないので、お互いが妥協できるルールを作ろうと提案し、なるべく１人にストレスがかかりすぎないように工夫した。また、メンタルを鍛えることもできたと感じている。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

内定先の神戸学園が留学生をメインとした学校であるため、留学生となり感じたこと、辛かったこと、楽しかったこと、後悔したことなど、自分の経験を活かして、留学生の留学生活をより良いものにしたいと考えている。また、留学から帰国後、会う人の多くから明るくなった、性格が少し変わったと言ってもらえることが多く、自覚もあるため、留学で得た性格を活かして、積極的に生徒が楽しんでもらえるイベントを企画したり、授業をしたり、仲良くなって頼ってもらえる存在になりたいと思う。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

航空券２往復（一時帰国時を含む：10 万円、海外旅行保険：約 20 万円、教材費：約１万円、旅行（5 箇所）：約７万円、食費等を含めたお小遣い：約５万円/月

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学は日本では経験できないことをたくさん経験することができ、自分を大きく成長させることができる機会である。しかし、留学生として派遣されても、派遣先で自分から行動を起こさなければ何も起こらずただ違う国で学校に通うだけになってしまう。限りある時間でどれだけ多くのことを経験できるか、知れるかは全て自分次第なので、留学生として選ばれたとしたら思いっきり自分の興味のあることに挑戦してほしい。新しいことに挑戦して失敗したり辛い期間が続くかと心配になるかもしれないが、留学期間が終われば必ずその辛さも終わるので、不安になりすぎずに挑戦してほしい。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、説明会参加、面接、内定者面談

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

アピールポイントとして、国際交流に時間を費やしてきたと伝えており、各出来事ごとに一言でコメントをつけていた。今回の留学には「諦め癖を無くし、最後まで突っ切る精神を持った留学」とコメントをつけていた。上記の最も成長した出来事とは違うものだが、これは諦めたいけれど諦められない状況に自分を置いたことによる成長であると考える。例えば、どれだけ勉強がしんどくて諦めたくても、諦めたら単位を落とし留学生失格となるという状況では諦められない、また時間に限りがある韓国生活では今諦めたら再挑戦するチャンスがないから諦められない等の場面で　1　年間過ごしたことにより諦め癖が治り最後まで頑張る力を得ることができた。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

学校法人　神戸学園グループ

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Orebro University
留学先国	Sweden
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	社会学、メディアコミュニケーション
各学期の合計履修単位数	1 学期目 30ECTS,2 学期目 30ECTS

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Swedish Politics and Policies/Sociology, Welfare States and Society/Sociology, Globalization Theory/Social Media, Disinformation and Fake News/Global Communication/Visual Communication/sports science, Outdoor Education and Recreation/Strategic Communication and Place branding

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Sociology Welfare States and Society

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

Sociology, Welfare States and Society は、複数国の福祉政策について比較・分析する授業です。最も単位の取りにくいと言われている授業でしたが、予習復習・友人と勉強する・教授に質問する等を心掛けることでテストとレポート良い評価を得ることができました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

スウェーデンの大学は、比較的授業が少ない(1 科目につき 10 回程度)のため、予習復習が重要です。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

授業で使用する教材は、図書館にあるので活用することをお勧めします。オンラインライブラリーもあるので便利です。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

バスケットボールのクラブチームに参加していました。スウェーデン語の中で初めは不安でしたが、積極的にコミュニケーションをとりチームの一員としてプレーすることができてとても楽しかったです。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇はありませんでしたが、ホリデーシーズンやイースターなどの休みでヨーロッパの国々を旅行しました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

オレブロは比較的安全でしたが、何が起こるかわからないため夜は 1 人で出歩かない方が良いです。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

少し難易度が高くても興味のある授業は履修してみることをお勧めします。難しいと感じることもありますが、自分の知識と経験になるとともに、自信に繋がります。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

これからも、自分の「好き」や「やってみたい」の気持ちに正直に生きていきたいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 30 万/海外旅行保険 20 万/旅行 30 万/食費 4 万/寮費 75 万(10 ヶ月)　合計約 200 万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学で自分が何を得たいのか、それをこれからの人生にどう活かしていきたいのかを意識しながら生活することが重要だと思います。1.2 年で、すぐに成果はでませんが経験は後になって価値を見出せるものだと思います。自分のワクワクすることをして、勉強も頑張って、楽しんでください！！

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

2023 年度　長期留学帰国報告書

ES 入力、オンライン面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

コミュニケーション能力、問題解決能力

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

リノベーション業界

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Orebro university
留学先国	Sweden
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	communication
各学期の合計履修単位数	各 30credit ずつ

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

global communication/public relations and applied communication/geography of Sweden/social media, disinformation, and fake news/gender/visual communication/special needs education/world cinema

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Gender。ジェンダー学の基本を学ぶ授業。毎週のセミナーのためにプレゼンテーションの準備やディスカッションのための文献をよんだりした。日本のジェンダーに対する考え方やそれから生じる性犯罪や性差別についても発表した。興味を持ってもらえることが多く嬉しかった。エッセイでも、日本のジェンダー観について取り上げた。成績も B 評価をいただけた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

グループプレゼンテーション。毎週ミーティングを行い、プレゼンの準備をした。そこでのディスカッションについていくのが本当に大変だった。英語力の問題もあったが、前提知識の差があることに気づいてからはミーティングの準備を念入りに行ってなんとかついていけるようになった。また英語力の問題に対しては、グループのメンバーに自分の英語力に自信がないことを正直に打ち明け、ゆっくり話してもらうようにお願いした。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

私の場合は、留学当初は話すことすら慣れていない状態だったので授業に限らず、とにかくいろんなトピックで話す練習をした。あとはセミナー前の授業前準備は念を入れて行っていました。自身の特性に合わせて科目を履修することが重要だと思います。例えばテストが苦手ならエッセイで評価してもらえる科目をできるだけ履修するようにするなど。ただ単位を落としても、受かるまでチャレンジさせてもらえるのでそ

2023 年度　長期留学帰国報告書

こまで気を張らずに頑張ってください。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

何もなかったと思います。授業内容に不安があるときは教授にメールを送っていました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

学内のカフェでボランティアをしました。英語で接客をするのは苦戦することもありましたが、すごく楽しかったです。一緒にボランティアをする人はあまり授業では関わる機会が少ない正規学生のスウェーデン人が多かったので、ボランティア中のおしゃべりが楽しかったです。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

ヨーロッパを旅行していました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

チャレンジできる機会が多く用意されている環境だと思います。やりたいことをためらわずにやってみてください。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

グループプレゼンテーション。プレゼンの準備をするための、数回のミーティングやディスカッションが自分の英語力や異文化理解につながった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

自分自身は留学経験を通じて外国人に対するステレオタイプがなくなったように感じた。このことから自分の視野を広げるためにも、できれば多様な人種が集まるような会社に就職して、職場でも留学で学んだ異文化理解や英語を伸ばしていきたいと考えている。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 30 万・保険（個人手配）20 万・家賃 30 万（半期）・生活費 5 万（一か月）・旅行費 7 万円

2023 年度　長期留学帰国報告書

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

自分の挑戦してみたいことには常識範囲内で全部実行してみてください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

オンラインでの面接。ES 提出。キャリアセンターを利用し面接練習

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

異文化対応力や積極的に行動できるアグレッシブさをオンライン面接では主にアピールしていた。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Orebro University
留学先国	Sweden
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	社会学
各学期の合計履修単位数	60 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Global communications/ sociology globalization theory/sustainable and organization/ business administration marketing of sports and events/strategic communication/Public Relations and Applied Communication/Sport Management in an International Context/Social Media, Disinformation and Fake News

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

business administration marketing of sports and events スポーツ大会やイベントを主催する上で、通常のビジネスマーケティングとは違うところや、独自の特徴について学びました。四時間にわたる筆記試験で Grade A を取得することができました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

専攻以外のクラスの筆記試験に向けて内容を暗記し、全て自分の言葉で説明できるまで勉強することが最も困難でした。二週間前から余裕をもって準備することで一番高い評価を得ることができました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

とにかく日本人は気を使い過ぎて聞く側になることが多いですが、自己主張しすぎかなって感じるぐらいが海外では普通なので積極的に話すことが大切だと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

大学のホームページで全て確認できました。

【授業以外の活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

現地のバレーボールクラブに所属し、リーグ内優勝、フィリピンカップ優勝、ビーチバレーミックスの部準優勝をしました。コミュニケーション、チームワークを学びました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

バレーボールの練習に励んでました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

とにかくダブルチェック、不安要素は全てつぶしていくことを心掛けていました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

現地のバレーボール部に所属したことです。初めは言葉の壁もありなかなかチームになじめなかったですが、プライベートの事や練習内容のことなど小さなコミュニケーションを重ねていくうちに自然とチームになじめ、今では一番のチームメイトです。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前では海外で活躍をしたいと考えていましたが、現在は国内で海外の方に日本の魅力を紹介することと海外でもう一度一から挑戦することとで悩んでいます。しかし、この留学で多種多様なコミュニケーションのスタイルを経験したことで世界中の人々と関わり続けたいと思いました。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券、保険　総額約４５万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

英語力の不安は留学前に解消しておいた方が、学校生活、私生活両方をより楽しめると思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Södertörn University
留学先国	Sweden
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	ホスピタリティ、観光学、スウェーデン文化、ジェンダー
各学期の合計履修単位数	秋学期: 30 credits、 春学期: 30 credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Event and Project Management 、Hospitality Management 、Events, Evolution and Impacts in Changing Societies、Tourism Management 、Sweden: Society and Culture 、Family as Gendering Institution、Media, Culture and Society 1、The History of Scandinavia and the Baltic sea region: 1850-2000

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Hospitality Management、最初の授業で複数のグループにわかれて、そのグループでレポートとプレゼンを作るという内容でした。、seminar と lecture があり、seminar では自分たちの書いているレポートの中間評価を教授から受けました。lecture では、レポートの内容に活かせるようなホスピタリティに関することを学びました。、seminar の最終日には、書いたレポートの内容を発表するプレゼンがあり、私のグループはＢの評価を頂くことができました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最も困難であったことは、多国籍のメンバーとグループワークをしなければならなかったことです。意見が上手くまとまらなかったり、文化の違いでスケジュール通りに動けず、自分の中でもムズムズすることが何度かありました。しかし、積極的にメンバー同士でコミュニケーションをとり（対面でもチャット上でも）、誤解を無くしたことでチームの団結力も上がり課題が進めやすくなりました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業前は、予習をきちんとしてディスカッションの時に積極的に発言できるよう準備をしておくと、授業内容もスムーズに入ってくると思います。グループワークでは、積極的に発言することでミスコミュニケーションを無くすよう心掛けると良いと思います。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館、カフェテリア

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業のスケジュール的に余裕のある日には、日本から旅行するよりも低価格で旅行できたので、ヨーロッパ各地に実際に足を運びました。日常生活においては、寮の友達と一緒にご飯を作って食べたり、週に一度開かれるパーティーに参加して交友関係を広げたりしていました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇は、ありませんでしたがクリスマスから年始にかけての休みの期間は、旅行しました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

100 均グッズは、安くて便利なためできるだけ持って行くことをオススメします。また、基本的に物価が高いので自炊が中心になると思います。たくさん貯金してから渡航するとより、留学生活を楽しめると思います。危機管理方法については、夜遅くは 1 人で出歩かなければ治安は良い方なので大丈夫だと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

1 学期目は、初めてのことが多く戸惑っていましたが 2 学期目からは、自分のできることが増えて留学生活を楽しめたと感じています。特に 2 学期目の最初に、留学生サポーターとして新しくくる留学生の案内をしたり助ける役割に立候補したことは、自分の成長に繋がったと感じています。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学経験を活かして、日本と海外を繋ぐような役割を果たすことができる職に就きたいと考えています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券：30 万　海外旅行保険：20 万　寮費：月 5 万（住居費・電気代・水道代・Wi-Fi 代込）

2023 年度　長期留学帰国報告書

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

後悔のないように 1 日 1 日を大切に過ごすと良いと思います。また、Sweäters という一般社団法人スウェーデン社会研究所の学生部では、スウェーデンを含む北欧に関する情報を数多く発信しているので是非チェックしてみてください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 提出、オンライン面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

グループ課題を通して得た、チームワーク力。物事に積極的に取り組む、主体性。新しいことにも恐れずチャレンジする、挑戦力。何度もある学内選考を突破して留学への切符を手にしたという粘り強さ。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

航空・ホテル・旅行業界を中心に就職活動中です。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Gothenburg
留学先国	Sweden
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	私は主に教育学と文化研究を主に学んでいました。教育学の科目では、スウェーデンの学校教育やジェンダー教育について比較的観点から学びました。実際にスウェーデンの学校に訪問する機会が設けられていて、座学だけでは得ることのできない貴重な経験をすることができました。訪問中は授業を見学したり、生徒と一緒に昼食を食べたり、教職員の方々にインタビューを行うことができました。文化研究の科目では、スウェーデンやその他の北欧諸国のデザインと映画の歴史、社会福祉制度やジェンダー研究について学びました。
各学期の合計履修単位数	2023 年秋学期：30 単位、2024 年春学期：30 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Growth and welfare in a historical perspective/Scandinavian Film and Media Culture/Cultural Perspectives on Gender and Families/Scandinavian Design/The Swedish School System in a Comparative Perspective/Gender and Education/Children's rights and realities/The Global Teacher

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

タイトル：The Swedish School System in a Comparative Perspective、内容：スウェーデンの教育について学ぶ科目です。スウェーデンの学校のシステムや歴史を学ぶだけでなく、実際に学校訪問を行ない、生徒や教師の方々からの実際の声を聴きました。そして、学校訪問で気になったことを今まで学んできたことをもとにレポートを作成します。私はスウェーデンの英語教育について興味を持ったので、日本とのコンパラティブエッセイを作成しました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

学習面で最も困難だったことは、推奨されている学習ペースを超えてコースを受講しなければならなかったことです。履修予定の科目がキャンセルになったのですが、その授業を埋め合わせる留学規定の基準を満たした授業がありませんでした。そのため、寝ることのできない日が続いてしまいました。そこで、闇雲

に課題に取り組むのではなく、優先順位を決めることで対処しました。提出期限が短いものから取り組むことや、自分だけで完結する課題を先に取り組むことで、待ち時間をなくすことができるので効率的に取り組むことができました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

課題の取り組み方については、目の前の課題に集中することです。中間や期末テスト期間になると、レポート提出やプレゼンテーションが重なってとても忙しくなります。ここで課題の提出期限やこれからやることを頭の中で考えすぎてしまうと、憂鬱になったりパニック状態になってしまう時がありました。一通り全体を確認した後は今取り組むべきことに集中することをお勧めします。グループワークのコツは予定の管理と発言を増やすことです。思いもしない出来事が起きるので余裕を持ったスケジュールを組むことがお勧めです。また、発言をするなど貢献をしなければ成績はもらえないのでわからないことは全て聞く勢いで積極的に参加しましょう。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

私がよく利用していた施設は図書館です。図書館は主に自習と課題の文献を探すときに利用していました。１日中開いているわけではないのですが、平日は夕方まで開いているので集中したい時はよく利用していました。又、大学の図書館はが街の中にいくつかあるので気分によって勉強する図書館を決めていました。又、図書館にはアドバイザーの方がおり、図書館の利用方法などの質問以外にも対応してもらえます。課題で必要な文献のを探す手助けをしてくれたり、日常の困りごとなどの相談にも乗ってくれました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外の時は友人と一緒に過ごすことが大切であり、助けを求めることのできる人の有り難さを学びました。友人は命です。私は留学先で 40 度を超える熱を二回経験しました。留学先では熱のみで医療機関を受診することが困難で、自宅療養を進められました。ちょうどその時期は期末の時期と丸かぶりしていたので、私は絶望していました。しかし、友人が授業に関して手助けをしてくれたり、買い物をしてきてくれたおかげで無事に単位を修得することができました。頼れる人が少ない留学先でお互い助け合える人を作ってくことはとても大切たと感じました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

秋派遣だったので、長期の休暇はありませんでしたが、クリスマスの時期や一学期目の終了時は、留学先で知り合った友人とホームパーティーをしたり、共同キッチンで一緒に料理をしました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

危機管理で大切だと感じたことは、3 つあります。人を信用しすぎない、荷物を肌身離さず行動する、日頃からどう避難するか考えておくことの 3 つです。1 つ目について、海外では親切な人を装ってスリや勧誘などをされる場合があるので、常に疑う心を持つべきだと感じました。2 つ目について、日本では席を確保するとき荷物を苦ことがあったり、荷物を置いてトイレに行く人がいますが、日本以外では盗まれる危険がとても高いです。最後に、留学先でテロなどの警戒がされている場合はどのように行動するかを常に考えておくといいと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

自分自身の成長に最もつながった経験は期末試験です。私は 1 人暮らしをしたことがなく、家事と課題、遊びの時間管理をするだけでも初めの頃は苦戦していました。期末試験の時期は課題が増えるだけでなく、最終課題に向けてより密度の濃いグループワークが求められるので、クラスメートとの日程調整を他の時期以上にしなけてばならず苦戦していました。しかし、この経験の中で、時間管理をする能力を学ぶことができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

今後は就職活動に力を入れていきたいと考えているのですが、食品を海外に広めることができる食品業界の企業に就職したいと考えています。留学以前から日本に来た留学生に日本の食を楽しんでもらえるような観光イベントを開催していたのですが、留学以前はこの経験から観光業界に就職したいと思っていました。しかし、留学中に友人と料理を持ち合うホームパーティーなどを行う中で、日本の料理を通して交流することが私が楽しいと感じることだと知ることができました。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 30 万円/海外旅行保険 26 万円/住居・生活費 14 万円/旅行 15 万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学だけではありませんが新しいことに挑戦する時は、予想外のことが必ず起きるので心配しすぎず、とにかくいろいろなことに挑戦してほしいと思います。予期しないことは良いことも悪いこともありますが、その出来事を経験することで必ず成長することができると思っています。私は 3 年生の秋学期から留学に行ったのですが、一度リスクについて考えすぎて 2 年生の時に留学を辞退してしまいました。留学中はいろいろな出来事がありましたが無事に終えることができたので、心配しすぎる必要はないです。

【就職活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

会社説明会、座談会への参加、エントリーシートの提出

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学から得ることができた力は、未知に対して過度に恐れない力と、計画的に取り組む力です。留学生活を通して学習面だけでなく生活や手続の面でも心配することがたくさんありました。心配しすぎるあまり、勉強が手につかなくなったり、新しいことに挑戦することができなくなっていました。しかし、多くの不安なことに取り組んでいく中で結果的に全て対処できていることに気がつきました。未知な未来に対して恐れないことで柔軟性や自信を得ることができました。また、自信や柔軟性を得ることができたことにより、優先順位の明確化や自己管理を徹底することが可能になり、余裕を持って計画的に取り組むことができるようになりました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

現在も就職活動を続けていますが、卒業後の進路は未定です。今後の計画としては、卒業してからも就職活動を続けることを考えています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Leeds
留学先国	the UK
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	歴史、社会問題（子どもの人生など）
各学期の合計履修単位数	1 学期 20 単位、2 学期 60 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Medieval Romans and the shape of Afro-Eurasia today/ Changing Children's Life Chances/ Who do you think you are? Exploring Learning Identities/ The Making of the Twentieth Century/ Working with Change, Conflict and Crisis with Children and Families/ Making Sense of Society Reading Social Theory

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

最も顕著な学習成果を上げた科目は、Changing Children's Life Chances です。これは子どもが彼らの人生で得られる様々なチャンスについて考える科目です。それらは決して平等ではなく、生まれた瞬間から決定されてあり、自分の意志では代えられないものが多いこと、その改善策について考えました。成果として第一に、今までの人生で考えたことのない社会問題について深く考えることができたことです。また、貧困と人生のチャンスの深いつながりについても学びました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

学修面で最も困難だったのは、英語で専門分野を学ぶという点でした。留学前からガイダンスなどで何度も言われて、その対策として super IES プログラムや留学準備前教育などがありましたが、それでも言語の違いというのは、私にとってとても大きな困難でした。また、本学では主に英語を中心に勉強していたこともあり、専門知識に関する基礎知識や発想力、思考の瞬発力の面でかなり劣っていると感じました。それらを対処するために、入念な準備を行うことで対処しました。全ての科目において、あらかじめ内容が開示されていたので、専門用語の意味や、問われるであろう質問への先回りなどに注力しました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

語学面での問題はもちろん文化や背景の違いによるコミュニケーションでの問題、専門分野を学ぶことの

難しさなどたくさんの困難があると思います。それらにぶつかるたびに、科目の担当教員に相談しましょう。本学では、あまりないことかもしれませんが、海外の大学では、教授などの教員が学習内容などについて、とても親身になって相談に乗ってくださります。また、レポート課題なども、提出とは別に 1 度メールなどで送って添削をしてもらえる場合が多いです。進んで活用していきましょう。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館の web サービスとして、インターネット上で論文などの学術資料にアクセスできました。学生寮に住んでいる学生なら無料で利用できるジムが学内にありました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

運動不足とストレス解消のため、学内のジムに通っていました。海外での暮らしで最も大きな不安要素は健康であると考えたからです。日本とは違う文化や食品のラインナップなどにより、食生活に偏りが出たり、運動不足になる可能性が高いからです。そのため定期的にジムに行き、運動習慣を身に付け、結果的に留学期間中に酷い体調不良になることもありませんでした。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

一時帰国をし、家族や友人と過ごしました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

留学前のガイダンスなどでもお話がありましたが、海外は日本に比べて浮浪者やホームレス、物乞いをする方が多い印象です。実際に留学先で、キャンパスのすぐ近くで「お金をくれないか？」「助けてくれないか？」など、何度も声をかけられました。そのようなときは、イヤホンなどで耳をふさいで、聞こえないふりや目を合わせないなどが良いと思います。急に英語で話しかけられて聞き取れなかったため、つい聞き返してしまったり、授業外でも英会話の経験を積もうと返事をしてしまうかもしれませんが、大学の建物内や店の従業員以外に話しかけられたときは、基本的に無視するのが最も安全です。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学生活の中で最も自身の成長につながったのは、日本の大学との違いを感じることができた点で、それを通して精神的に成長できました。例として、授業を受けている学生の年代があります。科目によりますが、私たちと同年代の、所謂学生年代以外の part-time の学生が多くいました。30 代から 60 代まで幅広い年齢の方が大学で授業しているのを見て驚きました。日本ではよく大学を卒業したら、勉強

をする機会なんてほとんどなくなる、と言われていると聞きました。しかし、自分の親やそれよりも上の世代の人でも、自分が望めばいつでも勉強ができることに気づき、社会に出てからも多くを学ぶことができると考えるようになりました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学先大学の授業で子どもの人生や社会問題について考える機会が多くありました。そのため、就職活動の際に、社会貢献について考えながら企業探しをするようになりました。また、これまではあまり社会化王権などを考えずに生きてきましたが、これから社会に出る時に、どのように社会を支えるかを検討しながら生きていこうと考えるようになりました。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

フルスカラシップにより住居費と食費に関して、一部補填有。食費は合計で約 50 万円。旅費は一時帰国に約 20 万円弱。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

有名な話ではありますが、「日本の大学は入るのは難しいが、卒業は簡単だ。」というものを聞いたことがあると思います。実際に本学も入試は最小 1 科目ではありますが、難易度の高い英語試験があります。しかし、授業やそれを通した単位取得自体は、あまり難しくなく、少し勉強すれば 80 点や 90 点を容易に取れる科目が少なくはなく、あまり勉強をしていない学生が多いです。しかし、海外の大学は高難度の授業が英語で行われます。また、現地の学生もほとんどが、本気で勉強をしています。そのため勉強面では、かなり苦労する方もいらっしゃると思います。科目担当の教員に積極的にアドバイスをもらって、課題や試験に備えるといいと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

エントリーをし、説明会を受けたのですが、留学期間と対面での面接を受けなければいけない期間が被ってしまい、選考は受けられませんでした。

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

私は中学生の時から留学を目標にしていました。それを達成するために進路選択や様々な困難を乗り越えるなどの継続的な努力をして、長年の目標を達成することができた、という形で、留学に行ったことそのものを、自身の長所である継続力のアピールに利用しています。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

モノ作りを支えるということを就活の軸として現在 4 社の選考を受けています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Leeds
留学先国	the UK
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	古代史のローマ帝国や、ギリシャ史について学んだ。
各学期の合計履修単位数	一学期：60credits　二学期:60 credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Greek Poets/ Greek World/ Introduction to Classical Archaeology/ Ancient Lives/ The Roman World: Introduction/ Roman Poets

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Introduction to Classical Archaeology の授業の一番最初の課題のエッセイで、B を取ることができた。内容は、好きな研究対象を元に、それを学校で展示するとしたらどんな場所にどんな風に展示するのかを考える課題だった。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

全部の授業が中間と期末でエッセイを書くだけで成績を付けられたので、日々の勉強がとっても大切だった。特に二学期目は、一学期よりも内容が難しくなって、思うように点数を取れなかった。そこで、二学期の期末では、教授に積極的にメールして、エッセイのアドバイスをもらったり、与えられた授業のマテリアルを有効活用することをより心がけた。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

教授から出されるリーディングを毎日、全教科読むのが難しくても、その日の授業で習ったことをしっかり理解することと、与えられたハンドアウトや、パワーポイントを次の授業の前に読み直すと、スムーズに授業を受けられる。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館、Writing Space: エッセイの書き方、リファレンスなどにアドバイスをもらえる。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

サークルでは、Her Campus という部活に参加していた。自分が最近感じたことや、見たものの感想など幅広いトピックで記事を発行し、web に掲載する活動をしていた。2 本、編集に携わって、2 本実際に執筆した。将来は、雑誌の編集者になりたい私にとって、外大ではなかなか経験できない貴重な体験ができた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇中に、ケンブリッジ、ニューヨーク、ロンドン、ツエルマット、パリ、ストックホルムに冬休みと、春休みに分けて訪れた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加していない。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

遅い時間は他の人と一緒に行動する。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

渡航してから 1 週間くらいの時に、愛犬が亡くなった。今まで家族を亡くしたことがなかったので、一人で乗り越えなくてはいけなかった。家族や、友人に電話したり、ルームメイトと時間を過ごして、少しずつ大丈夫だと言えるように自分で工夫した。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

世界を回って感じたことは、日本という国の素晴らしさを感じた。サービスから、商品から、何から何まで、日本の細かい気配りや、対応の凄さを改めて実感した。これからは、外国や日本人に日本の良さをさらに広め、伝えていくような仕事をやっていきたいと感じた。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券３０万円/海外保険７万円/お小遣い６万円(食費３万円、娯楽３万円)/ スカラシップ

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

辛いことも、大変なことを後には全部いい思い出になるから、今この瞬間、自分が夢見てきたものが叶っていることを存分に楽しむこと。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 記入、エントリー、企業説明会

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

日本のことを伝えたいという思いと、ペットが亡くなっても一人で乗り越えれたこと、勉強をいろんな工夫をしながら頑張れたこと。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

ファッション雑誌の編集者を目指して、就活中。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Leeds
留学先国	the UK
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	国際関係論（アジア中心）と言語学
各学期の合計履修単位数	秋学期：６０単位、春学期：６０単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Language: Structure and Sound/Language: Meaning and Use/ Society and Culture of Early Modern China/ Topics in Contemporary Asia Pacific Societies/ Japan's International Relation/ Japanese Development Assistance in a Globalising World

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Topics in Contemporary Asia Pacific Societies で A を獲得できました。この授業では毎週アジア太平洋に関連する問題について研究します。出席率は単位に影響がなく、特にこの授業はファイナルのエッセイ一つのみで成績が評価されます。ですので、学期中から自分が興味あるテーマを決め、資料または研究文章を集め始めました。先生の評価：このエッセイは、香港の言語政策について優れた紹介を提供しており、特に双識主義と三言語主義の考え方、学校の中国語の授業における広東語と北京語の使用に焦点を当てています。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

私は作文することが苦手です。しかし、私の履修科目はほとんどエッセイの試験と課題で単位が決まるものでした。この困難を乗り越えるために、リーデイングリストに載っている文章をたくさん読んでより早く深く理解して、自分のエッセイの参考にしました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

座学のみではなく、週一のセミナーでは学生が前でプレゼンしたり、グループワークをする機会がありますので、事前にリーデイングリストを確認して、予習することがとても大切です。一つの課題だけでその授業の単位取れるかどうか決まる科目もあるので、余裕もって作業し始めた方がいいです。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

大学のシステムを通してアクセスできる論文や本の数がとにかく多く、実際図書館にあるものもあるので、課題や研究にとても便利です。各学期にエッセイのワークショップが開きられます、資料の集め方を教えてくれるだそうです。校内図書館四つありますので、勉強スペースに困りません。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

Leeds University Union Hong Kong Society Variety Show 2024 の Marketing Director を務めさせて頂きました。このショーはイギリスにある香港社団の年例行事で、舞台劇がメインに歌やダンスなどの発表が詰まった発表会です。劇の台本を始め、スポンサーの誘い、チケット設計とデザインも自分たちでしました。学校内だけでなく、外部の方とも関わる機会も多かったので、責任感、リーダーシップ、信用は社会人になってもとても大切だと感じました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

主に大学の寮に滞在しました。４月三泊四日のスペイン旅行に行きました。他にイギリスの都市巡りしました。（ロンドン、ヨーク、マンチェスター、シェフィールド、エディンバラ、オックスフォード）

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

電子決済を活用すれば、財布の必要がなくなります。道で話かけられたら、Sorry といって去る。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学生活では新しい出会いが多く、横のつながりがとても大切です。人との関わり方を学びました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

人見知りの私はこの一年間の留学を通して、外向的になりました。語学力を活かして、国際企業で働きたいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券約３０万円、海外保険約２１万、お小遣い月£500（旅行含め）、フルスカラシップのため学費全額と宿泊費一部免除（個人で負担したのは£７１５）

2023 年度　長期留学帰国報告書

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学前、中も自主性がとても大事です。親に任せたりせず、書類を用意したり、各手続きを行うことは社会人になると必要なスキルです。また、自分が行ったイギリスでは授業出席率は成績に評価されないので、授業に出れば大丈夫ということは一切ありません。エッセイのために１ヶ月（少なくとも二週間前）から資料を集めることは当たり前ので、時間の配布も重要です。予習を留学は勉学だけでなく、生活面でも学ぶチャンスを与えてくれます。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

行事実行委員のリーダーシップと語学力

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定、香港で２年ほど就職し、韓国で語学留学検討中

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Ashland
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	教育学
各学期の合計履修単位数	秋１５　春１２

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Intro to Edu/ Artifical classroom/ Edu for kids/ Special Education/ Leadership/ Sports management

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

foundation in literacy k-9　フォニックスなどを利用した幼児教育　どのようにして英単語を学んでいくかの講義　A を取りました

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

バスケットボールのクラブに入ったときに起きた人種差別　自分はアジア人だからと冷たい目線やのけ者にされることが多かった　自分から打ち解けようと努力した

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

食らいつく勢いで何事にもトライする　恥をかいたりしても、1 年後には忘れられているという心を持つ。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館　ジム　体育館　プール　サウナ

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

バスケットボールのクラブチームに所属、大会などにも出場　また空き缶募集のボランティア活動を行った

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

友達の家でアメリカのクリスマスを体験させてもらった

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加なし

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

堂々とした面構えで日々生活すること、基本的にアジア人への差別は存在しないと思っていたが、彼らの中にはアジア系の人を下に見ているケースが多々あった。それに負けじと堂々とする。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

基本向こうでは日本人とのつながりがなく、自分で何事も解決しないといけない状況だった。航空会社と返金トラブルで少しもめましたが、英語でのコミュニケーションで、返金してもらうことが出来たのは成長。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

実体験や学んだ教育学をこれから目指す教員へ生かしていきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

航空券往復 20 万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

為替レートは常に睨んでおくべき

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

教員志望です

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Ashland Univeristy
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	教育、コミュニケーション、音楽
各学期の合計履修単位数	26

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

SOCIETY'S INFLUENCE ON BODY IMAGE AND EATING / Phonics and the English Language / Human Communication / Argumentation and Advocacy / Fashion Analysis　/ Music History / Music Theory

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Music Theory の授業です。なぜ一番成績が高かったかというと、二つ理由があります。一つ目はもともと音楽の歴史をしっていたため、英語で授業を聞いてもすべて理解できたからです。二つ目は、授業内で大親友を作り、その子を含めたグループに 6 人でテスト前に 10 時間ほど一緒に勉強をしたためです。その結果 A をとることができました

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

学習面で最も困ったことは、授業内容がさっぱり理解できず追いつけない、宿題がなにもできない状況にあったことです。その科目は音楽理論でした。授業は講義形式、宿題は課題形式の実践的なワークブックでした。英語を完璧に理解した上、音楽の知識もないとついていくのがやっとでした。なので私はチューターをつけ、授業の復習、宿題を一緒に取り組んでもらったり、テスト前には、グリーク活動で仲良くなったシスターのみんなと一緒に勉強をする機会を設けてもらい取り組みました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

グループワークでは、協力する意識を持つことが大事です。日本人だからといって誰かがしてくれるわけでなく、まして留学生と組まされた現地生ははずれだと感じ、めんどくさく感じられます。なので、積極的に自分ができることは率先して行い、資料やパワーポイントを作ったり、自分ができることから協力をはじめましょう。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ライティングセンター、チューターシステム、心理カウンセラー

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ジャズのオーケストラでソロを弾けるためのピアノの練習を毎日２時間ずつ、アシュランド大学で初の日本人メンバーとして女子社交クラブ（グリーク活動）に入り、シスターたちと一緒に勉強をしたり、チューター受けにいったり、イベントに参加したり、シスターフッド活動に参加したり、ボランティア活動をしたり、募金活動をしたりしました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

外大に留学に来ていたアメリカ人留学生の家に外大生の友人と二人でお邪魔していました。そこで二週間すごし、その後、もう一人のアメリカ人の友人とも会うため、メイン州へ行き、そこで４日過ごし、ボストンへみんなで行き、友達の友達などたくさんの人と年越しを一緒にしました。その後、お別れをし、ニューヨークへ行き外大生の派遣生と久しぶりの再会をし寮へ帰りました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

いいえ

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

まずは、部屋に男の人を入れないことです。私はその危機管理を怠り、危険な目にたくさんあいました。派遣生は銃や麻薬が一番怖いと思ってますが、本当に一番怖いことは人です。レイプが寮のなかそこら中で起こっています。のんきにしていると日本人は軽いと思われレイプの対象にされます。気をつけてください。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

ジャズオーケストラへの参加です、最も成長した点は二つあります。一つ目は自分から行動を起こし、オーディションを開いてもらい、懇願したこと。二つ目は、なにも弾けなかった私が、最後の演奏会ではソロの即興パートをたくさん指名してもらい、その上、一年間を通じて一番成長したメンバーに選んでもらいました。異国であっても新しいことに挑戦したチャレンジ精神、努力の積みかさねで得た信用とやる気とそれに付随してきた結果があることです。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

留学前は謙虚に生きていくことがいいと思っていましたし、自己肯定感が低いことをずっと悩んでいましたが、今は自分のことが大好きで自身をもって生きています。日本で生きていくよりも海外で生活をしたほうがもっと自分自身をアピールできると感じたので、私はアメリカにまた戻ると思います。その点で留学生活で学んだことを今後の人生で活かしていこうと思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 25 万、ミールプラン住居費雑費 200 万、旅行費 70 万弱、シムカード 5 万円、海外保険 30 万、スペイン遠征 20 万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

新しい自分を見つけるチャンスだと思ってください。留学は限られた時間しかなく、多額のお金を保護者さんが投資してくれています。日本でできることをするのは時間の無駄です。何か成長した姿を見せるためには、新しいことに果敢に挑戦する必要があります。日本人だから、英語が話せないから、は理由になりません。新しいことにぜひチャレンジして、そこでたくさん悩んで、考えて自分を見つめる時間を作ってください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

スキル：英語でのコミュニケーションスキル、実行力、努力。経験：どのように海外でも友人の幅を広げていくのか、日本人が少ない、アジア人がいない環境で、どのように白人、黒人に混ざり、生活をしていくのか。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Ashland University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	教育・コミュニケーション
各学期の合計履修単位数	秋学期：１２credits 春学期：１２credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Human Communication/Phonics and the English Language/Teaching and Learning Process/Introduction to Teaching/Argumentation and Advocacy/Introduction to Educational Intervention/Foundations in Literacy K-9/EC/ECIS Foundations

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

「異文化コミュニケーションと教育戦略」異文化コミュニケーション、教育戦略、方法論などを学びました。授業では異文化間の理解を深めるためのスキルや教育心理学、カリキュラム開発、教育デザインなどについて学びました。文化に配慮した教育プログラムの設計、包括的な学習環境の構築、異文化間での効果的なコミュニケーションスキルの習得ができました。これにより、グローバルな教育活動に貢献し、異文化理解を促進する能力が向上しました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最も困難だったのは、英語を母国語としない環境での授業への適応でした。初めは言葉の壁により授業内容を理解するのが難しかったが、各講義の教授と相談し、同じような経験をするクラスメートと協力して学ぶことで克服しました。また、毎日の積み重ねによる英語力の向上も重要でした。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業や課題に取り組む際は、積極的に参加し、わからないことは質問をする。グループワークでは、メンバーとのコミュニケーションを大切にし、各自の強みを活かしていく。時間を管理し、定期的に復習して理解を確認することも重要だと考える。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学内では、学修サポートサービスとして、専門家による個別指導やチュータリング、アカデミック・アドバイザーによるカウンセリングが利用可能です。また、ライブラリや学習センターでは、書籍やオンラインリソースの提供、研究支援、グループスタディルームの利用が可能です。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業外では、異文化交流イベントに参加しました。これにより、異なる文化やバックグラウンドを持つ人々との交流を通じて、国際的な視野を広げると同時に、コミュニケーションスキルを向上させました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

同大学へ派遣された友人とシカゴ旅行。冬休みに一時帰国。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

留学生活では、新たな環境や文化に適応することが重要です。地元の人々との交流や現地の文化に積極的に参加し、サポートを求めることも大切です。また、緊急時に備えて現地の緊急連絡先や医療情報を確認し、安全な場所を把握することも必要です。親知らずは抜いていった方がいいです。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学中、自分の成長に最もつながったのは、異文化間でのイベントの参加でした。異なるバックグラウンドや価値観を持つ人々との交流を通じて、寛容さや協力の重要性を学びました。この経験が私の視野を広げ、自己成長に大きく貢献しました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は自己成長とキャリアの構築を目指していましたが、留学後は異文化理解と国際的な視野の重要性を強く認識しました。今後は、異文化コミュニケーションのスキルを活かし、国際的な職場でリーダーシップを発揮し、世界規模での社会貢献に貢献したいと考えています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券９０万/海外旅行保険３０万/キャンパス保健１０万/教材費３万/旅行２０万　合計１５３万/９ヶ月間/スカラシップの為、授業料大学支給

2023 年度　長期留学帰国報告書

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学する前にはしっかりと準備をし、異文化に対する理解を深めましょう。現地の言語や習慣について学び、柔軟性を持って臨むことが重要です。また、積極的に新しい経験に挑戦し、失敗から学ぶ姿勢を持つことも大切です。留学を通じて成長し、貴重な経験を積んでください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

高校の外国語教諭を目指しております

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Ashland university
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Business management, Psychology
各学期の合計履修単位数	秋学期：12 単位、春学期：12 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to teaching/General psychology/Entrepreneurship/Marketing/Fashion and culture/adolescence psychology/Occupational life calling/Human and communication

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Occupational life calling/自分に似合う職業を様々な教材を使って見つけ出す。長所診断では自分の長所を５つ見つけることができ、そこから将来のキャリアプランを企てることができた。また、少人数での授業だったため、自分の意見を発言する機会が多く、成長にもつながった。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

心理学の授業で専門用語が多く、事前に配布されるパワーポイントを授業の前日に予習しておく必要があった。また、複数人でのディスカッションで、自分だけが英語を母国語としない中で、マーケティングなどの専門に関する話題に関するディスカッションについていくのに苦戦した。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

先生は基本的に優しい方ばかりなので、困ったことがあれば必ず頼ることが大切だ。授業時間内に自分とのマンツーマンの時間を設けてくださることもあった。グループワークでは、最初に自分は英語で意見を話すことにまだ慣れていないとはっきり伝えることが大切だと感じた。それを躊躇ったままディスカッションに参加して無言でいると、この子は自分の意見を持っていない子なんだとマイナスの印象を与えてしまう。最初から無理についていこうとしない方が良い。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

parer の課題では writing center というサービスに行くと現地の学生の方がエッセイの書き方を教えてくださる。また、tutoring service も同様に現地の学生が授業でわからなかった内容を一緒に復習してくださるので積極的に活用した方が良い。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

主に国際交流部のようなものに参加し、インド人やネパール人など、日本ではあまり出会うことのないような国の方と交流することができた。そこでは異文化交流をたくさんしてきたが、一番印象に残っているのは、International fashion show です。ここでは、様々な国の留学生が自身の国の衣装を着用しファッションショーを行いました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

ロサンゼルスで１週間友人と観光した後、２週間は自分でホームステイ先をネットで見つけて、そこに滞在しました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

会社説明会や、オンラインでの短時間のインターンシップには参加しましたが、対面でのインターンシップは参加していません。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜に絶対に出歩かないこと、いくら親しい友人でも怪しい勧誘には絶対に乗らないこと。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

私の場合、アルバイトの時間がなくなり、日本で生活していた時よりも自分一人の時間が増えたので時間の使い方にすごく苦戦しました。私の場合自由な時間がありすぎると、返って全てが後回しになり手につかなくなりました。また、そこからホームシックに陥ることもありました。そのため、毎日ジムに同じ時間に通うなど、日本じゃ簡単には続けることができないことに挑戦しました。これらは、時間を有効に使う力を身につけ、自分の感情をコントロールできるようになったと考えます。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

自分に対する自信が圧倒的に大きくなったと思います。留学中大変なことの方が多いほど辛い経験がたくさんありましたが、それらを乗り越えて帰国した現在は、全てが私に下されたミッションであり、クリアできた自分は成長できていると思っています。これからは目の前に大きな壁ができても、私はあの時全てクリアできたんだからこれも余裕だというマインドを作れると思います。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

長期休暇や旅行の費用など全て合わせて総額約３００万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

私は自分が想像していた留学ライフとは大きく異なった生活であり、辛い経験もたくさんしたが、終わった後は本当に成長できたと実感でき、行ってよかったと強く思う。簡単に体験できるものではないので少しでも留学に興味を持ったら、自分の意思に従って周りの人に積極的に相談してみることをおすすめする。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、オンライン面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学生活で培った問題解決能力は実際に自分がリアルタイムで経験していることだったので、上手に伝えることができた。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Bennington College
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Linguistics/ Biology
各学期の合計履修単位数	秋学期は 12 単位、春学期は 14 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Evolution, Cognition, and Behavior/Language as System and Social Behavior/Philosophical Reasoning/Field Method/Anthropological Linguistics and Biological knowledge:/Ornithology/Drumming: An Extension of Language

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

BIO 2130: Evolution, Cognition, and Behavior, この授業では、動物がどのように行動し、思考するように進化してきたかを理解する学問分野を学びまし。彼らはどのようにコミュニケーションをとるのか等。試験が２回あり、そのうち１回はクラストップの成績を取ることができました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

興味本位で哲学の授業を取ったが、あまり知識がないまま授業を受けなければならなかったので、ほかの生徒たちとのディスカッションなどについていくのが大変でした。教授との office hour で、相談をしてアドバイス等をもらったおかげで対処することができました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

私の留学先の大学では少人数のクラスがほとんどで、ディスカッションやグループワークが多かったので、もう少し普段から練習や対策をしていたら良かったと思いました。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

教授の office hour に行くことをお勧めします。とてもフレンドリーで、授業のほかにも、普段の生活等で困っていることなどを相談していました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

自然豊かな場所だったので、授業がない日には友達と外で音楽を流してゆったりしていました。ハウスパーティーやハロウィンのイベント、international student のイベントなどたくさん参加しました。日本語テーブルでは、日本語を勉強している生徒と日本語のゲームをしたり、一緒にご飯を食べました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

友人宅に二週間ほど、そのあとは大学寮に滞在しました。友人とは車でカナダへも旅行に行きました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

買い物に行く際、キャンパスの外に出る際は友達や複数人と出掛けることを徹底した方が安全です。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学生は私しかいないという状況だったので、最初に頼れる人は少なかったし、周りとやることが違ったりして、辛いときも多かったです。だからこそ積極的に動けたのかもしれないと今では思います。自分は周りに悩みなどを相談することが得意ではありませんでしたが、留学を通してとりあえず話をしたほうがいいという考えに変わりました。初めて行く土地で周りを頼るというのは勇気がいるけれど、これからもこのような機会は多いと思うので、留学生活を思い出して乗りきろうというモチベーションができて良かったと思います。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学期間中に自分のやりたいことがはっきりしたので、これからは周りに相談しながら、進めていこうと思います。アメリカで出会ったみんなの自分のやりたいことのために努力するという精神に私も勇気づけられました。そして、周りの人の夢や目標を聞くことで自分のやる気も上がるということが分かったので、もっといろんな人の話を聞きたいと思っています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 30 万/海外旅行保険２０万/キャンパス保険 30 万/教材費１万/旅行 20 万/お小遣い 20 万　計 120 万/9 か月/フルスカラシップのため、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

はじめは不安でいっぱいだと思いますが、教授に相談する、友達と話す、家族に電話するなど、周りを頼

ってください。私は 1 人での派遣だったので、空港や大学に着いてからも心細かったです。でもそれは最初だけですぐに友達もできましたし、授業も大丈夫かと心配していましたが、意外とすぐに慣れました。なので、あまり深く考えなくても大丈夫です。必ず乗り切れます。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定。ホテル業界に興味があるので、その方向で就職活動を進めていく予定。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Colorado State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	心理学、ジェンダーに関する分野、社会学、ホスピタリティ
各学期の合計履修単位数	春学期：12 credits　秋学期：12 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

General Psychology/ Hospitality Industry/ Introduction to Women's Studies/ Gender in Economy/ Western Civilization/ Introduction to Sociology/ Social Problems/ Economics of Social Issues

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

心理学：日々の課題もエッセイ、テストも全て上位層に位置していました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

ディスカッションがメインの授業では資料を読んで自分の意見を持っていき、シェアするので考えをまとめることが大変でした。異文化の中での授業で特にジェンダーに関する授業では、日本とアメリカでは注目度や関心度が違うので自身の意見がないこともありました。その時は素直にクラスメイトの意見を聞くことに徹していました。そこから質問をするように心がけていました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

グループワークやディスカッションがあるときには自分が第一声に話すことを心がけていました。途中から話そうとしてもネイティブのスピードにはついていけないですし、怖気づいてしまうと思ったからです。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ライティングを添削してくれる部署がありました。英語を専攻している学生たちが添削してくれるので、引用の仕方や文章のコツまで教えてくれます。

【授業以外の活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ボランティア活動に多く参加しました。州で年に１度開催される日本語の能力大会や、言語のワールドイベントにも積極的に参加しました。言語を習う者同士、難しさや目標を共有できるのでモチベーションの維持や向上に繋がりました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇は友達と旅行しました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜は出歩かないことが基本です。遠くに出かけていたとしても友達を読んで迎えに来てもらうかウーバーをした方が良いです。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

良い意味で人と群れないことです。自分と向き合うことも出来ますし、夢や自分の好きを追求できる時間でした。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

目標は大きくは変わっていませんが、海外での生活も視野に入れているので仕事面でも今までよりも広い視野を持って行動しようと思いました。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 30 万、住居費 100 万、食費 10 万ほど

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

良い出逢いがたくさんあります。楽しんでください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

業界の視野を広く持って就職活動していきたいです。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Colorado State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	ホスピタリティ、社会学
各学期の合計履修単位数	春学期：12 credits　秋学期：12 credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

introduction to sociology/social problem/Survey of Human Nutrition/Western Civilization/Fashion Industry/Hospitality and Event Industry/Sociology of Race and Racism/Communication and Popular Culture

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

最も刺激を受けた科目は、Hospitality and Event Industry です。この講義では、実際にホテルやお店を訪れて、働いている人の声を聞いたり、課題として企業研究をすることができたので、様々な職種を知れる機会であり、私自身の就職活動にも役立つ内容でした。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最後の学期に２００台の授業を履修した際に、レポートを書くことに苦戦しました。授業をついていくのにもやっとで、その内容を含めて何千字ものレポートを書くのにたくさんの時間がかかり、内容も納得いくものができませんでした。そこで、私は、教授に何度も何度も書き方や、改善すべきことを質問しアドバイスをもらいにオフィスに訪れました。その結果、自分自身も納得のいくレポートを書け、さらに教授とコミュニケーションを図るという一つの壁も乗り越えることができました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

自己紹介の際は、自分自身が留学生であること、言語レベルを伝えておくべきだとお勧めします。実際に、伝えて行なった時と、伝えずに行なった時では、進め方や進むスピードが異なりました。自分自身の立場と言語レベルを伝えておくことで参加しやすいグループワークを行うことができます。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

各クラスに office hour という制度が設けてくれており、時間内に予約すると直接教授とお話ししたり、相談をすることができます。私自身もこの機会をたくさん活用しました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

私は、留学という機会を使って今までやったことないダンスサークルで活動しました。サークルでは、サークルでは、初心者ながら積極的に練習に励み、仲間とのコミュニケーションを通じて技術を向上させました。特に印象的だったのは、メンバーのみんなで１つの作品の動画撮影を行う際にコンセプトに沿った衣装や演出を話し合い協力して完成させたことです。この経験から、挑戦することの大切さや、新しい環境でのコミュニケーション能力の向上、そしてチームワークの重要性を学びました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

私は、長期休暇でたくさんの国内旅行をしました。ニューヨークやボストン、アリゾナなどを訪れ、たくさん経験をしました。これらの旅行を通じて、異なる文化や歴史に触れ、多様な視点を得ることができました。特に印象に残っているのはアリゾナのグランドキャニオン訪問です。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜は、外を歩かないことだと思います。私自身もニューヨークで道に迷ってしまい夜遅い時間にバスに乗ったことがあり、ホームレスの方が多く乗っており、治安の悪さを感じる空気感でした。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

ダンスサークルに参加したことです。このサークルに入ることで一気に人脈が広るきっかけにもなり、コミュニケーションを取る機会が一段と増え、自分自身から積極的にコミュニケーションを取るきっかけになり、新しい友人がたくさんできました。さらに、チームで一つのものを作り上げるという達成感も感じることができました。これらの経験から、異なるバックグラウンドを持つ人々との関わりや新しい価値観を得ることができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

これからは、さらに視野を広げ、まだ経験したことがないことに挑戦していきたいと考えています。例えば、学習面では、以前から気になっていたフランス語の勉強や、学習外では、日本国内の旅行を通して新たな場所へ訪れ刺激ある日々を過ごしていきたいと考えています。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復旅行券：約 40 万円･保険料：約 30 万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学前と後では、理想としていた生活や計画的な学校生活とは異なるかもしれません。私も実際にそうでした。これは、いい意味でマイナスではなく、むしろプラスだと私はこの留学を通して感じました。理由は、理由は、日々新しい経験や刺激があり、毎日が非常に楽しかったからです。予期せぬ出来事や挑戦を通じて、自分の視野が広がり、新しいスキルや知識を得ることができました。留学は、新たな自分を見つける、成長できるきっかけを与えてくれます。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、説明会への参加、オンラインディスカッション（一次選考）

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

航空業界を目指しています。また、外資系のアパレルに内定が決まったので第一志望である航空業界で内定がもらえなかった際には、アパレル業界での就職を考えております。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Colorado State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2020 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Hospitality, Psychology
各学期の合計履修単位数	春学期: 12 credits /　秋学期: 12 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

General Psychology/Media in Society/Introduction to Sociology/Hospitality Industry/Introduction to Event Management/Music Appreciation/Social Problems/Communication and Popular Culture

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

General Psychology/心理学の基礎的な理論や概念について学ぶ/この授業は特に比重が重く、ランダム出欠確認、ペーパーテスト複数、エッセイ 3 回。研究参加があり忙しかったが、最終的には A＋を取得、かつ来学期の TA にならないかというお誘いも受けたためクラス全体的に見ても良い点数であったと思う。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

生徒と会話を多くしながら進めていく授業。自分以外が英語ネイティブなため、知らない単語も多いが、日本ではそもそも発言が主体の授業を受けてきていなかったため。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

隣の子やグループワークで仲良くなれそうな子に連絡先を聞いておき、わからないところを聞く。勉強と同時に友達になれる可能性

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

夜遅くまで空いている図書館、寮の studyroom(24h)、writing center

【授業以外の活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

kpop が好きで同じ興味を持つ友達と出会いたかったため、ダンスは未経験者であるが kpop dance club に参加していました。生徒のみで、ただダンスするわけではなく、ダンスを教える人から、インスタグラムや youtube に編集して載せる、撮影する、tiktok の流行の音源で動画を撮って広告効果を狙うなど幅広い活動に私も参加しました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

他大学の留学生のホームステイのお家にお邪魔させてもらったり、一人でメキシコにいき現地で友達を作り一緒に遊んでいました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

日が落ちてから、特に女子は危ないので絶対に一人で外を歩かない。可能なら友達の車に乗せてもらい移動する。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

日本とは違う面を見た時に視野の広がりを感じました。例えば、LGBTQ の考え方が普及していて実際にノンバイナリーを公表している友達に出会ったり、犬にフレンドリーで飛行機内やスターバックスでも見かけます。一方で、物価高騰により、都市部にはホームレスやドラッグ中毒者で溢れています。中には、高額な医療費が払えないため路上生活を余儀なくされている人がいます。また、実際に万引き、煽り運転、交通事故を 1 時間以内に全て経験したこともあります。アメリカに行く前は自由の国だ！何でも成し遂げられる！と考えていましたがそんなことはありませんでした。それでも、私のアメリカでの経験は日本に帰ってきて私の自信となりました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

アメリカでも ES や SPI に多少取り組んでいたものの、テストと被るなど満足に就活を私は進められなかった。アメリカに留学に行けばやりたいことが見つかるかもしれないと思っていたが、アメリカに住みたくはないということがわかったので、東京で働けて、海外にも関与できる職につければいいなと考えているが、帰国後に高熱を出し先日まで寝込んでいたため、これから考えていく。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

あまり覚えていないので必要なら後々遡って調べます。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

自分の身は自分で守ること。一人で夜歩こうとしてはダメだし、昼であっても危なそうな道は間違えて通らないように空気を察知しながら歩く。大学は基本的に大丈夫だが、出かける時の荷物に関しては、私は、小さいハンドバックにチャックがしっかりついているもので、必ず肩にかけて自分の腕で隠しながら歩いていた。日本から来た当初は分かってはいたが危機感が少ないので気をつけすぎた方が良い。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES, SPI

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

アメリカに来た当初は、英語を勉強してきたにも関わらず、本では学べなかったスラングや現地のネイティブのスピードについていけず不安がかなり大きかった。そこで、席が決まってしてしまう前に色々な席に座っては横の人に話しかけ、全ての授業でわからないことがあれば教えてもらえる環境を作った。その結果、成績優秀者が誘われる成績優秀者のパーティーの誘いを受けることができるようになるまで安定した成績をとれた。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

英語が少しでも使うことができるところが希望ではあるが、未だ未定。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Columbus State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Psychology
各学期の合計履修単位数	秋学期：12 単位　春学期：12 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Understanding Non-western Culture/Introduction to Criminal Justice/Introduction to Business/General Psychology/Criminal and Procedure/Introduction to Mass Communication/College Algebra/World History since1500

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

College Algebra：高等学校レベル以上の数学について学びました。 定期的に行われるペーパーテストで複数回満点のクラストップの成績をとりました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

グループディスカッションの際に、同じグループの人の英語が聞き取れなかったことです。その際に自分は日本からの留学生であることを伝えると、話す速度を落としたり、グループディスカッション中も話を回してくれるようになり、自分も会話の中に入れるようになりました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

自分は留学生であり、どの程度理解できているのか、理解できていることと出来ていないことをしっかりと周りの人に伝えることが大切だと思います。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学内で一番多く利用した施設は図書館です。寮の部屋にルームメイトがいる場合は、帰宅後に寮の部屋で課題をするのは難しかったので、夜遅くまで空いている図書館にほぼ毎日通っていました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外には主に、友人と遊びに行くことが多かったです。あまり、親しくない友達とでも遊びに出かけたり、積極的に様々な人と様々なことに挑戦するように努めました。それにより、以前よりも新しいことに挑戦する際の躊躇がなくなったと感じます。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

一時帰国し、実家と祖母の家で過ごしました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

なるべく夜は一人で歩かないようにすること、何かわからないことや心配なことがある場合には現地の友人に聞くことが危険に巻き込まれないことに繋がると感じました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

ルームメイトが深夜まで騒がしくしていることが多かったため、何時以降は静かにしてほしいと伝えたことです。留学以前は、自身の意見をはっきりと伝えることが得意ではありませんでしたが、その経験により自分の意見を伝える重要性を学び、成長できたと感じます。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学生活全体を通して、考え方が前向きになった。以前までは、周りの目を気にしたり、失敗を恐れて何かを始めることに躊躇したりすることが多くありましたが、留学を経験後はいい意味で物事を楽観的に見れるようになりました。今後も、何事にも恐れずに挑戦し続けていきたいと思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 40 万、寮費食事費保険料など現地大学に支払う費用二学期で 200 万、生活費や遊びに使う費用月 10 万、

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

新しいことに挑戦するということで多くの不安を大きく感じていると思いますが、不安に思っていることの大半は起こりません。失敗を恐れずに、何事にも挑戦していくことで、得られる学びが沢山あります。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、オンラインでの面接など

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学生活を経て得た語学力、コミュニケーション能力、自身の意見をはっきりと伝える力。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定、アパレル業界で留学によって得た語学力やコミュニケーション能力を活かすことの出来る企業を中心に就職活動中

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Columbus State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	コミュニケーション学、文化学
各学期の合計履修単位数	春学期：12credits　秋学期：13credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Interpersonal communication/ Mass communication/ College algebra/ American Sign Language/ Understanding Non-western cultures/ Live Music in the Digital Age/ Introduction to Business/ Language and Culture/ What Makes Culture Unique?

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Interpersonal communication.対人関係のコミュニケーションは文化が大きく関係する。授業では、アメリカの文化だけでなく、他国の文化も扱った。そして、各国の人がどのようなコミュニケーションの取り方をする傾向にあるのかを学んだ。クラスには私を含め 2 人の留学生が履修していたため、教授が私たちに実際に自国の文化について発言させた。その際に日本の文化について積極的に発言したため、現地学生の理解をより深めることに貢献したと教授から褒めてもらった。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

課題をするにあたって必要な教科書の読書量。ページ数が多いので、スキミングをし、課題に特に関連する内容のページについては時間をかけて読み、1 パラグラフずつ要約したメモを取るようにして内容理解を深めていた。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

履修する各クラスに友達を作っておくこと。授業や課題で困難なことがあったとき、助けてくれる。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

個人アドバイザーがいた。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

課外活動では、学校やクラブのイベントに積極的に参加をし、交友の場を広げた。そして、友達と時間を過ごすことを心がけ、互いの文化について話すことで、異文化理解を深めた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

友人宅に 20 日ほど滞在、10 日ほど旅行にも出かけた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

留学生活アドバイス:留学先では積極的に自分から行動すること/ 危機管理方法:夜は 1 人で出歩かない。旅行先の危険情報を調べる。過去の事件などを知っておくことも自身を守ることに有効。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学生活の中で自分が最も成長したと感じることは異文化理解が深まったこと。多国籍の友達と時間を共有することで、相手の文化や習慣、価値観を知り、理解、尊重することの大切さを知った。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学経験を通してコミュニケーションを取る上で、文化、習慣、価値観を互いが理解しようとすることが大切だと感じた。そのためには相手のことを知るだけでなく、自己開示も行う必要があった。日本人は自分の意見をはっきりとこれにより誤解が生じにくくなりより円滑なコミュニケーションを取れたと感じる。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

総額 約 350 万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学は期間が限られています。今を逃したら経験できないことばかりです。チャンスが来たら積極的に行動することで留学経験がより充実したものになると思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

2023 年度　長期留学帰国報告書

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、グループディスカッション

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

コミュニケーションスキルが向上したこと/異文化理解が深まったこと/ 課題解決力、行動力、柔軟性が身についたこと

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Columbus State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	ビジネス、社会学、心理学
各学期の合計履修単位数	24 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Mass Communication/ General Psychology /Crim Proc and Evidence / Elementary American Sign Language I / Introduction to Business / introduction to Criminal Justice / Introduction to Sociology / Understanding Non-West Culture

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Introduction to Business/ 基本的なビジネスの知識をクイズやグループワークを通して学んだ。/ 成績評価 A 獲得

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

グループワークでのコミュニュケーションがうまく取れず、メンバーに迷惑をかけてしまった。わからないことはすぐに質問し、自分の役割を全うした。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

スケジュール管理をし、周りの学生以上に英語だけでなく、その分野の勉強をする必要がある。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館、ジム

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

クラブ活動に参加

2023 年度　長期留学帰国報告書

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

友人と LA、NY、FL へ旅行した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

不参加

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜に一人で出歩かない。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

様々な国の人たちと接する際に、文化の違いから困惑することもあったが、その困難を乗り越え、異文化理解を深めることができた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

国際的な広い視野を活かすことのできる仕事につき、柔軟に対応できる人材になりたいと考えている。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 50 万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

事前に英語は、日常会話程度話せると良い。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

説明会参加、ES 提出、面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

チャレンジ精神、向上心

2023 年度　長期留学帰国報告書

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

航空業界への就職を目指して就職活動を継続

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	East Tennessee State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	ビジネス
各学期の合計履修単位数	春学期: 13 単位　秋学期: 13 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Intro to Business/Intro to Sociology/Understanding Cultural Diversity/Intro to Leadership Effectiveness/International Student Seminar/Intro to Psychology/Principles of Marketing/Solving the Puzzle of Life/Organizational Behavior and Management/International Student Seminar

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Principles of Marketing で、チャプタークイズ、アクティビティやその他の課題で、良い評価を得た。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

食事の味やカロリーの高さなどが合わなかったこと。自分の部屋で日本料理を作った。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

課題の取り組み方として、時間管理をしっかり行うことが重要だと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館で学習サポートサービスがあり、授業の悩みを聞いてもらったり、テスト対策や勉強方法などを教えてもらったりすることができます。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

学生団体に所属し、様々な文化を体験できるイベント、シーズンごとのアメリカでのイベント、毎週行われている留学生が集まるイベントなどの参加し、たくさんの人と交流し、多様な文化や価値観などを学び

ました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

アメリカ国内を旅行しました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜に外に出る際には、一人で行動しないことが安全に過ごすために有効な方法だと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学生活を全体を通して、たくさんの人との関わりやたくさんの新しいことの経験から自分自身が成長できたと感じます。たくさんの人と出会ったことで、様々な国や文化、経験などを聞くことで、視野が広がったり、文化や価値観が違う人と生活をすることで、新しいことをたくさん学び、コミュニケーション能力や協調性、順応性を身に付けたりすることができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

この留学で身に付けたコミュニケーション能力や順応性、または価値観を将来のキャリアや日常生活で活かしていきたいと思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券４０万/海外旅行保険１０万/キャンパス保険１８万/教材費５万/旅行７５万/ 合計約１５０万/9 か月間/フルスカラシップのため、授業料、住居費、食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

様々な人と関わること、新しいことに何にでも挑戦をすることをお勧めします。新しい環境で新しい人と関わり生活することで、たくさんの経験と学びを得ることができると思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

2023 年度　長期留学帰国報告書

就職フォーラム

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

新しいことに挑戦すること、順応性、コミュニケーション能力、協調性などのスキル、様々な文化背景を持つ人々と生活をして、幅広い視野を得た経験をアピールしました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

外資系企業に就職予定。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Elizabethtown College
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	社会学
各学期の合計履修単位数	春学期：13 単位　秋学期：16 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Communication/ Business and Society/ Sex and Gender in Society/ Seminar for International Student/ Foundations of American Government/ Introduction to Psychology/ Discovering Society/ Social Problems and Response of Social Welfare Institutions

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Social Problems and Response of Social Welfare Institutions の授業では Community-Based Learning が必修だったためキャンパス外に出て世代や国籍が異なる人々と協力し、ボランティア活動を行った。異文化交流だけでなく、世代間交流も海外で経験できたことは成長の糧となった。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

アメリカの政治体制を学ぶ授業では、現地学生と基礎知識の差が大きくあったため、授業についていくことに苦労した。対処法としては教授に許可を取り、授業をレコーディングし、授業後にレコーディングを聞き直し、まとめノートを作成した。また、積極的にオフィスアワーも利用した。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業をレコーディングして何度も聞き込む。オフィスアワーを利用する。チューター制度を利用する。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

チューター制度。成績優秀者の生徒が文法添削をしてくれたり、授業や課題で分からない箇所があれば教えてくれたりする。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

食料倉庫でのボランティア活動を行った。異なるバックグラウンドを持つ人々と共に活動することは刺激になった。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

友人宅に滞在したり、旅行に行ったりした。休暇中は寮に閉じこもる時間を少なくした。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜は出歩かない。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

ルームメイトとトラブルが発生した際、しっかりと自分の意見をもって相手に伝えた。それまで妥協することが多い性格だったが、留学を機に自分の考えを示す大切さを学んだ。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学経験を活かして、今後は海外に携わる仕事に就きたいと考えている。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券４０万/海外旅行保険２３万/教材費６万/９か月間

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

失敗を恐れない。１日１日を楽しむ。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

説明会参加、面接

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語国際学部英語国際学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Elizabethtown College
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	社会学、コミュニケーション学
各学期の合計履修単位数	秋学期：17credits　春学期：16credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Understanding Asian Cultures/Introduction to International/Introduction to Communication/Seminar for International Students/Religion and Nonviolence/ Race and Ethnic/Discovering Society/Human Behavior in the Social Environment/Multi-Cultural Communications

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Human Behavior in the Social Environment では心理学観点から人の行動や成長過程を学習した。長めのエッセイ課題が 2 つあり、心理学や他の研究文献を引用する必要があり、かなり時間を要した。しかし、学内のライティングチューターを利用し、アカデミックな基準を満たすエッセイを仕上げることが出来た。現地学生とともに、グループプレゼンテーションを行う機会もあり、コミュニケーションを取ることに慣れてくると、互いに協力し合い、プレゼンテーションの準備に取り組むことが出来た。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

始めのうちは全く授業が理解出来なかったこと。シラバスをよく確認し、事前にスライドが用意されている授業であれば、スライドを読み、分からない単語の発音や意味を確認しておく。授業内で疑問に感じたことは、現地学生や教授に直接質問するようにしていた。オフィスアワーを使い、教授に 1 対 1 で教えてもらうことで、授業内容の理解を深めた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

留学先でも必ず単語やリスニングの学習を続けた方がよい。授業がない日だと、英語に触れる機会がないので自主的に学習する習慣をつけるとよい。基本的にリーディングやエッセイの課題に常に追われると思うので、スケジュール管理を忘れずに！万が一、期日内に提出できなさそうな場合、教授に相談す

2023 年度　長期留学帰国報告書

ると、快くアドバイスしてくれるので、頼るとよい。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ライティングチューター

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

サンクスギビングや冬休み期間は友人の家にホームステイさせてもらい、現地の生活を体験することが出来た。一般的なイベントの過ごし方から、日常まで生活体験させてもらうことで、改めて文化の違いを実感し、価値観が変わったように感じる。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

学生寮（無料）に滞在したあと、友人・知人の家に滞在させてもらい、その後は西海岸へ旅行した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

大学のあった場所が田舎で治安がよかったので、あまり危機管理に関しては意識しなかった。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学生が自分しかいない授業を履修したこと。頼れる相手を作らず、出来るだけ自分の力だけで授業についていった。リーディングの課題が多かったので、基本は図書館に籠って課題に取り組んだが、集中力の向上や英字への慣れを感じた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

今まで積極的に行動することがなかったが、留学に行って行動力を培うことが出来た。何事にも主体的に行動し、文化の違いを楽しむことが出来るようになった。価値観や性格の変化を感じ、就職活動に役立てていきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 40 万円、海外保険 20 万円、OSSMA2 万円、交際費/旅費 30 万円、食費・住居費はフルスカラのため外大負担

2023 年度　長期留学帰国報告書

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

現地の情報を出来る限り集めておくこと、耳が慣れるようにリスニングを続けること

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

異文化理解力や主体性

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語国際学部英語国際学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Elizabethtown College
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Business, Communication, Social Work
各学期の合計履修単位数	秋学期：　15credits，春学期：　16credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to International Business/Introduction to Communications/Personal Financial Planning/Human Leadership Theory and Personal Narrative/Principles of Marketing/Management and Organizational Behavior/Presentation Skills/Social Problem and Response of Social Welfare Institutions

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Human Leadership Theory and Personal Narrative:　４人の歴代のアメリカの大統領のリーダーシップについて授業で議論し、そこから将来に必要なリーダーシップについて学んだ。また、Personal Narrative という、自分の地元や高校時代についての１０の質問に答え、エッセイを作る大きな課題もあり、満点近くを取ることができた。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

１ 学期目のある時期ににエッセイやプロジェクトなどの大きな課題と試験が重なって精神的にも追い込まれた時期があった。その時に教授に相談してどのようにして課題を進めればよいのかアドバイスをいただいたり、友達に話を聞いてもらったりして、この問題を解決した。辛いときは一人で抱え込まずに誰かに相談することがとても大切だということを改めて実感した。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

１日１日必ず To do リストを作って、時間管理をすること。授業の予習を必ずすること。グループワークでは今何について話しているのかが分からなければすぐにグループ内の人に聞くこと。自分の答えられる範囲から答えることで、少しずつ慣れ、積極的に発言することもできるようになる。授業で分からないことがあれば、教授のオフィスアワーに必ず行き、分かるまで教授に聞くこと。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

Writing tutor、各授業の tutor service, Language modification (英語を第二言語とする人のみのサービス。テスト時間の延長、課題締切の延長、テスト中の辞書の使用の許可などをその授業の教授と留学生アドバイザーの両方に相談して申請書類を留学生アドバイザーの人に提出したらサービスを使えるようになる。)

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

秋休みに school trip で低所得世帯に向けて家を建てるボランティアに参加した。建築系のボランティアで、最初はできるのか不安だったが、国境を越えて困っている人を助けることの達成感、チャレンジすることの大切さを改めて実感した。また、春学期には Social work の授業で単位習得に必須だった Community Based Learning というキャンパス外で計 15 時間のボランティアに参加した。私は食糧を必要としている団体やエージェントへの食糧配布を行っている企業のボランティアをした。このボランティアでコミュニケーションの大切さとチームワークを築き上げる重要さを学んだ。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

大学寮（追加料金なし）で自炊をしたり、ルームメイトの家で 1 週間ほどホームステイ、アメリカ国内旅行を友達とした。また、春休みには一人旅もした。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜は絶対に一人で外に出ないこと。Elizabethtown College は、机に物を置いてトイレに行っても盗まれないほど安全な大学ですが、海外で生活する上での最低限のことは自分でしっかり管理して過ごす方が良い。また、旅行の際は知らない人に自分の荷物を絶対に持たせないこと。目的地の方向を探すのに携帯電話を持ちながらきょろきょろ周りを見渡さないこと、前を見て堂々と歩くこと。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

外国で一人で生活する中で言語の壁や文化の違い、国籍の違った人々とのコミュニケーションの取り方など、これまでに経験のしたことのないことに直面し、そのような状況の中で自分で解決策を見出し、行動に移したことで、自分のポテンシャルが最大限に引き出すことができたとても良い機会だったのと、その経験を通して、自分自身の価値や存在意義についても再認識させられた。留学で「自立」の精神を身に付けることができたことが一番の成長だと思う。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は将来日本で働く選択肢がなかったが、留学に行ってから、もっとグローバルに活躍したいという思いが強まり、海外就職も視野に入れるようなった。将来国籍の違った人と関わる中で出てくる文化間、価値観の違いに関する問題に直面しても、留学で身に付けた異文化理解力（一人一人の考えを理解して、受け入れ尊重し、今ある環境に適応させていくこと）を使って解決していきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 30 万/海外旅行保険 20 万（キャンパス保険は免除）/食費・寮費 200 万（２学期合計）/旅行・小遣い合計約 60 万/学生 VISA４万/教材費２万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学は過ごし方次第で自分の人生を変えることができます。自分がなぜ留学したいのか、留学の目的は何なのかを大切にして過ごすことにより、自分の思った以上に充実した留学生活を送ることができます。思った以上に苦労することが多いですが、自分の定めた留学目的を見直すことにより、より頑張ろうと思えます。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

自己分析、企業分析

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

沢山の国籍の人々と関わる中で身に付けた異文化適応力と、異国で一人で過ごす中で出てくる困難を自分で見つけ解決した自己解決力をアピールしたい。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定、客室乗務員を目指しており、できれば日本国外で働きたいので、自己分析と企業分析はもちろん、面接で英語できちんと話せるように面接練習も怠らないようにしたい。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介して

2023 年度　長期留学帰国報告書

います。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Felician University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	psychology (child development and basic things of PSCY and Life span expectancy)and marketing
各学期の合計履修単位数	12 credits in fall semester and 12 credits in spring semester = total 24 credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Intro to the Field of EXSC/ World Geography and Culture/ Fundamentals of Marketing/ Introduction to Psychology /Sales Management/ Life Span Development/ Intro to Child Development/ Principles of Sociology

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

最も顕著な学修成果は introduction psychology です。主に、心理学の基礎について学ぶ授業です。また基礎なので、範囲も広く複雑なところも多いです。歴史、有名な心理学者、心の構造と機能、研究方法、理論、研究結果、どのように外的要因が心に影響するかなど幅広い知識を習得しました。プレゼンテーションや chapter ごとにテストも行いどれも高得点得ることができました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学先では,友達作りがすごく大変でした。みんな授業を終えたらすぐに帰宅するし、話す機会が思ったよりも少なかったです。でも食堂などで声をかけたりして自分から積極的行くと友達もできるようになりました。あと同じ交換留学生と交流するともっと友達の輪を広げることができました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

私の授業の取り組み方は、とにかく先生が作成した power point をしっかり見て理解を深めること。予習復習を大事にして先生の行っていることをしっかりとマークや印をして書き留める。わからないことがあったら、授業後に先生に来たり、隣にいる子に話して教えてもらうことが大切。そしたら、隣の子ともより仲良く慣れます。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学内で利用可能な学修サポートは International Office でした。私がっとていたクラスの先生が気難しい人でテストなどが難しく、思ったよりも点数が取れなっかたときも、解決策を見出してくれて、サポートしてくれたおかげで、期末テストでクラス最高点を取ることができ、とても協力的でした。他にも、寮の心配や Roommate の心配などにも良い沿ってくださってすごく心強かったです。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

自身の偏見的に、SELF LOVE は日本文化よりも西洋文化のほうが馴染み深いイメージがあり、SELF LOVE を大切にしている人たちと出会って留学期間を一緒に過ごしたことでとても自分自身をより大切に思えるようになり、自信が持てるようになりました。また自分は何が好きで何が嫌いかなど自分へに理解を深めることができました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇は親の了承を得て、ヨーロッパにいる友人を訪ねて観光しました。England と Sweden に行きました。Winter Season だったので、Sweden では経験したことのない寒さと見たことのない雪で覆われております、驚きました。遊園地に行ったり、Stockholm に行って有名な食べ物や場所を訪れたりして貴重な経験をしました。イギリスでは、ロンドン、Oxford、Leeds を訪れておしゃれな街並みに圧倒されました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加していない。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

生活面では、一人に時間も大切だが、できるだけ友人たちといることが大切だと感じた。一人時間が多すぎると、語学力向上にも繋がらないし、depressive な雰囲気にもなってしまうのであまりおすすめしない。悩んでたりしても、友人たちに打ち明けて、関係を築いていくのが大切だと感じた。時間は限られてるので、可能な限り友人と過ごして良い思い出を残しべきです。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

さらに、留学先での学業や生活において、自己管理や自己主張の重要性も学びました。自分で日常生活を管理し、困難な状況に対処する方法を見つけることが求められました。これらの経験は、将来のキャリアや人生において非常に役立つものであり、私の成長に大きく貢献しました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は、新しい文化や環境での経験を通じて自己成長を促進し、国際的な視野を広げることが主な目標でした。しかし、留学後は、その目標がさらに具体的で深い意味を持つことに気づきました。留学後、私の目標は、異文化理解を深め、国際社会での積極的な貢献をすることに焦点を当てるようになりました。具体的には、国際関係や国際ビジネスの分野でキャリアを築き、異なる文化や背景を持つ人々と協力して、グローバルな課題に取り組むことが含まれます。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券４０万、winter break and spring break; 30 万、月のお金；5-8 万、寮代 240 万。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

コストを気にしている学生はとりあえず、可能な限り頑張ってフルスカラーシップを得ることが大切です。得ると得ないでは、アメリカでは２００万も違います。またできる限り留学のために貯金することが大切。長期休暇でものすごい金額のお金がかかります。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ボストンのキャリアフォーラムに参加、就職相談、面接、履歴書作成

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学に行くまでの過程がどんなに大変だったか。留学生活で自身が培った能力；人のバックグランドや文化を理解しながら、意見を言ったり、行動する能力。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

就職活動

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Felician University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	マーケティング
各学期の合計履修単位数	12 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Fundamentals of Marketing/Principles of Sociology/Public Speaking/Fundamentals of Management/Introduction to Psychology/International Relations & Global Affairs/Sales Management/Mathematics for Financial Decision-Making

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Sales Management/講義、ディスカッション、ケース分析、試験を組み合わせて、グローバルな環境におけるセールススキルを応用する。グローバル環境における倫理と顧客関係管理の役割についても議論する。/企業の売り込み力や顧客と企業の結びつき、企業同士または顧客と企業間の交渉について学ぶことができた。毎週、テーマに沿って分析することが求められる課題が出されたので、与えられた情報の中から重要な部分を抜き取り分析する力が身についた。また、交渉については、クラスの中で実際に体験してみて、相手の要望を汲み取り、それを英語で交渉する難しさを実感することができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

初めの頃は、教授によって理解しやすい英語としにくい英語があり、授業についていくのに必死だった。そのため、講義内容よりも英語の勉強という感じになってしまった。ただ、Reading を授業前に行い、授業内容に関してわからない単語を少なくして知識を入れておくことや、クラスに友人を作り、わからないところがあったら協力してもらうことで対処することができ、二学期目は「英語の勉強」ではなく、自分の中で納得のいく授業の受け方をすることができた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

怖がらないことが大切だと思います。例えば、ディベートが授業で行われた際に、みんながペラペラ喋って

いる中で「自分がミスをしてグループに迷惑かけたらどうしよう」と考えていましたが、実際に落ち着いて聞いていると、日本語で自分達もやっていることがただ英語で行われているだけということに気が付きました。英語でペラペラ発言できないことよりも、何も発言しないことで、理解してないのかなと思われることの方がよっぽど怖いなという考え方に変わりました。あとは、グループワークなどが期限ギリギリになると現地の生徒よりも修正に時間がかかるので、事前の準備が大切だと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

tutoring service, library, study room

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ニューヨークが近かったのでよく遊びに行きました。ニューヨーク証券取引所や自由の女神、タイムズスクエアなど現代的な部分と歴史的な部分を目の当たりにし、多様な文化に触れることで教養を深めることができたと思います。また、フロリダ、マサチューセッツ、ワシントン D.C.、フィラデルフィアなどに旅行した中で、同じ国の中でも雰囲気が違うなと感じ、移民国アメリカの面白さを実感しました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

別科で出会ってアメリカに住んでいる友人を訪れた後、ヨーロッパ（フランス、イギリス、スペイン）へ行き、その後カナダに留学している友人を訪れた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

変な人には近づかない、話しかけられても無視する、人の多いところを利用するなど基本的なことに気を付けました。日本とは違い、失くし物をしたらもう帰ってこないということを念頭に置き、荷物のチェックは無意識のうちに行うようにしていました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学の初期にアジアンヘイトっぽいことをされて、自分の中で劣等感を無意識に抱きはじめました。英語も喋れないし、自分の意見も言えないしとネガティブな気持ちで過ごす期間がありましたが、他の交換留学生の友人と出会ってから、ポジティブな言葉をかけてもらったり、楽しい毎日を過ごすことで、「自分」と向き合ってもらうことの大切さと周りの人の大切さを実感しました。今では、日本にいるときは差別なんてされたことなかったので良い経験だったと思えるようになったし、もっと自分を大切にしようと思えるようになったポイントです。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は帰国して、就職活動を行なって、卒業して働くという一般的な将来の展望を持っていましたが、留学後には海外の大学院への進学も考えるようになりました。また、就職に関しても日本で働くよりも海外で働いて、もっと広い世界を見てみたいと思うようになりました。今後は、留学で培った語学力をより高いレベルまで持っていくことができるように、留学生と積極的に関わることを意識していきたいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 30 万弱、お小遣い 9 ヶ月間で$7,500、フルスカラシップのため寮費・食費はなし

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

日本でできないことをいっぱい経験する！自分の譲れない部分は絶対に持っておく！自分に合う人は絶対いる！考えすぎない！

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

海外大学院への進学または金融業界を志望しています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Felician University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	マネジメント、ヒストリー、コミュニケーション、サイコロジー、ソシオロジー
各学期の合計履修単位数	春学期 12credits、秋学期 12credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Psychology/Public Speaking/World War I to the Present/Exploring Contemp Moral Issues/Fundamentals of Management/World Geography and Culture/Intro to Child Development/Principles of Sociology.

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Exploring Contemporary Moral Issues(A)：このコースでは、聖書、教会の伝統、人間の経験から培われたキリスト教の道徳的教えの基本原則を扱う。 良心の形成、個人の自由と法、自殺、安楽死、人工妊娠中絶など、道徳的な問題を取り上げます。 (春学期交互)

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

教育方法の違いに直面しました。日本の大学では主にテストの出来が評価基準でしたが、留学先大学では授業の参加率が大きく評価に関わっていました。最初は的外れな意見を言ってしまう不安から自分の意見を言うことが難しかったのですが、自分の意見を発言することを幼い頃から教育されている現地学生は、間違った意見を言っている時もあったが自信満々に発言していました。それを見た時、間違うことは恥ずかしいことではなく、意見を言えないことが恥ずかしいことだと気づきました。その気づきから、わからないことがあったらその場で質問し、自信がない意見でも自信満々に言うことを心がけて発言する回数を増やしていきました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

最初のうちは、先生が話すスピードについていけなかったので、先生に留学生であることを説明し、授業を録音する許可をとり、授業後にその録音を聞いて、ノートに授業内容を書き写していました。また、授業でわからないところがあれば授業中にみんなの前で質問していました。自分がわからないところは他の

人もわからない可能性があるため、みんなの前で質問してくれた方が良いと先生がおっしゃっていたからです。留学生だから授業を理解するのが難しいと生徒に相談すると、わからなかったところはなかったかなど気にかけてくれるようになるので友達を作るきっかけとしても質問することはおすすめです。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

わたしの留学先大学ではアドバイザーに相談できる学習サポートがありました。授業面での不安や履修登録なども相談でき、レポートの添削なども行なっていました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

わたしの留学先大学はニューヨークに近かったため、休日は友人とニューヨークで買い物をしたりご飯を食べたりしていました。ニューヨークでは多様な人種の人達が生活しており、週末には日本やイギリス、ウクライナ、トルコ、ブラジルなどあらゆる国のイベントが開催されていました。それらのイベントを通し、各国の有名な食べ物を食べたり、特産品や文化に触れて異文化理解をより深めることができました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇中は学生寮に滞在し、クリスマスとカウントダウンはニューヨークで過ごしました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

ルームメイトと部屋のルールについてしっかりと話し合っておくことをお勧めします。文化も価値観も全然違うので今まで当たり前だと思っていたことが相手からすると当たり前じゃなかったりします。なにか嫌なことがあった場合は、はっきりルームメイトに伝えないと、黙っているということはやってもいいことだと勘違いしてしまうので気をつけてください。そして、留学生活安全に過ごすためには危なそうな人には近づかないことです。例えば一緒の電車に危なそうな人と乗ってしまったらすぐに別の車両に移動した方が良いです。そういった人の視界に映らないようにすることが重要だと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

買い物の仕方や値段表示の見方など全く日本と違い、わからないことだらけなので、わからないことは店員さんや周りの人に聞いていました。その結果知らない人に話しかけることに抵抗を持つことがなくなりました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていく

2023 年度　長期留学帰国報告書

か記してください。

今後は英語を使って日本と海外を繋ぐ架け橋になっていきたいです。ニューヨークにある日本食レストランでは行列を成していたり、日本食のイベントが頻繁に開催されたり、海外の人たちの日本に対する関心は思っていたよりも高いことに気づきました。しかし、日本には英語を喋れる人があまりいないということをみんな知っていて、日本旅行を諦めている人が多いのが印象的でした。せっかく日本に興味を持ってくれている人が日本に来ても安心して旅行できるように、困っている人がいたら助けていきたいと思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 35 万円/海外旅行保険 20 万円/教材費 1 万円/旅行 20 万円/食費住宅費 200 万円/合計 276 万円/スカラシップのため授業料補助

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学は知り合いもいない、言語も違う、文化も違う環境でゼロからスタートできるので防大な経験を得ることができます。自分からアクションを起こさないとただ時間が過ぎていくだけなので、積極性も身につくと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ボストンのキャリアフォーラムに参加

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

私は中学生の時から文化の違う人たちと話す機会があり、他文化について学ぶことに興味を持っていました。留学先でも違う文化を持つ友達を作り、他文化について学びたいと思っていました。しかし、私の留学大学先は閉鎖的なコミュニティで、留学生にとって友達を作るのは難しい状況でした。そこで、私は大学内外で様々なイベントに参加しました。大学内で行われるキャンプファイアーなどといったイベントに必ず参加し、大学外ではボランティアや国際交流イベントなどに参加していました。その結果、友達を作ることができました。この経験から目標を達成するために自ら行動することの大切さを学びました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　商社業界で営業職を希望し就職活動を続行

【今後の協力について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Ferris State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	ビジネス
各学期の合計履修単位数	各学期 12 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Career and education planning/ Introduction to social work profession/ Introduction to Business/ Introduction to Criminal Justice/ Introduction to Psychology/ Leadership Resilience/ Music in film/ Introduction to art history

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Career and education planning/ 自分を分析して将来何をしたいかを模索する/ おおよそ自分のやりたいことはわかっていたが、自分をさらに知ることができ新しいアイディアややりたいことがはっきりした。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

グループ課題でチームメイトが授業に出席しなかったり、一緒に協力してくれないことがあった。その際は自分で主体的に動き、積極的にコミュニケーションをとるようにし、少しでも相手の意見を取り入れるようにした。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

復習よりも予習が大切だと思う。予習をしておけば、授業内容の理解度が格段に異なり記憶にも残りやすくなる。また、話しやすそうな人の隣に座り話しかけたり、教授とのコミュニケーションも大切にすることで、たとえ分からないことがあっても聞きやすくすぐに解決することができた。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館には個人とグループのプライベートルームがあり、予約した時間内は 1 人でも友達とでも使うことができ、とても集中しやすいと感じた。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

英語を学ぶ English group と日本語を教える Japanese group に参加し、主にコミュニケーションを通して語学や文化の違い、新たな価値観を学んだ。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬休みは大学の近所に住んでいる家族が、そこでの滞在を許可してくれたため home stay をした。また、ニューヨーク、シカゴ、フロリダへも旅行をした。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

特に暗くなった夜道を 1 人で歩くことはせずに誰か 1 人でも多くの人と行動するようにした。また、事件に関する情報などは必ず確認するようにしていた。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

1 人で新しい環境に飛び込み、特に新学期など自分から話しかけて友達作りをしたこと。これらは勇気のいることであり普段は避けてしまうが、これらの経験が自信につながった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

英語を通して色んな国の人と繋がりを持てたため、これからも英語力を向上させたい。また留学を通して自信がついたり、より新しいことに挑戦したいという気持ちが大きくなったため、自分のやりたいことはすぐに実行するようにしたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 30 万/ 海外旅行保険 20 万/ビザ申請 4 万/キャンパス保険 5 万/ 旅行 60 万/ 合計 119 万/ 9 ヶ月/ フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

もちろん英語力も必要だが、日本に関する知識、特に歴史をより身に付けておくといいと思う。また、日本人と留学する際は、たまには一緒に行動することもいいがなるべく 1 人で積極的に現地の人に話しかけ、友達を作ることでより高い英語力と刺激的な経験が得られると思う。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

オーストラリアでワーホリをしたいと思っている。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Ferris State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	History, Business, Social Work, Psychology, Career Exploration, Religion
各学期の合計履修単位数	春学期： 1 2 credits　秋学期： 1 2 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Renaissance thru Present/Career and Education Planning/US History to 1877/Music in Film/Introduction to Psychology/Comparative Religions/Intro-Social Work Profession/Introduction to Business

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Social Work は、主にソーシャルワーカーになるにおいて大切なことや必要なことについて学びました。その中で、貧困、メンタルヘルス、文化などについて学びました。教授がソーシャルワーカーなので、彼女の経験談をよく聞いていました。また、時にはゲストスピーカーも呼び、実際に現地で働く現状や感想などを聞きました。文化の違いについて学んだ時、私はクラスで唯一の日本人だったので、日本の文化について少し説明したこともありました。二回のテストがあり、どちらも対面だったので、わからないところは積極的に教授に質問し、自分自身でもメモなどを取っていました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最も困難だったことは、テストです。私にとって History と Religion のテストが特に大変でした。日本語でも難しい単語が英語なので、それらの単語を覚えることにとても苦戦しました。なので、テスト前はルーズリーフなどにまとめ、何度も復習していました。見るだけでは覚えられなかったので、書きながら覚えていました。また、授業はスピードが速く、ついていけないことが多かったですが、まず教授に留学生のため質問を多くするという事をあらかじめ伝え、わからないことがあれば質問をしていました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

課題が 1 週間でたくさん出るので、それぞれの課題の締め切りはメモなどをして把握しておいた方がいい

です。課題は、一つ一つ時間がかかるものばかりなので、直前ではなく、余裕をもって進めてください。とにかくわからないことがあれば教授や周りの友達に聞きましょう！グループワークでは私から発言することはなかなか難しかったですが、同じグループの子に質問をよくしていました。そうすると、何を話しているのかしっかり理解できます。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ライティングセンターはエッセイを書いたときに添削してもらえます。細かい文法間違いなどもチェックしてくれるのでエッセイの課題があるときは利用してみるといいと思います。Tutoring center は授業でわからないところを教えてもらえるところです。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

休日は、よく友達と遊んでいました。車に乗せてもらってスキーに行ったり、人気のスポットに行きました。私がいたところは自然が多いところだったので、自然を楽しみました。また、アメリカ人の友達が留学生を招いて英語学習の集まりを作っていたので、それに参加し、いろいろな国から来た人と交流していました。友達の誕生日をサプライズで祝ったり、ホームパーティーも多々行いました。これらの経験を通じて、多文化についてより知ることができ、コミュニケーション力が向上しました。また、より周りの人について考えるようになりました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇は現地の友達の家に泊めてもらっていました。他の友達とも一緒に滞在し、料理をしたり映画を見たりしました。ホストファミリーのように接してくれました。その友達は子供がいたので、その子たちとよく遊んでいました。また、旅行にも行きました。秋、冬、Thanksgiving、春休みを利用してサンフランシスコ、ニューヨーク、フロリダ、カナダ、シカゴにも行きました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

体調管理が一番大切だと思います。また、No と断る勇気が必要だと思います。危ない、嫌だと思ったらすぐに断りましょう。また、都市部の夜はとても危険です。旅行などに行った際は早めに帰る、人通りの多い道を利用するなどしてください。１ 人になることは特に危険なので、友達と行動しましょう。一番大事なのは健康管理だと思います。気温の変化が大きかったりするので天気予報を欠かさずチェックすることがおすすめです。薬は日本から持ってきた方が絶対にいいです。万が一の時に備えて多めに持って行くことをお勧めします。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

旅行が自分自身の成長に最もつながったと思います。なぜなら、日本語が通じない場所ですべてのことを自分自身で行ったからです。日本とは違い安全面や交通など、違うことがほとんどでした。私は特に計画性が成長したと思います。都市部はとても広いので、どこで何をするか、その後に何線を利用してどこに向かうのかなど、事前に調べ、計画を立てることを徹底していました。そうすることで旅行をスムーズに進めることができました。また、英語での注文、チェックイン、相談など頻繁に行っていたので、英語力の向上にもつながったと思います。自分自身の安全についてもより気を付けるようになりました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学を通じて日本に興味を持っている人々とたくさん出会い、日本の文化について紹介する機会がよくありました。その経験により、日本にもっと興味を持ってもらい、日本の魅力を伝えたいと感じるようになりました。また、日本と世界をつなぐ架け橋のような存在になりたいとも感じるようになりました。なので今後は、海外とも交流を持つ企業に入社し、留学で培った英語力、コミュニケーション力、計画力を活かして、海外とのつながりを増やしていきたいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

航空券往復 30 万円、旅行費、外食代、交際費など合計で約 80 万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

あっという間に留学生活は過ぎます。イベントなどがあれば積極的に参加してください。そうすることで友達も作ることができます。お金はかかってしまいますが、旅行もすごくいい経験になると思います。また、英語で話すことを怖がらずとにかく何か話す精神で行くと何とかなります。誰も文法の間違いなんて気にしません。英語に触れる機会を増やすと、自然に英語力も伸びると思います。課題の多さに圧倒されると思いますが、仲間と協力しながら頑張ってください！

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、オンライン面接、説明会の参加

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

英語力を向上させるために、毎日誰かと英語で話すという目標を立てていました。また、イベントへの積

2023 年度　長期留学帰国報告書

極的な参加を通じて、コミュニケーション力が向上しました。多様な国から来た人々と会話をすることで、文化の違いを知ることができ、一人一人を尊重することの大切さを学びました。英語を習得するうえで目標を立て、コツコツと粘り強く努力する力を養いました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

航空業界に興味があるため、客室乗務員職や旅客サービス職への就職活動を進めています。また、ホテル業界にもエントリーを進めています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Ferris State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2020 年 9 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	留学先での主な専攻はビジネスです。
各学期の合計履修単位数	秋学期：１２ credits, 春学期：１２ credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Business/ Career and Education Planning/ US History to 1877/ Intro-Social Work Profession/ Renaissance thru Present/ Leadership Resilience/ American Pop Music Since 1900/ Intro To Women's Studies

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

American History を除く全ての科目で A を取得しましたが、特に「Intro-Social Work Profession」のクラスでは 100%で単位取得を達成しましたので、顕著な学修成果を得たと考えています。学習内容はソーシャルワーカーの心得や価値について学び、実際の事例とともにどのようにソーシャルワーカーが関わり、解決策を提案するのか議論しました。毎授業を欠かさず参加することでアテンダンスは満点を取り、Writing Center を活用しレポート課題においても満点を取ることができました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

学修面で困難であったことは一度の講義では細かな情報までは拾いきれないということです。特に American History の授業では、100%の理解を一度の講義では得ることができなかったので、一回目のテストでは低い点数を取りました。このことを受け、私は、ついていけなかった説明はキーワードのみ記録し、授業後に先生に理解できるまで質問をすること、講義動画を投稿してくださっていたので、毎授業後に復習として視聴すること、予習として授業に関連する内容を日本語で調べることを行っていました。その結果、第二回のテストでは第一回目から 30 点上げることに成功しました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業を取り組む際に気を付けていたことは、英語と日本語を駆使してでもノートをしっかりとること、理解できないことは先生に質問することです。特に質問することですぐに解決するだけでなく、授業に参加して

いるということを先生に主張することができるので大事だと思いました。課題に関して意識していたことは、出された日に取り組み始めることです。日本に比べて、課題が難しいだけでなく、量も増えるので、計画的に取り組み、ため込まないことが重要です。グループワークでは、発案でなくとも質問等で発言をすることで、自分の存在を主張しなければならないと感じました。私はついていけなかったところについて質問をメンバーにしていました。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学内で利用可能な学修サポートサービスは Tutoring Service と Writing Center です。Tutoring Service は Online での予約が可能で、利用したことはないのですが、テストでの点数の取り方やノートの取り方、授業の受け方等、それぞれの科目を得意とする生徒が教えてくれるそうです。Writing Center ではレポートの誤字脱字や文章構成をチェックしてくださるだけでなく、どのような内容が課題に適切であるか、どのような話を含めるとより良くなるかなど内容もチェックしてもらえます。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業外では、日本語ボランティア、International Food party などを行いました。日本に留学したいという現地学生を相手に週に一回日本語を教えるボランティアをしました。この経験を通して、英語で説明する力を身に付けたとともに、日本語についてより学ぶことができました。International food party では留学生が自国の料理を持ち寄り、様々な文化や経験を交流しました。バッググラウンドは違えど似たような感性や文化に気づくこともあれば、同じアジア圏であっても異なる感性に気づくこともでき、異文化理解能力を高めることができました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

秋派遣でしたので、長期休暇は Thanks Giving Break、Winter Break、Spring Break がありました。そのうち、Winter Break と Spring Break は寮に滞在することはできませんでした。Thanks Giving 休暇は 5 日間あり、カナダにあるトロントとモントリオールへ旅行しました。Winter Break は 3 週間ありましたが、旅行等はせず、知り合いの家に滞在させていただきました。Spring Break の 10 日間はニューヨークに四泊五日、フロリダに三泊四日旅行し、一日は寮に帰ることができたので、自室にて過ごしました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

私が留学中行っていた危機管理方法は、夜に一人で出歩かないこと、荷物や飲み物を長時間放置し

たままどこかへ行かないこと、たばこや麻薬をしている人とは関わらないこと、横断歩道で青であっても一度止まって確認することです。どれも当たり前のことですが、日本とは感覚や常識が異なる国に来ていることを自覚し、初歩的なことから自身の安全を優先する行動を心がけることが大切だと感じます。私も実際、夜に寮まで帰宅するとき、友人の男性が付き添ってくれましたが、遠くで銃声を聞いたので、一人でなくてよかったと安心したことがあります。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

自分自身の成長に最もつながった経験は旅行です。旅行中は日本人のみ、見知らぬ街であるので、自分から駅員に道や公共交通機関の利用方法を聞くことで主体性を身に着けること、英語を話すことへの自信を身に着けることができたと思います。また飛行機に乗り遅れた際、英語での飛行機変更の交渉は大変でしたが、粘り強く電話をかけ、説明することで解決できたので、交渉力の向上にもつながりました。旅行後、周りから英語力が向上したといってもらえることが格段に増え、自他ともに英語力の成長を感じたとともに、自分たちで何とかしなければならないという状況が課題解決能力、主体的な行動力の成長を促す経験だったと思います。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は将来やりたいことや就きたい仕事などが特にありませんでした。しかし、留学中、アメリカだけでなく、他国の留学生との交流を通じて様々な国の文化を学び、そして日本について紹介しました。この経験から、将来は日本と海外の架け橋になりたい、特に日本ならではの商品や技術を海外に広めることができる仕事に就きたいと思うようになりました。海外での生活は楽しかったですが、やはり日本が好きだと感じたので、留学生活で培った多文化理解能力と英語でのコミュニケーション能力を生かして、日本を世界に宣伝することが現在の目標です。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券と保険料合わせて 100 万円程度、準備資金 50 万円程度、雑費や生活必需品費用等留学生活 100 万円ほど

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

私は留学初日から一か月ほど、英語が上手く話せないこと、友達ができないことに悩みました。その際、気にかけてくれていた他の留学生から、「英語に自信がなく、間違えることも多いかもしれないが仲良くなりたい」ということを素直に伝えると、受け入れて友達になってくれるし、たどたどしい英語であっても理解しようとしてくれる」とアドバイスをもらいました。そして「一日最低一回はだれかと話すこと」を目標に自分の弱さをさらけ出して、さらに努力を続けることで素敵な友達と出会うことができたので、周りに積極的に頼ることは関係を始めるきっかけになるということを留学予定の学生に伝えたいです。

【就職活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

自己分析とキャリアセンターとの個人面談の繰り返しを経て、企業選択の軸を確立させました。また、Web 合同企業説明会への参加、一社に ES 提出、SPI 勉強を行っておりました。

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

就職活動でアピールしたい留学生活から得ることのできた経験は異文化交流です。なぜなら留学期間中、他国からの留学生同士で各国の料理を持ち寄り、振る舞う機会、各国の生活や考え方の違いなどを交流する機会が多かったからです。世界で見るとアジア圏は比較的似ている感覚や文化背景を持っているように思えるが、アジア人同士で交流をすると、違いが見えてくることが大変興味深かったです。この経験は社会で、異なるバッググラウンドを持つ人々と働く際、受け入れ、分かり合おうとする行動につながると考えています。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定。今後はメーカーや専門商社を中心に就職活動をする予定です。なぜなら、留学を経て、日本の文化を海外に広めることに興味を持ったからです。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Fort Lewis College
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Business Administration
各学期の合計履修単位数	Fall 2023: 12 単位/ Spring 2024: 12 単位/ 合計：24 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Fall 2023: Business in Global Society　(BA203)/ Tpc: Corp Social Respon in Asia (BA370)/ Intro to Financial Accounting (ACC225)/ U.S.National Government (PS110), Spring 2024: Intro to Psychology (157)/ Prin of Marketing (MK250)/ Prin of Microeconomics (ECON226) Prin of International Business (BA303)

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Tpc: Corp Social Respon in Asia (BA370)。この授業では、講義やコンテンツを通してアジアの CSR（企業の社会的責任）について基礎知識を学び、アウトプットとしてプレゼンテーションやペーパーで実際に企業の活動について分析する。この授業を通して、情報収集、情報の見方、クリティカルシンキングに関する能力が伸び、自己の成長に最もつながった授業だと感じる。300 番台の授業である為かなり挑戦ではあったが、現地のクラスメイトは同じ学年の学生が多く、刺激を受けることができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

一学期目と二学期目で異なり、まず一学期目では、生活に慣れること/授業についていくことである。全てが異なる環境で、最初の頃はかなり気を張っていた。さらに、履修した科目が全て専門外であり不安であった上に、特に ACC に関しては苦手分野のため理解に苦しみ時間を要した。しかし、教授や友達に相談したり一旦落ち着いて考える時間を設けたことで、最終的にそれら全てが成長のための過程であると考え学ぶことが楽しいと感じることができた。二学期目には就職活動を始めたことにより、精神的に滅入った時期があった。考えることが増え、無意識のうちに自分を追い込んでしまっていたことに気づき、優先順位を決めて行動するようにした。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

授業では、とにかく集中して全て聞き取るつもりで挑むこと。板書にばかり集中していると聞き逃しが発生するため、自分が後で見てわかる程度にノートをとっていた。グループワークでは、些細なことでも提案や意見があれば積極的に発言していくとメンバーもしっかり反応してくれ、何より自分も納得したものを作ることができる。しかし、意見が言えるように予習などで知識をインプットしておくと説得力があり行動に移しやすいと思う。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

チューターサービス、カウンセリング、ジム、体育館　（ボール貸し出し可）、給水機、学習環境：　図書館、24 時間開放の勉強スペース、様々なビルディング（ビルディングによって特徴が異なるため、気分転換に場所を移動して勉強するのに最適）

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

日本の文化について紹介する授業のサポートやイベントの機会が何度かあり、積極的に参加していた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

一時帰国せずに大学内のアパートに 1 ヶ月間滞在。（大学の食堂も売店も全部閉まるが、寮にはキッチンがついておらず自炊する必要があったため。）　また、一人で CO→NY へ 5 泊 6 日の旅行に行った。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加していない。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

留学生活面では、睡眠時間と息抜きの確保。やらなければいけないことはたくさんあるし、焦ることもあると思うがやはり健康体無くして何もできないと学んだ。メリハリが大切。危機管理方法としては、他人任せにせず、ささいなことでも確認を怠らないこと。何か自分に不都合が起こったとしても、現状を把握できていれば適切な対応ができる。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学生活での決断の連続である環境が自身の成長に繋がったと感じる。学習環境に関して、物事の選択基準を"興味があるかどうか”に設定した。例えば、授業選択の際にはたとえそれが難しそうであっても、勉強してみたいという気持ちを優先して挑戦した。この経験から、選択や決断に責任を持って対応できるようになり、それらに自信を持てるようになった。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

今回の留学を経て、”海外と深く関わりのある仕事"に携わりたいという思いが強まった。また、留学前は、将来設計図が全く思い浮かんでいなかったが、この留学を通して大まかではあるが描くことができた。私は留学中に初めてビジネス関連の科目を履修し、その面白さに気づくことができ、もっとしっかり勉強したい/資格を取得し活動の幅を広げたいと強く思った。そのためには資金が必要なため、理想としては企業で働きながらビジネスの資格の勉強・英語学習を継続し、年齢は関係なく MBA を取得することを目標に精進する予定だ。（状況に応じてオンラインでの MBA 取得も検討）

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 33 万円/海外旅行保険 20 万くらい/ 教材費 5 万円（教科書が不要なクラスあり、中古の本をインターネットで探すのもあり）/旅行 45 万/ 9 ヶ月

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

9 ヶ月過ごして、留学生活は行動するかしないかで随分と変わるものだと強く感じた。成長の機会はたくさんあるが、それらに踏み込むかどうかは自分次第。迷うなら一度やってみることが大切。それぞれがまた何か次のきっかけにつながっていると実感したので、ぜひ怖がらずに色々と挑戦してみてほしい。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定である。興味のある業界や仕事はいくつかあるが、具体的に何がしたいのか、またこれに絶対なりたいというようなものをまだ見つけられていないため、まずは自己分析をさらに深めつつ就職活動を進めていきたい。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学（HMP)
留学先大学	Iowa State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Hospitality, Computer Science
各学期の合計履修単位数	秋学期:　13 単位　春学期 ：　15 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Communication Studies101/HspM101/Event Management171/Food Safety Certification 133/Non-Alcoholic Beverage and Operation280/Web Programming106/ Object-oriented Programming227/ Wine and Spirits in HspM383/ Principles of Microeconomics101/ Social Media Strategy473

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

2024 年春学期で最も学修成果を挙げたのは【Introduction to Web Programming 106】です。この授業では、毎週のレクチャーと課題を通じて一つのウェブサイトを作成しました。日常的に目にする様々な会社のウェブサイトがどのような過程で作成されているのか、その裏側を知ることで、ウェブサイト制作のスキルを身につけることができました。このスキルは、ホスピタリティ業界を目指す上で非常に有用です。対人的なサービスだけでなく、新規顧客がサイトを訪れた際に視覚的に見やすく、泊まりたいと思わせるようなウェブサイトを開発する力が養われたと考えています。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学中の学習の困難は、日本の学習と大きく異なるかと言われると、そうではないと思います。本校で行われている英語での授業に参加したことのある学生さんなら、環境が大きく変わると感じることは少ないです。しかし、言葉の壁は確かに存在します。また、クラスメイトという概念があまりないため、わからないことがあれば、自分から教授にメールで質問したり、周りの友人に教えてもらうなど、積極的に行動し助けを求めることをお勧めします。それによって、教授との関係を構築し理解力を向上させるだけでなく、コミュニティの拡大にも繋がります。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

海外の大学の図書館はとても大きく、個人スペースやサイレントスペースなど、自分が集中できる場所を見つけることができます。課題は主に図書館やお気に入りのスペースで行い、集中して取り組むことができます。また、学内にはチューターや TA のサポートが充実しており、質問があれば積極的に利用できます。グループワークではチームメイトとのコミュニケーションと積極性が必須です。授業の最終日にチームメイトの評価によって点数が加算されることもあります。積極的に会話に参加することで、成果を上げ、達成感を得るとともにコミュニケーション力を向上させることができます。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

【施設】キャンパスカフェ/スターバックス、図書館、研究室、学習ルーム、病院、ジム（ヨガやプール、ダンスなどのクラス無料）、公園など【学習サポート】TA、チューター

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

派遣先の大学で行われたキャリアフェアに参加した際、現地の学生向けに提供されている JET という ALT 留学団体の担当者とお話しし、連絡先をいただきました。その後、日本人であることを活かして、甲州市とエイムズ市（アメリカ合衆国）の友好親善都市提携 30 周年のセレモニーに通訳者として参加させていただきました。この経験を通じて、二か国語を話せることが自分の強みであることを再認識し、新しい分野に挑戦することが自己成長と人間性の向上につながると学びました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

友人と Airbnb を借り、誕生日パーティーをした。冬休みは学校始まるまで旅行をした。学内の公園で雪遊びをした。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

私の住んでいたアイオワ州は、田舎で特に危険性はないと思っていましたが、誘拐事件やドラッグ絡みの事件など少なからずありました。日本とは違い、夜は街灯も少なく人通りもないため夜遅くに帰宅する場合は迷わず SafeDrive を使うことをおすすめします。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

この留学は私にとってとても大きなターニングポイントだったといえます。留学中、学修面や異文化交流を通して新たな価値観や考え方に出会いました。また自身の根底にあった常識や思考を見つめ直す機会にもなりました。最初は自分の気持ちを言語化し表現することに抵抗がありましたが、次第にそれを乗り

越えることで、自分の意見を明確に伝え、他者の視点を理解する力が養われました。留学で養われたコミュニケーション能力、柔軟性や適応力の成長は、今後のキャリアにおいても大いに役立つと感じています。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前はキャリアの拡大と異文化への興味を抱いていました。留学後、新たな環境での経験や言語、文化に触れ、成長しました。特に、現地での経験を通じてコミュニケーション能力や適応力が向上し、柔軟性を身につけました。これからは、国際的な視野や人間性を活かし、国際的な職場での活躍を目指します。ホテル業界においては、広報を強化し、貢献したいと考えています。留学前と後では、自信と決断力が向上し、より大胆にチャレンジする姿勢を持つようになりました。得たスキルや洞察力を生かし、地域社会に貢献していきたいと考えています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

寮費/学食費/往復航空券/海外旅行保険/キャンパス上乗せ保険/教材/長期休暇旅行代

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

新生活に心を弾ませる学生さんが多いと思います。同時に、不安な気持ちもあると思いますが、特に友達ができるかどうかという不安を持つ方が多い事と思います。私もその一人でした。個人的に留学前にやっておいて良かった交友関係拡大のためのハックとしては、知識をつけておくことだと思います。現地では様々な国籍と文化背景を持った学生さんがいます。日本人の学生さんは文法や発音などを気にする方が多いと思いますが、知識を浅くても良いので幅広く持ち、どのような話題でも会話に入っていけるように留学前から心がけておくと役に立ちます。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

現地のキャリアフェア、博報堂のオンライン就職説明会、海外インターンシップ説明会

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

私は関西外大の Hospitality Management Program でホテル業界の欠陥を考察し、広報戦略の弱さに行き着きました。そこで留学中に ADVRT473 を受講し、広告戦略や新規顧客獲得の方法を学びました。また、初めてプログラミングの授業を受け、Web サイトの作成方法を学びました。将来、ホテル業界で広報部を立ち上げたいと考えています。卒業後は更なる能力向上のためカナダでの留学を予定しており、帰国後の最終学期で GPA を上げ、修士号の取得を目指しています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	JAcksonville state university
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	リベラルアーツ中心に、ビジネスやホスピタリティなど自分の興味のある授業を履修
各学期の合計履修単位数	１２＋１２＝２４単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

business orientation/ intro to gender diversity/ intro to mass communication/ world history/ hospitality management/ intro to sociology/ human geography/ broadcast writing/ business professionalism/ Asian studies

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

タイトル：human geography、内容：世界各地域の文化、宗教、人種などについて勉強し、最後のプレゼンテーションではインドの経済成長と human geography 的な観点でどのように関係しているのかを分析し、発表した。成果：自分の知らない文化や宗教について理解を深めることができ、多様性理解への架け橋となった

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

gender diversity に関する授業を履修していた際、アメリカの多様性に関する背景知識をベースにディスカッションが行われることがしばしばあり、それらの知識について乏しかった私はディスカッションに参加することに苦労しました。しかし、授業前の予習でアメリカの性や人種についての歴史を自主学習したり、友人や先生に積極的に質問することで、前向きにディスカッションに参加することができました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

わからないことはすぐに質問するか、調べてクリアにすることです。授業の進むスピードが速かったり、毎回たくさんの課題を出されることが多いため、疑問点はタイムリーにクリアにすることが一番大事だと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

チューター、ライティングセンター

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

地域コミュニティや学内でのボランティア、ジムで体を動かす、友人とドライブ

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

アメリカの主要都市を巡りました

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加していません

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

鍵の施錠、周囲の確認など、当たり前のことを怠らないこと

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

インターナショナルハウスプログラムに参加し、様々な国から来た友人たちと繋がれたことです。その経験を通して、自分自身の価値観が大きく広がり、新たな自分の一面を知ることもできました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

多様性への理解を深められたので、そのような環境で就職し、将来的に社会貢献できるような人間になりたい。また、留学中に日本に関心を持ってくれている人に出会う機会が多かったため、日本文化の発信を何らかの形で行いたい

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

渡航費/約３０万円、寮＆ミールプラン(１学期分だけ）/約５０万、休暇中/約５０万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

何事にも恐れずに挑戦すること。そうすることで、自分が何を学ぶことができたのか目に見えてわかります。そして、新たな一面にも築けると思います。トライアンドエラーを繰り返してください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

ES 入力

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

多様性への理解、一歩踏み出せるようになったこと

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

航空業界で客室乗務職を目指し就職活動中

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	John carroll University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	政治科学、国際関係学
各学期の合計履修単位数	24 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Gender Studies / Introduction to International Relations / United States Politics / Conflict Resolution & Transformation / Introduction to Social Justice / Introduction to Human Rights / Introduction to Political Thought / Foundations of Sociology

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Political Thoughts, この授業では、有名な政治哲学者、その他著名な歴史的人物らの考え方を学び、自分たちの政治の解釈を促す教科です。この授業で得た成果は、政治への理解や興味がさらに深められたことだと考えます。政治とはという漠然としたことだけではなくて、政府とはどのような存在であるべきか、社会で生きていくためにはどうするべきなのかなど、これからの人生に必要な考え方を得ることができました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

授業の聞き取りがとても難しかったです。TOEFL リスニングで出てくるような会話スピードの何倍もはやく感じました。そのため、授業でノートを取るのが難しく、さらに私はネイティブでも早口だと感じると噂の先生の授業を取っていたため、最初はとても苦労しました。授業が始まって少ししてから、現地でできたお友達から、大切な部分の授業を録音して授業後にそれをもう一度聞いて勉強しているということを聞いたので、私もそれにならって授業を録音し、帰ってから何度も聞き直して授業の理解度を深めていました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

ほとんどの授業で課される膨大な量のリーディングですが、授業ですべてを細かく網羅することはほぼないため、授業前日に斜め読み程度で良いと思います。あまり良いアドバイスではないかもしれませんが、私

はリーディング以外の課題が多かったため、全てを授業前に読む時間がありませんでした。また、大半の先生方は、軽い予習として配布しており、授業内で内容について詳しく問われることもテストされることもありませんでした。そのため、全部読んで理解しなきゃと負荷をかけるのではなく、新聞を軽く読むような心づもりで気楽に取り掛かることをお勧めします。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

英語で開講される授業は取っておいた方がいいと思います。私はこれで、海外の授業とともに、課されるであろう課題やリーディングの量についてもイメージできました。なので、現地でのやり方に驚くことはなく、どのように対処すればよいかなど授業に合わせて自分のペースも調節しやすかったです。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

友達や現地の人たちとたくさん交流しました。様々な分野について彼らの考えを聞き、自分自身の視野を広げることや、アメリカ文化をより理解することに繋がりました。また、友達の家に泊まったり、友達と色々な場所へ行き、アメリカの文化や人々の生活などを見たり経験させてもらったことで、彼らの文化に直に触れました。異文化理解が深まる一方で、アメリカの経済大国としてのすごさを肌で実感することができ、政治分野に興味がある身としては、そちらの分野でも視野や考えを広げることに繋がり、非常によい機会でした。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

一時帰国し、実家に滞在。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

現地の地理に精通した友達と行動することをお勧めします。なぜなら、治安が悪いエリアを知っているからです。私は、映画を見に行くだけでも、友達と地図を見て危ないエリアを避けるルートや安全なエリアにある映画館を選んでから出発しました。なので、大学外にでる時は現地に精通した友達と行動することをお勧めします。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

私は元々英語が苦手で、英語の面白さも分からず、自分から勉強しようと思うことすらありませんでした。しかし、リスニングや語彙など自分のもてる技能を使うことで、現地の人だけでなく色々な国の人とコミュニケーションが取れました。これによって英語の素晴らしさを実感し、自ら英語を勉強するようになりました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

これは自分の中でかなり大きな成長だと思います。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

上にも書いた通り、私は英語がとても苦手でしたが、今では英語の持つ素晴らしさに気づくことができました。今後、教育実習があるので、そうした経験を生徒に伝えるなどして活かすことができると思います。また、その後に関しては、英語の技能だけでなく、学んだことや考え方など含めて、教科が複数ある航空管制官の試験に活かすことができると思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

フルスカラシップのため、住居費、食費は支給。飛行機代は、一時帰国分も合わせて 60 万円程度。その他保険料や SIM カード等日常に必要なものにお金がかかりました。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

リスニングをとにかく頑張ってください。リスニング問題を練習するのではなく、YouTube や Netflix 等でネイティブらの会話になれておくことをお勧めします。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

卒業後、航空管制官試験を受ける予定。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	John Carroll University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	歴史
各学期の合計履修単位数	春 12 単位、秋 1 2 単位の合計 24 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Human Rights/Audience Matter/War and Peace/Social Psychology/Sociology/Conflict Resolution/International Politics/Gender History

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Audience Matter、メディアの影響、観衆から注意を引く方法、この講義は最も今後の生活に応用できると思った。メディアは日々進化していく中で、その影響力を知ることは危険から回避することにつながる。また観衆の制す津を知ることで、信頼を得たり、説得をうまくすることができる。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

ルームメイトとの共同生活、文化、慣習が異なる人との生活は非常に困難であり、窮屈であった。どこまでが注意をしていい範囲かの判断が非常に難しく、これを言うことは文化を否定することになるのかといった葛藤があった。しかし意見を交換することが最も快適に暮らす方法であった。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

後回しにしないことと、友達を作ることが重要。特に人脈があるだけで、様なざまな専攻の人とつながりを持つことができ、わからないことがあった際に助けてもらうことができる。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ライティングセンター。これはレポート提出前に、レポートの添削やいい点と悪い点を伝えてくれる。

【授業以外の活動について】

6．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

現地の学生との会話。得たものは楽しい時間、知識、文化

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

東海岸を縦断した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

していない

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

特にない。危険と感じたことは一度もない。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

ルームメイトとの生活。自分で問題を解決しなければならず、人に注意をするという経験は今までにはないため、自分の性格を変えるきっかけとなった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

アメリカで一年生活したという経験は非常に貴重であり価値あるものである。そのため、海外で働くということも視野に入れつつ生きていく。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

航空券往復３０万円、保険２０万円、教材３万円、毎月の出費１万円、フルスカラシップのため授業料、寮費、ミールプランは無料

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

とにかく友達を作る事。人脈が増えれば、その分楽しい時間を過ごせるだけでなく、有意義な情報や新たな価値観を得ることができる。また困難に直面した際に手助けしてくれる。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて

2023 年度　長期留学帰国報告書

記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	John Carroll University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2020 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	教育学、心理学、社会学、歴史
各学期の合計履修単位数	秋学期 12 単位、春学期 12 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Foundation in Sociology/Child Development/Introduction to Psychology/Introduction to Education/International Relations/Conflict Resolution and Transformation/Japan at War and Peace/History of the US Since 1877

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

History of the US Since 1877 では主に２パートに分かれた授業が行われ、半分ではアメリカの民主化の過程を学び、残りの半分では、アメリカの著名人で留学先大学の卒業生に関する研究とホームページの作成を行なった。他の授業に比べて、自分たちですることが授業内外で多く大変だったが、最終日までに完成させることができた。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

別科の授業と比べてもリーディングの量が圧倒的に多く、一人では到底間に合わなかったため、クラスのメンバーと協力して、それぞれが範囲を決めて、みんなに自分のパートを説明して乗り切った。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

英語に自信がなくても思い切って話しかければ、優しく接してくれると思う。一人で全てを抱え込むよりかは、現地の学生と協力した方がより効果的に進むと思う。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ライティングセンター

【授業以外の活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

現地の elementary, middle, high school に訪問する機会があり、現地の学生がどのように学んでいるか、日本との違いも感じることができて、教育に対する視野が広がった。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

さまざまなところに旅行して移動しながら過ごした。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

常に走れる靴を履いていると、万が一の時には逃げやすいと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

授業外で行わないといけなかったグループでの課題は、日本よりも良い意味でも悪い意味でも学生の多様さがあったため、協力することが難しい場面があった。しかし、グループでの話し合いを通じで最終的には完成まで持っていくことができ、これらの過程を通じて成長できたように思う。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学を経て、海外での生活をもっと経験してみたくなった。長期休暇も含め、日本以外で生活することに対する自信がついたので、日本に留まる必要はないように感じた。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

航空券 30 万円/保険 20 万円/旅行費用 50 万円/教材費 5 万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

自分から思い切っていろいろ挑戦してみる

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

海外も含め、時間をかけてしたいことを見つける予定です。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Keene State College
留学先国	U.S.A
留学開始日	2022 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Environmental study
各学期の合計履修単位数	24

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Environ Central New England/FA23 How to Watch Films/Music Cultures of World/Global Environmental Change Spring '24/Health in Society/Foundation Experience/Film and Fear: The Horror Film IH

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Health in Society 様々な社会的要因が人々の健康にもたらす影響についての内容。講義はディスカッションが多く、アメリカの健康保険制度や人種による住居環境、健康状態における格差などについて学んだ。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

特に大きく悩んだことはなく、しいて言うならば日々の課題に時間がかかったこと。なるべく図書館に行って集中できる環境をつくって解決した。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

キャンパス内の寮に滞在していたため、夜遅くまで図書館で勉強することができた。授業内での不明点は必ず授業後に先生に確認した。また自分が留学生であることを初回の授業で伝えておくこと、先生とたくさんコミュニケーションをとることで自分がどこまでついていけているかを確認できるようにした。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ライティングサポート、図書館

【授業以外の活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

自然豊かな場所への派遣だったため、ルームメイトたちをさそってたくさんアウトドアアクティビティを経験した。私の出身地の自然とは全く異なる広大な自然が広がっていた。環境学の授業で学んだ地形の歴史や木の種類などを実際に足を運んで再確認できることが多く、貴重な体験ばかりだった。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

友人宅に滞在し、一週間ほどの旅行に行き、帰ってきてから次の学期が始まるまでの間も友人宅に滞在した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加していない

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

とにかく自主的に積極的に色んな人に話しかけていく。自分の意見をはっきりと持つこと。そしてそれを相手に伝える。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

自分からたくさん外に出たこと、積極的にイベントの計画をしたことで友達と過ごす時間が増え、自然に英語を聞く、話す機会が増え自分の英語力に繋がったと感じている。初めは会話についていけないことも多く、今でも完璧ではないが、わからないことは聞き返し、自分の意見を伝えようとする姿勢を大切にした。あきらめずに続けることで自分の英語力だけでな自信にもつながった。帰国してからも外国人と英語で会話をする機会を自分で作る行動力も身についた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

自ら行動を起こすことで自分の可能性を広げることができた。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券約２０万、毎月５万～１０万ほどの仕送り

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

とにかく自分で行動を起こすことが大切。わからないことはわからないと伝える。自分の意見を一生懸命伝えようとする姿勢を見せる。自分の意見ははっきりさせる。

【就職活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

卒業後に中高の英語講師登録予定。その後は海外での活動を予定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Keene State College
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	社会学、ジェノサイド、音楽文化、音楽歴史、映画分析、ジェンダー
各学期の合計履修単位数	Fall Semester: 12 credits　Spring Semester: 12 credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Music Cultures of World / Listening to Music / Introduction to Sociology / Intro Women's & Gender Studies / Intro Holocaust & Genocide Studies / Robot Stories

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Robot Stories /　映画分析　[成果]最後の学期末のリサーチペーパーで、満点を取った。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

【最も困難だったこと】ディスカッション　【対処】何をしなければならないのか少しでも分からなくなったり、不安に感じたら同じグループの子に聞くようにした

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

日本より明らかに課題の量が多くて、ため込みすぎると後々自分を苦しめるので毎日少しずつ進めておいた方が良い。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

私の派遣先大学では、レポートやエッセイなどを添削してくれるチューターがいた。また、なにかしら学習面に障がいのある学生をサポートしてくれる制度もあった。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

グローバルカルチュラルクラブという国際交流のクラブで日本文化を紹介した。また、留学担当の先生の紹介で日本語のチューターも行った。

2023 年度　長期留学帰国報告書

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

サンクスギビングは、留学担当の先生に招待されて家族とサンクスギビングの文化や過ごし方について教えてもらった。クリスマスイブは現地の友人の家に泊まり、ピザを食べたり映画を見たりした。また、1 月は学校主催の 1 週間ボランティアに参加した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

私の派遣先大学では、キャンパス内にエマージェンシーコールという危険な状態のときにボタンを押すと、キャンパスセーフティの人が駆けつけてくれる制度があったが、それでも夜は出歩かないようにした。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

多様性を以前よりもさらに受け入れられるようになった。日本と違って、当然のようにいろんな人がいたので、いちいち驚いているのが逆にアメリカでは変だったと思う。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学に行ったあと、想像以上にアメリカでは日本の会社の製品が置かれていることに衝撃だった。そこから、私も海外に進出している製品の製造などに携わりたいと思うようになった。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券約 35 万、海外保険約 20 万、寮費食費約 200 万（1 学期分約 100 万）、予防接種約 3 万、休暇中の旅費約 30 万、

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

私は生活を通して、皿洗いを全くしなかったり、掃除をしない子たちがルームメイトだったので凄くストレスになった。注意をするのは簡単なことじゃないと思うので、せめて自分のことは自分でするようにした方が良い。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

オンライン説明会、ES 入力、選考

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学生活を通して、価値観の違いや文化の違いを痛感した

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

なるべく留学経験、英語を使えるような職業に就く

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Mary Baldwin University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	4/1/2024
留学先での主な履修分野	ビジネス
各学期の合計履修単位数	秋学期：１２credits　春学期：１２credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

SUSTAINABILITY & BUSINESS/MARKETING PRINCIPLES/PSYCHOLOGY AS A SOCIAL SCIENCE/INTRODUCTION TO SOCIAL WORK/MAGIC, RITUAL,RELIGION/MANAGEMENT PRINCIPLES/ABNORMAL PSYCHOLOGY/RACE IN SOCIOLOGICAL PERSPECTIVE

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

ABNORMAL PSYCHOLOGY 私は主にビジネス専攻だったが秋、春学期を通して自分が興味のあった心理学の授業を履修した。話に聞いていた通り心理学の授業は理系の分野の用語も多く授業についていくにはテキストの読み込みをはじめとした予習復習が欠かせなかった。成績を得るために教授に何度も質問しに行くことで顔も覚えられ手厚く面倒を見てもらえたのもよかった。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学前に留学生準備教育を半年したため、学習面で苦労することはほとんどなかった。ただやはり心理学のように関西外大で履修したことのない科目は用語の覚える数が多くそのキャッチアップに苦労した思い出はあるがその科目が自分が興味のあるモノであれば問題ないと思う。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

課題の多い授業はそれだけ最終成績の点数が分散するため大きくこけることはないが、課題一つ一つが易しいわけではないため定期的に時間がつぶされるのが大変だった。私はもともとグループワークが得意なわけではなかったがそれは留学先ではより顕著になり、彼らのゆったりとしたペースと自分のペースが合わず苦労した。Google doxs を共有してレポートを作成することが多かった。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

チューター制度といって junior や senior ですでにその授業を履修したことがある学生がテスト前に勉強会を開いてくれて復習をすることができた。また教授はオフィスアワーが決まっておりその時間に会いに行けば授業のわからない部分を質問したり、授業で悩んでいることを相談出来たりした。また現地の学生が留学生を支援するサービスがあり、休日に一緒に出掛けたり、ウェルカムパーティーやハロウィンパーティーなどを企画してくれたため留学生間の中が深まった。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

友人のホストファミリーの家にいって現地の生活を体験したり、Thanks Giving Day には仲良くなった友達の地元に連れて行ってもらったりして、寮以外のアメリカの生活を味わうことができた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

12 月から 1 月の間約 1 か月間の Winter Break がありその間は寮から追い出されたため、留学生の友人とアメリカ中を旅行して回りました。LA や NY といった観光地に行きましたがお金を節約するため知らない人との相部屋のようなホテルに泊まることもしばしばありましたが、貴重品の管理にさえ気を付ければ十分安全に旅行することができました。むしろ海外からの旅行客と仲良くなれる機会でたくさんの出会いがありました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

していない。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

私の大学は田舎に位置していたため一度も危険を感じるようなことには遭遇しませんでした。念のため貴重品の管理には気を付けていましたが、特に問題はありませんでした。備えあれば患いなしですがそこまで用心する必要もないと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

他の国出身の友人たちの話を聞いていると人生設計の形が様々でした。私は 4 年間ストレートに大学に通って新卒で社会人になるのが当たり前と考えていましたが、周囲の人はびっくりするくらい人によって 1 年後の自分のあり方に対する想像が違いました。それをきいてこれが視野が広がるということなのかと思いました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

留学前は留学は就職する際に一つでもなにかしら大学生時代の経験としてある方が有利だろうという考えも志望動機の一つとしてありました。しかし留学後は留学というものが将来の選択肢を広げる経験になったと思います。みんながそうしているから自分もそうしよう、そうしなければならないという考えはもしかすると自分のルーツが他の国であったならば違ったかもしれないと思いました。そうした選択肢を見せてくれたのが留学であり、これを機に自分の将来のあり方、理想像を再構築していきたいと思った。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 30 万/海外保険 25 万/教材費 2 万/旅行 70 万/外食費 20 万　合計 147 万/8 か月間/フルスカラシップのため住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

私はこの留学が初めての海外渡航でした。初めての海外でそれも約一年日本を離れて異国で生活しなければならないという不安で何度も直前に留学をあきらめようとしました。正直行ってものすごく満足かと言われればそうでもありません。SNS の発達のせいか、海外の情景、文化は見慣れたものも多く、ある意味新鮮さに欠けていたといえるでしょう。しかし現地で出会い過ごす思い出や出会う人、そこでの話というのは現地に行くからこそ生まれる関係だと思います。わたしは留学の地で思いがけず大切な友人ができました。もし留学を迷っている人がいればこのチャンスを期に一度挑戦してみてください

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

自分に自信を持つこと。自分ができること、自分の長所というのは思っていたよりもたくさん内在しているということに気が付くことができた留学生活だった。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　韓国でワーキングホリデーをしたいと考えているが、家族との意向が合わないため検討中である。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Northern Arizona University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	比較文化研究、哲学、宗教学、人文科学、社会学
各学期の合計履修単位数	春学期：12 credit、秋学期：12 credit

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

introduction to Environmental Challenges & Solutions / Introduction to Humanities / Religions of the World / Introduction to Sociology / Primate Behavior & Ecology / Philosophies of the World / Race and Ethnic Relations / Humankind Emerging

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Philosophies of the World:この授業では様々な哲学者やの考え方や価値観を通して私たち自身の本質にあるものを紐解いていく授業である。ソクラテスや仏陀、クリシュナなどの異なる考え方を一つずつ学び、それらに対する自身の考えをシェアしたり、レポートで批判を行うなどした。また、この授業では多くの学生がそれぞれの価値観を踏まえて哲学を語っていたため、私とは全く異なる文化や常識の中で暮らしてきたアメリカ人学生らの様々な考え方に触れられたと考えている。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

私はレポート課題に苦戦しました。特に、教科書や読み物の内容について触れながらそれらを批判しなければならないものに一番時間と労力をかけました。その理由としては、こういった内容のレポートは内容理解を求められており、理解した上で自身の意見を述べなければならないので、トピックによっては内容理解の時点で多くの時間をかけてしまい、締め切りギリギリになることが時々ありました。そのため、一度日本語に直してしっかり理解する時間をとるようにし、より質の高いレポートを提出できるように努めました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

英語の課題は日本語の課題と比べると時間がかかるので、課題が出されたら期日が少し先でも早めに

始めることをお勧めします。グループワークやディスカッションではネイティブの学生たちの会話のスピードについていくことがまず第一関門になるとは思いますが、物怖じせず、積極的に簡単な英語でいいので、発言をして参加意欲を見せていくことが大事だと思います。また、自身の考え方や意見を求められることも多いので、ただ話を聞くだけでなく、常に自身の意見を頭の中で用意しておくことで安心して発言することができると思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館（スタディールーム等）、ライティングサポートセンター、パソコンの貸し出し、データベースの利用（無料）

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

私は留学先大学にあった環境ボランティアに参加し、花や草木の植え替えや、花壇の清掃などを行いました。また、そのボランティアでコンポストについても少し教えていただき、環境保護への興味が生まれました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

基本は寮に滞在し、休暇中の数日～一週間程度は友人と旅行に行った。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

留学先の国や地域によっても変わりますが、とにかく夜は一人で出歩かない方がいいと思います。どうしても一人になってしまう場合はなるべく明るい道を通ったりするなど、暗い道を避けてください。また、家の戸締りはしっかりしましょう。近場に行くだけだからと言って鍵を開けっぱなしにしないように気を付けてください。私の留学先大学でも時々鍵がかかっていない部屋への不法侵入などが起こり、注意喚起のメールがその度に届いていました。学生寮だから安全というわけでもなく、学生が犯人という場合がほとんどだったので、油断は禁物です。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

社会学の授業でのグループプレゼンテーションが最も成長に繋がったと考えています。このプロジェクトで私のグループはアメリカとメキシコの国境とそれに付随する人権問題について調べました。最初は作業が滞っていましたが、私なりに調べ物やスライド資料を率先して制作したことから、その主体性がメンバーに認められ、そこからコミュニケーションも円滑に行うことができました。そのおかげでプレゼンテーションのクオリ

2023 年度　長期留学帰国報告書

ティーをあげることにも繋がったことからも、主体性の大切さを改めて学ぶことができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学経験を通して、今後はこれまで以上に何事も挑戦していきたいと考えるようになりました。留学自体、海外経験が一度もなかった私にとって大きな挑戦ではありましたが、この挑戦のおかげで様々な新しい知見や文化などに触れることができたため、「まずやってみる」をモットーにこれからも様々なことに挑戦していきたいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

フルスカラシップのため、授業料・食費・住居費は大学支給、往復航空券 30 万円、海外保険 20 万円、旅行費 20 万円、その他（休暇昼食費等含む）20 万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

語学力以上に大切なのは主体性です。もちろん、コミュニケーションをとるうえで英語力があることに越したことはありませんが、それ以上に自分から行動できるかが留学のカギとなります。というのも、留学生活をする中で、英語を話さずに一日過ごそうと思えばできてしまうのが現実です。自分の部屋や寮に引きこもったり、授業中のディスカッションで発言しなければ英語を話さずに済むという状況を作れてしまいます。せっかく留学するのなら、自ら誰かに会って話をする機会を作った方がより有意義な留学生活を送れると思います。頑張ってください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

様々な企業のオンライン説明会に参加、ES、オンライン面接、オンライン座談会　等

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

チャレンジ精神、主体性、計画性、コミュニケーション能力　等

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

販売職を中心に就職活動中、最終面接結果待ち：2 社、次が最終面接：2 社、次が一次面接：1 社

2023 年度　長期留学帰国報告書

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Portland State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	Global studies
各学期の合計履修単位数	秋学期: 12 credits, 冬学期: 12 credits, 春学期: 12 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Intro intercultural comm/ Intro to sociology/ Language & society/ Environment & society/ Intro international studies/ Psy as natural sci/ Public Speaking/ TOP: JPN & US Cultures/ Global Studies Perspectives

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

TOP: JPN & US Cultures: 内容は主に日本とアメリカ文化ですが違う文化を比較し、なぜそのような行動を取るのかなどを分析したりします。この授業ではアメリカの文化だけではなく、自分の文化である日本文化も、何も考えずにしていた普段の行動の意味なども分析し理解を深めることができました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

ディスカッションのあるクラスでは毎回一人一回は発表があったりと、個人的にディスカッションや人前で発表したりするのが苦手だったので毎回の授業で苦労しました。グループディスカッションでは難しいことがあれば同じグループの子にここが分からないなど助けを求めたりしました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

同じ授業をとっている現地の子に連絡先を聞いておくとわからないことや自分が理解できなかったことを質問できるので余裕があれば周りの人に話しかけるのもおすすめです。課題はやはり前もって取り組んでおくと自分の為になると思います。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

Writing center, gym, pool, library, food pantry などがありました。 また Portland は雨が多く暗い日が続く期間があるので mind spa というものがあり、そこでは light therapy が受けれます。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

学内では多くのイベントが開催されていたので、イベントに参加し友達とより仲良くなったり交流の輪を広げたりしました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇はせっかくアメリカにいるからと思いアメリカ旅行をしました。カナダに留学をしていた友達がいたので New York で待ち合わせをして数日滞在し、その友達が滞在していたカナダの Toronto に移り、その後は一度自分が滞在していた Portland に一緒に戻り、Arizona と Las Vegas を回りました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜は一人で出歩かない、ホームレスが多い道は昼でも避ける。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

いろんな国の人と交流できたことです。異なるバックグラウンドをもっている人がたくさんいる環境で生活することが出来たので、新たな価値観などを学べたと考えています。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

普段の生活の中でや、日本とアメリカの文化を比較する授業などを通して、日本で生活するだけでは気づかなかった日本の良いところを学ぶことが出来たと思います。海外の方などに日本の良さを広めることに貢献していきたいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 40 万/ 海外旅行保険 20 万/ 寮が始まる前のホテル滞在費 3 万/ 教材代 2 万/ 旅行 20 万/ 合計 85 万/ 9 ヶ月間/ フルスカラシップの為、住居費と食費は大学支給 (+友達との外食や遊びに行った時にかかったお金、買い物した物なども毎月数万かかりました)

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

友達は個人的には授業で作るのは難しいかなと感じました。現地の学生は比較的授業が終わればすぐに教室を離れていってしまいます。なので友達を作る場は最初の方にあるオリエンテーションや学校のイ

ベントに積極的に参加してみたりなどがおすすめです！

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定：グローバル系の職業を目指して就職活動を継続

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Portland State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	Sociology, Linguistic, Psychology, Public Health, International Studies, Communication
各学期の合計履修単位数	秋学期： 12 credits、冬学期： 12 credits、春学期： 12 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Intro to Sociology / Language and Society / US and The World / Psychology Natural / Intro to Environmental / Intro to International Studies / Public Speaking / Our Common Health / Japan and the US cultures

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Our Common Health: 公衆衛生の基本的構成要素を研究することによって、公衆衛生を包括的に捉える。地域社会や集団レベルの健康に影響を及ぼす社会的、環境的、行動的、文化的要因について幅広く研究し、議論する。課題も試験も良い成績を得た。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

授業内で行われるグループディスカッションが難しかった。事前に知らされている時は授業前に準備をすることができるが、唐突である時は考える時間を設け、自分なりの言葉で説明をして乗り越えた。考えても何も思いつかない時は、正直にそれを伝える。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

困ったことやわからないことがあったら、遠慮せずに友達やクラスメイト、講師に聞く。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

writing center

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

学校で行われる様々なイベントを通して、様々な国の文化を学んだ。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

大学寮、友人の親戚の自宅にて滞在。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

遅い時間、外が暗い時に出かけない。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

他の国から留学をしている人と友達になる。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

色んなことに挑戦する。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

フルスカラシップであるため、住居費・食費は支給。お小遣い５万円／月

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

勉学と娯楽のメリハリをつける。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

2023 年度　長期留学帰国報告書

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　自分が専念したいことを明確に、就職活動を行なう。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Portland State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	コミュニケーション
各学期の合計履修単位数	36

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

United States and the World/Language and Society/Introduction to World History/Introduction to Sociology/Introduction to International Studies/Introduction to Business and World Affairs/Psychology as Natural Society/ Top: Japan and US Cultures/Essentials of Marketing

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Top: Japan and US Cultures　アメリカと日本の文化をそれぞれ分析し、ディスカッションをする。それぞれの文化を分析することによって、自分がどのような文化の中で育ち、どのような文化をもつ国に留学しているのかを客観視することができた。結果的にそれが異文化理解につながり、現地の友人と良い関係を築くことができた。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

筆記でのファイナル試験。 オフィスアワーに先生を訪ね、自分の状況を話してどのように勉強したらよいかを一緒に考えてもらい、実行することで対処しました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

分からないことや不安点があればためらわずオフィスアワーを利用すること。自分の状況を話して言語化することで、自分の状況を整理することができ、一緒に解決策を考えてもらえるので利用した方がいいと思います。グループワークはわからないのに頷いたりするのではなく、わからないと思った時点でメンバーに聞くことです。みんな親切に説明してくれるし、その後も気にかけてくれたりするので、友達に発展することも少なくなかったです。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ライティングセンター　ライティングの課題などを先生に提出する前に添削してもらえる。どういう風に書きたいのかどんな流れにしたいのかまで丁寧に相談にのってくれます。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

K-POP ダンスチーム　毎週月曜日と木曜日の 20 時半から 22 まで K-POP ダンスのカバーを練習しました。チームとして活動する中で現地の人たちとチームワークを築くき、思い出に残る経験になりました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

他の地域に派遣されている外大生の友人と旅行先で再開し、近況報告などをしながら観光した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

旅行などで知らない土地に行く際はストーキングされる可能性もあるので移動中に後ろをこまめに確認すること。信頼できる友人がいるなら位置情報を共有するのも一つの手です。少しでも不安を感じる際はタクシーや UBER を使って移動する。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

文法や意見に対する不安を無視して発言することで、失敗を恐れなくなったし、社交的になることができ、友人を作ることができた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前の失敗やリスクを想像して、控えめだった性格が、チャレンジ精神旺盛になったので、これからの生活ではどんどん自分の興味を行動に移し、多くのことを経験して行きたいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 45 万円/寮費 90 万円/スカラシップのため授業料は外大負担

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

住み慣れてきても安全は保障されていないので、そんな時こそ警戒心は持って行動すべきです。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES の提出/オンラインでの面接/ロサンゼルスキャリアフォーラムの参加

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

現在最終面接を控えてるのでその企業から内定をいただけた場合は就職活動を修了します。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Portland State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	Political Science/International Studies
各学期の合計履修単位数	36

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Intro to Law & Legal Studies/Introduction to Political Theory/U.S. Government/Modern Europe and the World/Global Studies Perspectives/Introduction to Business and World Affairs Section/Introduction to International Studies/Introduction to Native American Studies/The U.S. and the World

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Introduction yo International Studies/現在の国際関係や人と人とのつながりを文化の違いや 1 人 1 人の個性の違いから考えるというもの。ディスカッションの頻度も多く、周りとの関係構築がしやすかった。授業内だけでなく、授業外でも時間をともにする人と出会うことができ、授業、授業外でも、文化や価値観の違い、日本の良さ、良くない点、将来自分がどのようになりたいのかなどを考えるきっかけを与えてくれた。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

初めはネイティブの人の会話についていくことができなかった。しかし、理解できないときに、理解しているふりをしないで「もう一度言って」といいごまかさないようにした。分からない単語を使われても同様に、単語の意味を尋ねるようにるようにした

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

日本でも同じだが、計画を立てることが大切だと思う。一回授業に行けば、30 ページほどのリーディングの課題が出され、中間、期末になればエッセイの課題が出される。計画的に進めなければ、課題がたまってしまう。週末、予定が入ることも少なくなかったので、自分は金曜日の夕方までにはできる限り終わら

せるようにしていた。グループワークでは、無理にファシリテーターやリーダーをやる必要はないが、自分の意見は常に持つべきだと思う。グループメンバーに意見を求められることが多いので、聞かれたら周りの空気に流されず発言をするべき。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ライティングのサポートをしてくれる（文章構成、文法、語彙などのチェック）/トレーニングルーム、プール

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

友人と食事会を開き、様々な国の食事に触れると同時に、英語でコミュニケーションをとることで英語力の向上につながった。日本ではなかなか食べることができない、メキシコ料理、アフリカ料理、中東料理などを食べることができ、食べ物に関する知見の幅が広がった。ドイツやメキシコ、タイなど様々な国出身の人がいて、その人たちと友人になれたことで、日本、アメリカだけでなく、世界の幅広い地域に友人を作ることができた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

ロサンゼルスやサンフランシスコなどに友達と旅行にいった

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

Ｎ／Ａ

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

できる限り、暗いときは一人で出歩かない。一人で買い物などに行くときは暗くなる前にいっていた

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

日本に興味を持ってくれている人が多くいて、その人たちが日本の文化や日本語について尋ねてきた。その際に、今まで自分が当たり前と思っていて考えたこともなかったことについて質問されることがあり、再度日本について考えるきっかけとなったと同時に、具体例を出すなど分かりやすく説明をする力を身につけることができた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

英語力をより高めたいという意識が高まった。短期目標として英検 1 級や TOEIC860 点に挑戦しようと考えている。留学に行く前は、海外で働きたいという気持ちと教育に携わりたいという二つの気持ちがあったが、留学に行き、教育に携わりたいという気持ちに絞ることができた。長期目標としては自分のよう

2023 年度　長期留学帰国報告書

に英語が苦手だった人が少しでも英語を好きになってもらえるようなりたいと考える。また、英語を話せる人の数を増やすということにも貢献をしてみたいと思う。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

総額 266 万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

ミームを見てアメリカのジョークを理解できるようにしておく/スポーツを何かしらやる/アニメを見ておく

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

該当しない

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

2025 年の教員採用試験を受験予定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Radford University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	ツーリズムやマーケティング、ファイナンスなど幅広い分野を勉強しました。ツーリズムは履修できるものがイントロダクションのみのためより詳しくは学ぶことはできなかったが、ツーリズムとは何かなどツーリズムの根本的なものや幅広い知識を得ることができました。秋学期はビジネス関連を中心に履修をしました。マーケティングでは消費者動向やニーズにおける変化、具体的に企業はどうすれば売れる商品を作ることができるかという策のようなものも勉強することができました。ファイナンスはビジネスというより個人がどうすれば効率的にお金をセー
各学期の合計履修単位数	春学期：１２credits 秋学期：12 credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Religions in Culture and Society/ Introduction to Communication/Introduction to Tourism/Topics in Asian Cuisines and Cultures/Principles of Marketing/Introductory Psychology/Introduction to Sociology/Personal Finance

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Introduction to Sociology です。内容としては、社会学は何を扱うのか、アメリカで社会学を勉強する必要性、黒人差別、ジェンダースタディーや人種差別、アメリカ文化問題、アメリカンドリームなど自身の視点に留まらず、グローバルな視点で様々な社会の問題点を学ぶ内容でありました。この講義では、グループワークが主でしたが常に自分自身も積極的に発言し現地の学生と一緒に様々な視点、価値観を合わせながら考えをまとめることができました。そしてテストも 3 回ありましたが、しっかりと勉強したおかげで、平均９５点を獲得することができました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学先での学修面で最も困難であったことは、グループワークです。アメリカでは日本の講義と比べて、グループでの課題、プレゼンテーションが多いイメージでした。そのため留学初期は、英語のスピードについていけなかったため、最初の段階からグループの輪に入ることさえ困難でした。しかしこのままではいけない

と思い、毎回グループで一緒になる仲間と頻繁にワーク以外でも話すようになり交流を深めることで次回のワークの準備を一緒に行い理解を深めることができるようになりました。そして慣れていくうちに自身の意見も言えるようになっていきました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

アメリカ留学では想像している何倍もの課題が出ます。そして授業内容も専門用語などが多く予習が不可欠になります。そのため課題を円滑に進めるため、予習は必ず授業前に 2 回は目を通すことが大事だと考えます。予習をすることによって授業中の理解が大きく変わります。そしてグループワークに関しては際者はなかなかついていけないので最初は頼れる仲間をクラス内に一人でも良いので作ることが良い方法であると考えます。そうすることで難しいトピックがあっても相談して理解を深めることができるし不安も軽減され自信を持ってワークに取り組むことができると思います。留学予定の皆さんはぜひ参考にしてみてください。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ライティングサポートセンターがあり、もしライティングの課題で悩みがあったり、そもそもトピックが思いつかなければ、親身になって一緒に考えてくれるセンターがあります。私は使用したことはありませんでしたが、アメリカ人の友人が何度か使用していました。施設に関しては自習室がとても多く静かに勉強できる場所も多いです。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

私は、インターナショナルカルチャーナイトという異文化交流会フェスティバルというイベントにボランティアとして参加しました。そこでは、受付という役を任され、韓国人の友人やアメリカ人の友人達と一緒にイベントのお手伝いをしました。ボランティアを通して、異なった文化を持った方々の対応、挨拶の仕方などを学び、異文化を伝える場の架け橋として場を仲間全員で盛り上げることができました。文化という共通なものとそうでないものが合わさっていることで世界が作られているのだなという知識を得ることができました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬季休暇は、友人と旅行した際ホテルに数泊滞在、その後親戚の知り合いであるホームステイ先に滞在、その後友人との旅行先のホテルに数泊、最後は大学寮（有料）に休み最後まで滞在

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

2023 年度　長期留学帰国報告書

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

日本と比べ、アメリカは昼も夜も危険な場所だと思います。日本も一概に安全とは言えませんが、アメリカは昼でも盗みが多く、カバンのチャックを開けていると高確率で取られます。そのため、小さいことであるがカバンを必ず閉める、大金を持ち歩かないなどを意識する必要があると思います。そして夜はパーティーが多く開かれますが友人主催以外の知らないパーティーに一人で参加するなどは絶対にやめた方が良いです。薬などの取引も頻繁に行われいるようです。後、旅行に行く際は必ず行く場所の治安も調べておくことが重要です。調べることによて危険に対する意識も身につけることができると思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

最も自分自身の成長につながった経験はグループワークの多さです。別科の頃もワークはしていましたが、その量とは比にならない程ディスカッションなどの授業が多かったです。そこで最初は全くついていけず自身の意見を言うこともあまりなかった私が、グループ内での友人を一人でも作ることによって、苦手意識を一緒に克服することができるようになっていきました。その後は個人でもコツを掴み、常にグローバルな視点を持ちながら、意見を提示することが可能になりました。留学生活を通して、積極性をさらに磨くことができたと実感しています。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

今後は、多くの海外の方と関わっていきたいです。将来は宿泊業で日本人のお客様だけではなく、海外のお客様にも日本のおもてなしを伝えたいという目標があります。留学前は話すことに全く自信がなく、なかなか自分から話すという積極性がありませんでした。しかし留学後は現地の友人達のおかげで今となっては自分から声をかけ、コミュニケーションを取ることができるようになりました。友人にも英語が上手になったと褒めてもらえることも増え更なる自信に繋がりました。この経験を活かし、積極的に外国の方ともコミュニケーションをグローバル言語である英語で取り、日本のおもてなしの良さを日本のホテル企業で知ってもらいたいと思っています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 346,000 円/ 海外旅行保険 656,75 円/キャンパス保険 185781 円/教材費４万円/旅行 313507 円/お小遣い　50 万円/9 ヶ月間/スカラシップのため、住居費、食費は自己負担

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学が自分自身が想像するはるか何倍も授業のスピードが早く、ネイティブの英語も早いので最初は不安になることもあると思います。しかし皆さんは留学生別科という試練を乗り越え候補生として努力をしているのできっと大丈夫だとおもます。可能性を常に信じて、体調は無理しない程度に授業、課題、課外活動に積極的に取り組んでほしいです。後は現地の学生とのイベントも多いので、楽しむときは全力で楽しむことも大事なので、これから留学する皆さんは留学を精一杯頑張ってほしいです。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 作成、WEB セミナー数社受講

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

異文化交流会イベントのボランティア活動によってグローバルな視点を持つことができ、様々な国同士の架け橋として担う経験ができた。自分自身から積極的に発言し、グループでも様々な価値観などをまとめるスキルも身につけることができました。これらを就職活動でアピールしたいです。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

宿泊業に興味があるため、ホテル業界の就職先を希望

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Radford University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Women's and Gender Studies, Religions, Microeconomics, Sociology, Communication, Psychology, Cultural Anthropology, Marketing
各学期の合計履修単位数	秋学期：12 credits　春学期：12 credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Principles of Microeconomics / Introduction to Society / Women's and Gender Studies / Religions in Culture and Society / Introduction to Cultural Anthropology / Introductory Psychology / Communication Processes, Development, and Disorders / Principles in Marketing

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Introductory Psychology の授業が一番学習成果を得たと思う。学ぶことや覚えることは多くて大変だったが、自分の学習スタイルを定着するために役立った。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学がはじまってすぐ、教授や学生たちが何を言っているのかが聞き取れず、授業についていくことが出来なかった。私がやっていたことは、授業が終わるたびに教授に話しかけてわからないことや聞き取れなかったことなどを聞いた。また、必要に応じて、教授に許可を取り、レコーダーを使った。そして、リスニング力を上げるための努力をしたことで、留学がはじまって 2 か月ほど経ったころには問題なく授業についていけるようになった。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

英語力に自信がないと感じている人は特に、授業や課題に関しては、予習復習が必要だと思う。次の授業で使う資料や教科書に少しでも目を通しておくと内容が入ってきやすい。また、私は、毎週月曜にクイズがあったので復習をしっかりすることで記憶に定着した。課題は前々から予告されていることが多い

2023 年度　長期留学帰国報告書

から計画的にためないように進めていくといいと思う。グループワークでは、自分から声をかけたりと積極的にいくことが必要だと思う。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

International office に一番サポートしてもらった。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

友達と話したり、出かけたりする中で、文化の違いなどを学んだ。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

winter break 中には日本に一時帰国した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

３社ほどインターンシップに参加した。日本とアメリカでは約 13～14 時間の時差があるため、オンラインで行われ、時間も長くて 3 時間程度のものを深夜に参加していた。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

自分の荷物からは絶対に目を離さないでおくこと、パスポートや財布などの大切なものは鍵をかけられるところに保管しておくことは特に意識していた。また、隠しているものが隠している場所にあるかどうかを逐一確認していた。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

友達と過ごした時間や、自分から動いて経験したこと。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

語学力に関しては、留学を通して上がったので、それを落とさないように、さらに伸ばしたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

フルスカラシップのため住居費・食費なし。航空券・保険 70 万。旅行費 25 万。娯楽 15 万くらい。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学前に、英語力、特にリスニングとスピーキング力をできるだけ高めておいた方が留学先での交流がしやすくなると思うし、授業についていくために必要だと思う。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES の記入やオンラインでの説明会、一次面接、適性検査の受検を行った。

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

今、４社から内々定をいただいているが、選考はまだ終わっていないため、すべての選考が終わり次第、決める。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Robert Morris University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Communication, Sociology, Marketing, Advertising, Business/Management,
各学期の合計履修単位数	秋学期：１３単位　春学期：１５単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Media Technology, Culture/Transfer Student Seminar Course/World Geography/Humanities: Art and Music/Contemporary American　Social Problem/Foundations In Public Relations/Fundamentals Of Advertising/ Public Speaking and Persuasion/Marketing Interconnected World/Diversity/Multicultural In Organization

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Foundations In Public Relations: 広報の部門がどのように企業で重要な役割を担っているか学ぶ。この授業を履修する前は、広報は就活生向けの情報発信の仕事をしているというイメージしか持っていなかったが、課題で過去に企業が行ったキャンペーンを分析した時に、広報はただ情報発信をしているのではなく、消費者とのコミュニケーションを通して信用を得たり、企業へのイメージアップが今後の企業の経営の良し悪しに深く関係してくることが分かった。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

初めの頃は、教授やクラスメイトが何を話しているのか理解できなかったので、講義を録音して授業後に聞きノートにメモしたり、同じ講義を取っている友達に分からなかったところを聞いて教えてもらった。また、講義後に教授に分からないところを聞きに行って解決した。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

課題の量がすごく多く、締め切りにいつも追われていたので、google sheet の assignment tracker を使って、優先順位をつけて取り組んでいた。グループワークでは、留学生は私しかおらず、能力がない

と思われたのか簡単なパートをすればいいよ、または、やらなくてもいいよと言われるなど屈辱的なことを多々言われた。黙っているだけではグループワークに入ることが出来なかったので、自分から意見を言うことでグループに貢献したいという気持ちを表したり、自分を強く持つことや、友人に相談することで、メンタルを保ち、グループの人を説得してグループワークに取り組めたこともあった。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

オンラインで課題を添削してくれるサービスや、課題について相談できるサービスがあった。どちらも何回か利用したが、添削サービスは、テスト期間に利用した時に、返ってくるのに３日間以上かかり、有効的ではなかった。もう一つのサービスは、相談に乗ってくれる人の話すスピードが速く、聞き返すと嫌な顔をされたり、何を言ってるのか分からないなどストレートに言われて、留学生に真摯に寄り添ってくれるサービスではなかった。課題で分からないことがあれば教授に聞きに行くのが一番早く最適な方法だと思う。留学中にパソコンが壊れたため、大学のＩＴ部門でパソコンを借り、キーボードを日本語で入力できるようにしてくれてとても助かった。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

留学してすぐの秋学期に、学校の劇団のオーディションに応募し、ミュージカル「ELF」に出演した。初めてのミュージカルで、他のメンバーとの会話も難しく、なかなか馴染めなかったが、練習に真剣に取り組み、自分から話しかけることで少しずつ打ち解けた。本番では楽しく演じることができ、貴重な体験となった。練習は週５日、３時間ずつ、３カ月続き、ミュージカルが中心の生活だった。また、国際交流部が主催するグローバルカーニバルに参加し、浴衣を着てファッションショーをしたり、折り紙を教えたりした。生徒やスタッフの英語の名前を漢字に変換して書くと、喜んでもらえてとても嬉しかった。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

一人の友達の家族がとても親切で、サンクスギビングやイースターなどの祝日や年末年始に何度も友達の家に滞在させてもらった。ターキーを食べる習慣や手作りのクッキーを焼くクリスマスなど、日本とは異なる文化を体験し、アメリカの家庭料理を作ったり、友達の親戚とのボードゲームをしたりとたくさんの貴重な経験をさせてもらった。他の友達の家族も同様に親切で、クリスマスパーティーやショッピングモールへのドライブ、春休みの長期滞在も経験させてもらった。ピッツバークの日本人協会の理事長の方にもお世話になり、繁華街への案内や新年会への参加など、たくさんの人々のサポートによって充実した長期休みを過ごすことが出来た。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

旅行会社、貿易会社、オンライン１day　ツアーの旅程を考えた

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

2023 年度　長期留学帰国報告書

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

ルームメイトと消灯時間について話したり、夜遅く帰る時には物音をできるだけ立てないなど、お互いに気を付けるポイントを話し合うといいと思う。York Town 以外はトイレやシャワーなどは共有である。なくしたものは基本戻ってこないし、落とし物を保管する場所もないので、自分の物はしっかり管理する必要がある。私が滞在していた寮は、シャワーに鍵がついておらず、男女で階は違うが男女の移動は自由だったので、安全のためにシャワー室での滞在はできるだけ短くし、貴重品はできるだけ自分の部屋に置いておくべきだと思う。また、レイプが校内で起きたので、夜は一人で行動してはいけない。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

広告の授業で、アメリカ人の二人の女子生徒と iPhone のテレビコマーシャルを作成し分析・発表する課題に取り組んだ。学校の食堂でビデオを撮る約束だったが、私が到着した時には彼女たちは既にテーマを決め、カメラの性能だけに焦点を当てたクォリティーの低いものだった。私は他の機能も取り入れるべきだと提案したが、相手にされず「あなたは何もしなくていい」と言われた。メールで再撮影を提案したが断られたので、友人の協力を得て新たに動画を撮り直し、グループのメンバーに私の動画を使うように説得した。最終的に私の動画が採用された時に、自分の意見を持ち、それを主張することの大切さを学んだ。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

自分の将来像を明確にし、留学経験を生かした就職先を見つける。留学前は英語力不足や海外で生活できるのかどうか不安でいっぱいだったが、留学中に自分の考えを主張し、相手を説得できたことや、不自由なく友達や周りの人々とコミュニケーションが取れたことは自分への自信に繋がった。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券４６万６７２０円/海外旅行保険 20 万６４９０円/教材費（春＋秋）15 万 2550 円／寮費（春＋秋）136 万 2282 円/Meal Plan(春＋秋) 91 万 3419 円 合計金額 3101 万 461 円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

自分のやりたいことを全て実行するぐらいの気持ちで興味を持ったことにはどんなことでも挑戦してみてください。私も留学中は何度も辛い経験をしたので、その時は一人で抱え込まず友人や周りの人に相談してみてください。辛いことも経験するかもしれませんが、それ以上にあなたの一生の思い出となる経験がたくさんできるので、自分を信じて頑張ってください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、1 day　オンラインインターンシップ、オンライン説明会、オンライン面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

目標を達成しようと行動する力

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Rollins College
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	コミュニケーション
各学期の合計履修単位数	秋学期：18 credit　春学期: 12 credit

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to Communication Studies/Environmental Crisis in Cultural Context/School and Society/Korean Cinema Pop Culture/Transfer Student Seminar/Archaeology of the Roman Empire/Global Development/Interpersonal Communication

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

タイトル：Global Development 内容：世界中の国、特に発展途上国がどのように教育、貧困、環境といった観点でどのような問題に直面しているか、などを SDGs を中心に学ぶ。 成果：SDGs についてや、世界中の問題を深く学ぶことができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

Archaeology of the Roman Empire という、主にローマの歴史についての授業が、英語で歴史を学ぶことが初めてだったため、周りとの知識の差や、単語の複雑さに苦労した。リーディングが多い授業であったため、しっかり予習と復習を心がけた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

日本で受ける講義よりも、リーディングや課題、ディスカッションがとても多いので、予習することがとても大事であると思う。ディスカッションは、話についていけないこともあると思うが、毎回一回は発言する、など自分の中で目標を決めると取り組みやすい。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

キャンパス内には、自習に取り組める場所が図書館だけでなく、他にもたくさんあった。試験期間では、ス

トレス解消するためにお菓子やストレス解消グッズを配ったり、ストレス解消イベント（犬と触れ合うイベントなど）が開催されていた。図書館には、友達と話ながら学習するエリアと、静かに学習するエリアで分かれていて、とても過ごしやすかった。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業時間外では、アジアクラブという、アジア人の学生が多く所属しているクラブに所属した。そこで、同じアジア圏でも異なる文化をもつ学生と出会い、交流することができた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

大学寮（無料）に友達と滞在し、クリスマスから、年明けまでの１週間、ニューヨーク旅行に出かけた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

日本と違い、治安が良くないため、当然のことだが、夜間はキャンパスから出ないように心がけていた。キャンパス外に出る際は、なるべく一人ではなく誰かをつれていくようにしていた。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

私はルームメイトチェンジを行ったことがあるのだが、一人目のルームメイトが、素行が悪く、夜間に異性の友人含む複数人を部屋に連れてきたり、部屋でタバコを吸ったりすることがあった。初めは何もいうことができなかったが、RA を通して話し合いをしたり、信頼できる先生に相談したりすることによって、穏便にルームメイトチェンジをすることができた。これによって問題解決能力が身についたと感じている。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前の目標は異文化を学び、達成できたので、今後は国際的なキャリアを築くために留学経験や言語能力を活かし、外国語を使う仕事にも携わりたいと考えている。また、異文化間のコミュニケーションや問題解決能力を日常生活や仕事に活用し、多様性への尊重を大切にしていきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 37 万/キャンパス保険２０万/旅行 10 万/９ヶ月間/フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給

2023 年度　長期留学帰国報告書

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

少しずつ小さいことでも目標をたてて過ごす。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

問題解決能力

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

航空業界に興味があり、客室乗務職を目指す。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Rollins College
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Communication
各学期の合計履修単位数	秋学期: 16 単位　春学期: 16 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

秋学期/Intro to Communication Studies/Intercultural Communication/Korean Cinema Pop Culture/Transfer Student Seminar/Embarking on Your Career 春学期/Elem Chinese I/Global Development/School and Society/The Sociological Perspective

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

The Sociological Perspective　私たちが暮らす社会というものは、単純なものではなくて思っている以上に複雑に絡み合って成り立っているものであり、個人の問題に見えることがそうではなかったり、社会的構造や社会的規範が私たちの生活にどれだけ影響を与えているのか学ぶことができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

大学自体が少人数クラス制をとっているので、ディスカッションがすごく多くて、意見を言えずにただ頷いてるだけであったり話し合いについていけないことが多かった。授業前に用意された設問があるなら、しっかり予習をしていくようにしていた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

Essay や reading などとにかく課題が多いので、計画的にやっていく必要がある。勉強は 1 人でやるよりも友達とやった方が捗るので、クラスに 1 人は友達を作るなどすると良い。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

Essay の添削をしてくれる tutoring サービスがある。交換留学生とメールのやり取りなど含めサポートしてくれる人が、元々外大に留学したことがあったり、日本が大好きな方なので困った時は喜んで助けにな

ってくれた。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業外で友達と過ごしていく中で多くの異文化を感じることがあった。ユーモアの感覚の違いであったり食文化の違いであったり初めは自分にとって受け入れ難いものもあったが、自分が育ってきた環境や文化基準で物事を見るのではなく、文化の異なる人達と良好な関係を築くには、異文化に対する理解を深め、柔軟な考え方を持つことの大切を知りました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬休みは、１ヶ月だけだったので大学の寮に無料で滞在することができた。クリスマスから年越しにかけてNY に旅行しに行った。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜は基本的に campus 外は出歩かない。夜出歩く時は campus 内でもなるべく友達といるようにしたり、campus safety と呼ばれる campus 内であれば、ゴルフカートで目的地まで送り届けてくれるというサービスがあったのでそれを上手く活用した。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学生としての私の最も成長につながった経験の一つは、新しい文化に適応することだと感じる。特に言語の壁がある中で、コミュニケーションを取り、新しい環境での生活を始めることに対して、最初の数ヶ月は不安と戸惑いがありましたが、徐々に地域の人々と交流し、その文化や習慣に慣れていく中で、自信をつけることができた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前と後では、視野が広まったと感じる。今まで自分が生まれ育ってきた文化の基準で物事を見ていたけれど、留学先で異なる文化、バックグラウンドを持つ人たちと交流することで、自分にはなかった考えを知ることができたし、物事を多方面から見る力が身についたと感じるので、今後も活かしていきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券/40 万、保険（キャンパス保険）/$1500、遊び代（買い物やテーマパークのチケット、

外食含め）/50 万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学先の学生と積極的に関わり、新しい友人や知識を得ることをお勧めします。これは異文化に対する理解を深めるだけでなく、留学先で普段勉強していることの何倍も難しいこと、ハードなことをやるとなると、1 人では絶対無理だし、友達と協力し合うことで協調性も身につくと思います。また、同じ派遣先の外大生とも、日本人だから、とあえて遠ざけようとするかもしれないが新しい環境で困ったこと悩んだことがあった時に、唯一言葉や文化の壁なく話せる人なので、うまく関わっていくことも大切です。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

インターン参加、ES 提出、面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

物事を多方面から見る力が身についたと感じる。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

ホスピタリティ関連に興味があるため、ホテル業界を中心に就職活動中。大学院進学も少し考えている。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Rollins College
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	コミュニケーションを基本的に選択しました。
各学期の合計履修単位数	秋学期 16 単位　春学期 12 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Intro to Communication/Self and Society/Environmental Crisis in Cultural Context/Introduction to Global Art/Interpersonal Communication/The Family/Modern Japan

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Intro to Communication でした。コミュニケーションの導入の授業で、コミュニケーションの種類や仕方などを学びました。プレゼンテーションがあったのですが、テーマが難しく、苦戦することが多かったですが、成績は満点を頂けました。導入とはいえども内容が複雑なところも多かったですが、教科書を読み込むことに注力し、考査でも良い点をとることが出来ました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

ディスカッションが 1 番大変だったなと感じました。最初は話している内容が分からない、話に飛び込めない、結果何を話していたのかも分からない、などを苦労が多く、苦手な時間ではありました。しかし、どんどん聞き取れるようになっていくにつれて、話している内容がわかったり、話に飛び込めたり、質問ができるようになりました。相手と私の意見が違ったりそこから考え方の違いを学ぶことができて、苦手な時間から学びの深い時間になりました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

わからないことがあったらすぐに現地の友達や教授にすぐにメールしてください。しっかり対応してくれる人は日本よりも多いなというふうには思ったので、1 人で考えずに相談することをおすすめします。また、私は各授業の教授には最初の授業で絶対に話しかけに行きました。こうすることで、私を留学生だと認識してくれて気にかけてくれるようになってくれました。また、1 人絶対気軽に喋れる友達も各授業 1 人絶対に作

るようにしました。このおかげで教科書を安く手に入れれたり、分からないこともすぐに教えてもらえました。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

Writing center しか私は利用したことがないです。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

友達と出かけに行ったり、ご飯を食べに行ったり、ビーチや旅行に行ったりしました。日本人とできる限りずっと一緒にいないようにしていたので私以外は皆現地の子達だったのですが、旅行や外出を繰り返していく中で文化の違いが思ったよりも多くてびっくりしました。ポジティブ思考の文化のおかげで励まされることもあったのですが、結果的にこれに悩むことが多く、苦しい時もありましたが、とてもいい勉強になりました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

寮で自炊をしていました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

友人関係やカルチャーショック、英語面、ホームシックなど様々な面において悩まされ、心が不安定になることがあると思いますが、無理にずっと友達といなくてもいいと思います。1 人で何も考えずに周りを散歩したりベンチに座ったりして自然を感じることをおすすめします。自分の健康が 1 番大事ですし、英語力向上のため！と思って無理に友達とずっといるのも気疲れするので、無理しないで休むことを意識して欲しいなと思いました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

友達との 1 体 1 での何気ない会話がいちばん私を成長させてくれたかなと思います。英語で自分の思っていることや悩みを伝えるのはとても苦労しますが、相手も頑張って理解してくれて、励ましてくれたりしてくれました。アメリカ人の褒め方はこんな私にも「私はあなたを誇りに思うよ。毎日本当にすごいよ。」と本当に救われる言葉ばかりで助けられました。この何気ない瞬間に私の英語力が上がっていくのはもちろん、考え方や心の保ち方も学べたと思います。私は心が不安定になることが多いので、今後も使える私にとっては生きていく上での重要なヒントのようなものでした。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

私はこの得た留学経験を使ってほかの留学に行きたい生徒を後押しできるような職業につきたいと思っています。想像していたキラキラな留学ライフとはいい意味でも悪い意味でも違かったということや、留学のいい所大変な所をしっかりと理解した上で留学してもらえたら、もし何か起こってもよくあることだ、と心が沈むこともないと思います。そのため、留学をサポートできるような仕事に就き、学生が留学してよかったと思えるように、留学のお手伝いをしたいと考えています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券約 20 万、保険料おそらく 20 万程、生活費（交際費も含め）30 万、その他もろもろを含めると約 100 万は使ったと思います。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

先程も言ったようにとにかく無理せず一人でいる時間も作ることを大事にして欲しいです。私はカルチャーショックと自分の成長に関して、人生最大で心を苦しめられました。自分の英語力が上がらずたくさん友達といようと心がけますが、その度にアメリカ人の嫌なところが見えてしまったりして、友達といるのが辛くなって落ち込むということが沢山あったのですが、スマホなしで一人で湖の近くにぼーっと座ったりするだけで気持ちが整理されました。日本にいる友達や家族にも遠慮なく相談することも忘れずに、無理せずのんびり楽しんで欲しいなと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 作成、企業研究

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学中、別の場所に留学している友達からたくさん相談を受けました。その度に自分が経験したことをフル活用して「私にもこんな事があったから大丈夫、ひとりじゃないからいつでも相談してね」と声をかけました。そのおかげで心が保たれた友達や解決策を導き出し問題解決に至った友達もいます。この 1 年間で多くの経験をしたからこそ言えることもあるので、この経験からたくさんの留学生の問題解決に寄り添うことができると考えています。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

まだ未定ですが、先程も言ったように留学をサポートできるようなお仕事につきたいと思っているので、旅行業界や留学エージェント会社、または大学内の国際交流部のような部署などへの内定を目指してい

ます。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Saginaw Valley State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	コミュニケーション
各学期の合計履修単位数	春：13、秋：13

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Intro to Western Philosophy, Comm in Marketplace, Nonverbal Communication, History survey: U.S since 1870, Transition semester, Introduction to Public relation, Introduction to Psychology, Public Speaking, History of Michigan

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Public Speaking において、人前で話すときに心がけることだったり、どのようにしたら人にものをうまく伝えられるのかということを学んだ。座学で学んだことを、自分の中でしっかり昇華し、複数回あったスピーチやプレゼンのたびにそれらを活かしていた。それの繰り返しで、学んだことを自分のものにしていけた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

授業や課題の補足情報を口頭で伝えられるときに、最も困難を感じていた。先生によっては全く聞こえないこともあったので苦戦していた。なのでそういうときは早めに質問を投げかけ、早めに疑問を解消するようにしていた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

これは授業、課題、グループワークにも言えることだが、とにかくわからないことをすぐに聞くことが重要だと思われる。疑問を解消するのが早ければ、早いほど課題や学習への余裕が増える。グループワークに関しては、グループワーク以前から授業内で一言二言でも交わせる関係を誰かと築いておくことが鍵となると思う。そうすると、いろいろとスムーズに進められる。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

Canvas という Blackboard のような課題提出アプリケーションや図書館内にある課題や学習をサポー

トするシステムがあった。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

さまざまなボランティアに参加した。動物園でのお菓子配り、幼児用施設の整備、地域イベントの準備、日本文化の共有。留学生団体にも所属し、様々な異文化交流のイベントにも参加した。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

大学寮に無料で滞在できることになり、休暇中ほとんどは寮で趣味に没頭していた。休暇期間に旅行にも行けた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

自分の派遣されていた地域はそこまで危険ではなかったので、特にアドバイスはない。それでも、手荷物は肌身離さず持っておくべきだ。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

これまで派遣先で行った全てのプレゼンが人前に立つ自信や臨機応変さを育ててくれていたと思う。そして、授業外で、人前で舞台に立ち、ギターを演奏する機会もあった。そのときにも、人前に立つ度胸がさらについたと思う。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

もともと自信がないからと何事も断る性格だったが、少し不安でも前向きに取り組んでみようとする姿勢をみせられるようになった。また、失敗した際にネガティブな感情に支配されがちだったが、それを抑制し、次にどうしたらよいかをすぐに考えて実行できるようになった。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

フルスカラシップで食費・住居費は免除、航空券往復で約 50 万などなど。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

何度も言うように、わからないことは誰かに聞くこと。留学生をサポートしてくれる部署と連絡をとっておくことで不安も少なくなっていく。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

プレゼンやスピーチで踏んだ場数により、人前に立って話す度胸や臨機応変さを養うことができた。また、そのために必要な準備にも計画的に取りかかることができるようになった。また、急なトラブルの発生でも、すぐに落ち着いて対処する能力も育むことができた。留学中の課題テーマを間違えたときも、すぐに教授に確認をとり、期限内に間に合わせて提出することができた。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

いくつか取得したい資格を考えているので、その取得に向けて尽力していく。また、興味のある企業や業界の情報を集め続ける。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語国際学部英語国際学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	The College of New Jersey
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	言語学、社会学
各学期の合計履修単位数	春学期: 14 credits, 秋学期: 12 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Marketing Principles/Basic Issues in Religion/Introduction to Sociology/Statistics/Gender and Language/General Psychology/Organizations in Modern Society

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Organization in Modern Society / 大学 4 回生の就活生として、企業研究にとても役立った。特に、企業研究するにあたっての分析方法や運営形態の違いなどを学ぶことができたので、自身がどの仕事をしたいか考えることに貢献した。また、この授業のセメスター課題として、アメリカでのホームレス事情の研究をし、それを支援している企業について調べた。これらをポスターにしプレゼンテーションを行った。ブースに立ち寄った人々に英語で応対することは初めての経験で緊張したが、参加者と教授の両方から良い評価をいただくことができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

課題が日本に比べ多いので、スケジュールを立てて計画的に課題をこなすようにした。また、わからない所があれば、クラスメートや友達に相談して解決をするよう図った。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

わからない単語も多くあると思うので、もしわからなければ素直に質問をし、また自分でもその単語を調べる努力をすることが大切だと考える。また、コミュニケーション面においては緊張する必要はなく、どんなことでも思ったことを意見共有することで、積極さをアピールする必要が大事だと思う。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

チュータリングサービス、図書館での司書による文献検索ヘルプ、オンライン上での論文・ジャーナル検索

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

自由な時間は積極的に友達と話すことを心がけた。ネイティブが使う単語やスラングを知ることができたし、自分自身もスムーズに言葉が出てくるようになったと感じる。また、アメリカは多様な人種の影響で様々なアクセントを聞くことになるが、その強いアクセントにも慣れることができ、英語がより一層聞き取りやすくなったと感じる。ミスを恐れず、積極的に会話をすることの大切さを学んだ。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

日本に１ヶ月間一時帰国、もともと在籍していたアルバイト先で勤務した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

課題の多さで不規則な生活リズムになると思うため、余裕のあるスケジュールを組むことが大切だと感じる。私自身も毎日忙しい日々が続いたので、二学期目は授業をすべて午前中にし、午後は睡眠や勉強時間として確保することができた。危機管理方法においては、夜遅くに出歩かないことが大切だと思う。実際にキャンパス内で、何者かが空気銃を生徒に向けて発射したという事件をメールで受け取った。そのため、一人で行動をせず、OSSMA などの危機管理サービスを活用し、身の安全を守ることが大切である。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

積極的になったという点が私自身の大きな成長だと感じる。留学前はあまり積極的な人物ではなく内向的であったが、留学先でのコミュニケーションを通してとても社交的になった。その結果、帰国後の就活の面接でも物怖じすることなく面接を受けることができ、無事内定をいただくことができた。自分を変えるという気持ちを大切にし、日々挑戦していくことを大切にした。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

航空系に就職を希望するということで、言語能力を大きく活用したいと考える。特に留学前とは違い、アメリカでのレストランや飛行機を利用することで、接客に必要な英語を学ぶことができた。そのため、この能力を活かし、主に国際線を利用する人々の対応をしていきたいと考える。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券: 16 万(マイル使用、一時帰国あり)/海外旅行保険: 17 万/教材費: 4 万/旅行: 20 万/お小遣い: 30 万/合計: 87 万/9 ヶ月間、フルスクラシップ支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

円安が進んでおりとてもアメリカの物価は高いので、留学前にアルバイトなどである程度の資金を確保することが大切だと感じる。勉強も大事だが、友達との旅行やショッピングを通したコミュニケーションというのも大事なので、それを見据えた準備が必要である。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

日系航空会社の ES 入力、企業研究

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

挑戦力、継続力、語学力

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

航空業界に興味が湧いたため、ANA のグランドスタッフを中心に就職活動中

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

高校生への留学体験発表

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Florida
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Liberal Arts (Social Science/ International Communication)
各学期の合計履修単位数	24 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Intercultural Communication/ General Anthropology/ Facts of Sustainability/ Principal of Travel and Tourism/ Event Management/ Introduction to Philosophy/ General Psychology/ Social Perspective on Gender and Sexuality

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

General Anthropology A (人間が進化する過程で生物や環境に起こったことを学んだ。最後の方になると文化や宗教やスピリチュアリティの話がありとても興味深かった。ディスカッションやプレゼンが多いクラスで、話すことが好きな私にはもってこいの授業だった。ただ単に発表をするだけではなく、自国日本と結びつけて文化交流の場を設けたり、ジョークを交えてクラスを笑わせることもあった。)

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

自分は元々reading がとても苦手で留学前にも練習はしていたが、内容が難しかったり容量が多かったりでとても大変だった。何回も読み返さなくていいようにサマリーや自分が思った頃をリアルタイムで書き込むようにした。どうしても頭に入ってこない時は少し別のことをして脳を休ませてから再度取り掛かると集中できた。何百ページも読んでいたら自然と慣れて一語一句読まなくてもある程度理解できるようになった。慣れることが一番大事。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

グループ内に人任せな人が出てこないように作業に入る前にしっかりと役割分担をすること。わからないことがあればその場ですぐに聞くこと。もし自分が力になれなさそうな時にはグループのリーダーに指示をあおいで誠意とやる気を見せること。時間を持って提出できるように早めに済ませること。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

TA がエッセイを書くアドバイスをくれたりテスト前勉強会を開いたりしていた。他にもオフィスアワーがたっぷりしっかり開かれていてわからないことがあればすぐに相談しにいける環境が整っていた。canvas 上で質問用の discussion board を開いている先生もいた。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

現地でできた留学生の友達と図書館に行って勉強したりおしゃべりしたりして楽しく学習できた。結局何ともないような日々や会話がずっと思い出に残るんだと思った。結局 Navi Gator 以外入らなかったが、いろんなサークルや部活やイベントも見に行って刺激を受けた。Navi Gator のイベントで S'more night や Halloween Gathering などのアメリカらしい経験はもちろん、留学生間でしかできない異文化交流も経験できた。友達と現地のローカルストアが集まる場所でショッピングをして Gainesville のお店を応援した。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

クリスマスはワシントン DC やその行く途中にある観光スポットを巡った。夏休みはバハマに友達とクルーズに行ったり、マイアミにロードトリップをしに行って自然を大いに感じた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

いつでも連絡できる人の連絡先を控えておくこと。友達がいるのならどこに行くかなどを伝えるといい。私は特に何にもなかったが、夜は一人で歩かないこと。荷物は必ず体に寄せてもち、目を離さないこと。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

これはアメリカ全体的で一般的な話なのですが、健康状態や精神状態をオープンに話す人がとてつもなく多くて、今まで知らなかった症状をたくさん知って、心身ともにもっと深く自分を知ることができた。自分は元々授業中たくさん発表をするのですが、そんな人しかクラスにいなくて日本の学校もこんなに活発だったらなと思った。その環境で授業をすることでさらに授業中のアクティブさが増したと思う。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

さまざまな理由で旅行をすること（正確には新しい環境に飛び込むこと）が好きなため、卒業後はワー

キングホリデーをしたい。英語力はもちろんのこと、さらにコミュニケーション能力が上がったため、tutoring や service など人と関わる仕事がしたい。また、Event Management を取ったことをきっかけにイベント産業にも興味を持ち始めた。学んだことを活かし心から楽しめる職業を手に入れたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

正確な数字は覚えていないが、車がなければどこにも行けないし、スーパーマーケットが以上に遠いため、外食が多くなり食費がかさんだ。時間通りに来なかったりもはや全く来なかったりしたがありがたいことにバスは無料で乗れた。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

とにかく何でも積極的に参加したり話しかけたりすること。英語力でも自分自身にでもとにかく自信を持つこと。笑顔でいること。相手を褒めること。友達ができないとうじうじするくらいならいろんな場所に行って人と関わる時間を設けること。もし都合が合わなくて他の人たちが参加している何かに行けなくても落ち込まないこと。無理矢理追わなくても機会は自然と訪れる。何かあって落ち込んだらお散歩したり日記を書いたり瞑想をしたり、まずは自分を一番大切にすること。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

就職活動に直結しているわけではないが、event managementのクラスが開催したjob gathering event に行った。ホスピタリティ、観光、イベントなどに関わる仕事の CEO や Adviser や Manager がきてグループ形式でディスカッションをした。

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

英語力、異文化理解力、問題解決力、コミュニケーション能力、プレゼン力 etc…

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、

2023 年度　長期留学帰国報告書

出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Kentucky
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	環境問題、ビジネス
各学期の合計履修単位数	秋学期：12credits、春学期：12credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

International Village/Introduction to Environmental and Sustainability Studies/Environmental Sociology/Sustainable Agriculture/Managerial Uses of Accounting Info/Mass Media and Culture/Intro Macroeconomics/Comm Tech and Society

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Introduction to Environmental and Sustainability Studies: 内容は、環境問題について哲学的思考などを用いて、意見交換を行なったりした。この授業でアメリカの環境問題や、その解決方法について学ぶことで、私の環境問題に対する考え方が大きく変わった。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

ビジネス分野の科目では、専門用語が多く使われていたり、計算方法を英語で説明されたりするため、それを理解するのに時間がかかった。そのため、日本語の資料を調べて、それと照らし合わせながら理解するようにしていた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

積極的に前の座席に座って、教授に自分が留学生であることを覚えてもらうのが大事だと思う。質問もしやすくなるし、教授も英語が第二言語であることをわかってくれる。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

Writing Center や PC room　があった。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

サービスドッグのトレーニングをするクラブに入って、英語で他のトレーナーとコミュニケーションを取りながら、犬にも英語でトレーニングをしていた。日常会話の上達に役立った。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

アメリカ人の友人宅に泊めてもらった。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

していない。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

1 人で行動したり歩いたりせず、できるだけ友人に車を出してもらうといいと思う。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

アメリカ人の友達と深い仲になって、一緒に旅行に行ったこと。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

今回の留学で自分の英語力の向上が実感できた分、まだ十分ではないことにも気づいた。そのため、もっと自分の英語力に自信が持てるまで勉強したいと思う。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

120 万円は最低でもかかる。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

友達をたくさん作ると英語力も本当に向上すると思う。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ボストンキャリアフォーラム

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

自己表現力が上がった。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

留学した大学の大学院に進学予定です

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Kentucky
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	国際関係（文化、環境問題、政治）
各学期の合計履修単位数	春学期　15 単位、秋学期　12 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

History of the Atlantic world/ Global cultural diversity/ Intro to global environmental issues/ Peace studies/ Theatre:an introduction/ Islamic Civilization/ Global energy future/ Gender and popular culture/ International security

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Global energy future、様々なエネルギーと、環境問題について学ぶ。原子力発電に関して 10 ページに及ぶレポートを作成し、複数の国の原子力発電の支持率などを比較した。この授業を通してエネルギー関連の会社に就職することを決めた。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

聞き取れないことがある。最前列に座ったり、分からなかったところをもう一度教授に確認した。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

とにかくたくさん発表するとよい。積極性が評価されるため。グループワークではわからないことをしっかり聞いて、チームメイトを頼る、積極的に取り組んでチームメイトから信頼されることが大切。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

エッセイの添削、勉強クラブ

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

歌などのサークル活動や、様々なバックグラウンドを持つ学生たちとの関わりの中で自信と広い視野を身につけた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

カリフォルニアでカンファレンスに参加するため一週間キャビンに滞在した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

恋愛目的でしつこく話しかけたり、連絡をしてくる人、触ってくる人などを徹底的に避ける。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

知り合いも日本語がわかる人も 1 人もいない 1 週間の宿泊プログラムに参加し、たくさんの友人に出会ったこと。積極性が身についた。また、多様な背景を持つ人たちとの関わりで価値観や文化の違いを学んだ。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

学ぶことの楽しさを知ったため、海外の大学院に留学したい。その際に留学経験を活かして手続きや学習や人とのコミュニケーションをしていきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

渡航費 30 万、保険 30 万、教科書 1 万、フルスカラシップのため、住居費、食費は負担していない。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

物価などを考えて、日用品や消耗品などをできるだけ持っていくことがおすすめです。日本の食べ物やお菓子も喜ばれるのでたくさん持って行っておくと良いです。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

就職フォーラム

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

留学中に環境問題への関心が深まったため、エネルギー系の企業に就職予定。また、大学院への進学を検討。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Massachusetts Amherst
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Hospitality & Tourism Management
各学期の合計履修単位数	2023 秋学期：15 単位　春学期：12 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

2023 秋:COMM121Intro to Media&Culture/COMM287Advertising/HT-MGT100 Intro to HTM/JAPANESE498 Tutorial and Practicum/WGSS201 Gender&Diff: Critical Analyses 2024 春:HTMGT 334 Special Events MGT/HT-MGT 339 Entertainment Management/HT-MGT 387 Infotech & Social Media/HT-MGT/PSYCH 100 Introductory Psychology

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

現地大学で専攻していた Hospitality & Tourism Management の学部で開講されていた、"Special Events Management"の授業に力を入れ勉学に励んだ。このコースの目的は、イベント業界の概要を徹底的に学ぶことだ。トピックには、イベントプロセスの実現・実行可能性、持続可能性、戦略的計画、事業開発、マーケティング、人事管理、財務と予算管理、イベント制作とイベント編成、コミュニケーション、イベントリーダーのキャリア開発などが含まれる。成果として、イベントを計画、実行する上で必要な全てのプロセスや実行方法を学び、最終的に事業計画書を制作することができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

１学期目の授業で、基礎知識のなかったジェンダー学の授業を履修していた。この授業では、毎授業前に大量のリーディング読み、それに基づいて授業で Discussion をする形であった。しかし、Discussion の内容は理解しているものの、周りのスピードについていけず、なかなか自分の意見を言うことができなかった。そこで、その旨を正直に教授に相談したところ、授業で発言できなかった場合は、オンライン上で自分の意見を書ける Discussion ボードに書けば問題ないと、解決策を提示してくれた。また、授業前に Discussion のトピックとなるリーディングを読み込み、内容を理解しておくことも非常に重要だ。

2023 年度　長期留学帰国報告書

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業によって、課題の提出期限や予習リーディングの期日が異なるため、常にスケジュールを管理し、余裕を持ってタイムマネジメントをすることが重要。私は初回のテストの成績が悪く落ち込んだが、教授のオフィスアワーを利用し、次回以降のテストに向け復習をしっかりとして勉強したところ、成績回復することができた。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学修面では、教授のオフィスアワーを利用し訪ねることや、キャリアセンターを利用することなど。設備面は、ダイニングホール（４つのうち２つは 7:00am~0:00am まで開いている）、図書館、ジムなど

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

大学の学生団体主催のさまざまなイベントに参加した。そこで各国の文化を学んだり、人脈を広げたり、様々な人種やバックグラウンドを持つ友達ができた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬休みは約１ヶ月半あり、数回旅行に行ったり、寮で友達と過ごしたりした。年末年始はボストンで過ごし、またアイスランドに旅行もした。春休みは３月末に約１週間あり、ロサンゼルスに行った。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

インターンシップに参加はしていないが、メジャー関連の Career Fair に参加した。８社のブースを訪問し、レジュメを渡してインターンシップについて話を聞くことができた。また、Florida Disney College Program に興味があり調べていたが、応募はしなかった。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

お酒やドラッグ関連のことに気をつけ、いらない場合はキッパリ NO という。また、必ず信頼できる人と行動を共にすること。キャンパス内は夜中に出歩いても問題なかったが、旅行先など知らない土地では、夜は一人で出歩かないなど危機管理をし、自分の身は自分で守ることが重要。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

寮の部屋に篭らず、最初からとにかく外に出て人脈づくりをすることを心がけた。すると、一歩キャンパスに出ると常に誰かに出会えるような環境を作ることができた。おかげで、孤独を感じることが少なくなったし、たくさん英語を話す環境を作ることができた。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は、日本で業界を絞って普通の就職をしよう考えていた。しかし、留学の経験を通して、将来的に海外就職をして海外で生活をしたいと考えるようになった。今後は、将来的に海外で就職するために自身のスキルを高めていく予定。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券：約 30 万円、海外旅行保険：約 17 万円、キャンパス保険：約 15 万円、教材費：約 2 万円、旅行：30 万円、合計：100 万円（諸費含む） 9ヶ月間/フルスカラシップのため、住居費・食費・学費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

常に自身の留学目標を思い出して行動することを心がけてください。実りある留学生活になると思います！

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

2023 年 11 月 17~19 日、2024 年 3 月 23~24 日 in LA で開催されたボストン、ロサンゼルスキャリアフォーラムに参加した。ボストンキャリアフォーラムは、マサチューセッツに留学していて近かったため雰囲気を感じるために参加した。LA では、アメリカ就職したかったため参加したが、交換留学生に OPT の権利はないため現地就職は難しいとわかり、アメリカ支社をもつ日系企業に志望を切り替えた。そこで２社 walk-in で面接を受け、現地で両者一次面接を通過し、後日二次、最終面接受けを自分に合うと感じた方の企業に内定

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学先で履修している実践的な授業で取り組んでいたことや、世界中の人々と関わることで得られたコミュニケーション能力、広い視野など。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

Septeni Global 東京本社に内定済み（LA キャリアフォーラムにて面接を受け、後日内定獲得）

【今後の協力について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学（HMP)
留学先大学	University of Minnesota Morris
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	communication, psychology, anthropology, philosophy, gender studies
各学期の合計履修単位数	fall 2023: 14/ spring 2024: 14

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Public Speaking and Analysis/Career Preparation in World Languages/ Introductory Ethics / Introductory Cultural Anthropology /Introduction to Theories of Communication, Media, and Rhetoric /Introduction to Gender, Women, and Sexuality Studies/IS 1101 (004) Morris 1101 /Introduction to Psychology

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Public Speaking and Analysis: この授業ではアクティビティを通してグループ内でのスピーチまたはプレゼンテーション練習など公衆スピーキングにおいての自分の弱みを認識しながら練習を重ねて克服することができたので学習の成果、習得スキルを実感しやすい授業でした。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

英語スキルや文化の違いのすれ違いなどで初めは容易ではなかった現地での友達作りも、自分なりの試行錯誤を繰り返すうちに人との関わり方やまたこの留学の機会を活用することを意識し、自ら積極的に行動することの重要性を常に心がけていました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

課題の取り組みにおいては、英語でこなすものが多いため時間を要するエッセーライティングやリーディング予習などのために時間管理における計画性を常に維持することが一つの重要スキルです。また授業で不安な点があれば教授とミーティングスケジュールを組んだり、tutoring の使用を頻繁に行い外部からのヘルプを利用することが手っ取り早くミスを防ぎ課題をこなすことができます。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

主に図書館提供のライティングセンターや tutoring はアプリを通してスケジュールを予約することができ、試験前や予習復習時に頻繁に利用しました。また教授とのパーソナルミーティングをメールを通じて連絡をし課題や授業における質問を直接行っていました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

主にキャンパス主催のインターナショナルイベント、食文化やイベント事における交流を行いました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

はじめの数週間は他大学派遣先の友人と旅行に行き、その後は知人宅に滞在。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

積極的に行動し後から後悔のない留学生活にするために心がけ、危機管理においては金銭の貸し借りはなるべく行わないようにする。(文化の違いなどにより貸したお金がなかなか返金してもらえなかったり、貸し借りで現金を使いすぎるとあとから困ることもある。)

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

文化や言語の違いを理解した上での友人関係の維持や、また難易度の高い課題を行う上においての計画性の重要さ。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

文化の違う人たちと関わる環境においての異文化理解における寛容さや自制心またはリスペクトのマインドは多様な人種が集まる国際的な職場環境において重要なスキルだと感じました。またモチベーショナルな計画性の維持は完成度の高い課題達成に繋がるほか、自己管理においても自信を持たせ重要な役割を果たすことを学びました。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

航空券約 40 万円、旅行費約 15 万円、私費約 20 万円

2023 年度　長期留学帰国報告書

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

後悔のないように留学の機会を有効活用できるように自ら積極的に行動することに挑戦する。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

N/A

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Minnesota, Morris
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Political science, psychology
各学期の合計履修単位数	秋学期:16 単位、春学期: 16 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introductory cultural anthropology / introduction to theories of communication, media, and ethic / career preparation in world languages / American government and politics / world politics / model United Nations / reclaiming happiness / introduction to psychology

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

World Politics: 様々な世界の政治の在り方について学びました。抽象的な形態から更に具体的な過去と現在の政治形態についての理解を深めました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

American government and policies での simulation が 1 番難しかったです。授業では、各生徒が当時の議員になりきって 1787 年の constitutional convention を行ったのですが、発言が求められます。自分の意見と当時の議員の行ったことが食い違い、また、一度遅れをとるとついていけなくなることに苦労しました。教授に授業を録音させてもらい、授業後に復習することで次の授業に備えました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

課題は出されたらその日にするべきです。授業によりますが、基本的に全授業でリーディングが必須でそこに essay などの課題が出ます。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

Writing center: essay の課題が出された時は一番にそこに行きました。outline を書くところから手伝ってくれます。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

キャンパスでイベントが頻繁に行われているので、よく参加していました。また、サッカーやバレーボール、バドミントンなどのスポーツもジムでよく友達と楽しみました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

他の州への旅行、友達の家にホームステイ

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

Morris は田舎で、かなり小さな街なので、銃撃などの心配はほぼありません。また、何かあればすぐに campus polis に連絡すれば対応してくださります。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

様々なイベントに参加することです。興味がなくても挑戦してみることで新しい価値観を身につけることができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

今後は広い視野をもった人材であることを自覚し、グローバルに活躍したいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 30 万/保険 100 万/旅行 50 万/お小遣い 20 万　合計 200 万/10 か月間/フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

とにかく失敗を恐れず話しかけることです。この大学はかなり小さいので、学内ですれ違う人はほぼ顔見知りや知り合いでした。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Tennessee, Knoxville
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	コミュニケーション、ジャーナリズム、広報
各学期の合計履修単位数	春学期：12credits、秋学期 12credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Intro to Music in Western Culture/ Music in the United States/ Intro to Journalism&Creative Media Journalism /Intro to Travel and Tourism /History and Culture of Food /Communication in an Information Age /Public Relations Principles/Introduction to Philosophy

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Public Relations Principles。広報の原則では、あらゆる種類の組織のコミュニケーションニーズ、広報のさまざまな機能、および専門分野の実践について理解を深めます。成果は、別で履修していた Journalism と Communicatio で学んだことを踏まえて広報の知識を身につけることができたため、テストやレポートにおいて良い成績をおさめることができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

タイムマネジメントや優先順位をつけることに苦戦した。留学してすぐの頃は、すべての授業についていくことに必死で予習から復習まで隅々まで完璧を求めて取り組んでいたが、課題が徐々に多くなっていくと、予習復習課題全てが中途半端になってしまうことがあった。そのため、授業の難易度や課題の量をみて優先順位をつけきちんとタイムマネジメントを行うことで対処した。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業の進み具合や課題に関しては、もし留学生別科を受けた後に留学を行なっているのなら、雰囲気や流れは少し似ているので、安心して取り組めるかと思います。グループワーク時は積極的に自分から発言していかないと話がどんどん進んで置いて行かれてしまうことがあるので常に積極性は意識したほうがいいと思います。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

大学の図書館は夜遅くまで利用可能なので、度々活用することがありました。フロアによって静かにしないといけない場所、喋りながら勉強してもいい場所など分かれていて、とても過ごしやすく勉強が捗ったのでおすすめです。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外では、クラブに何度か参加しました。授業の教室よりも話しやすく多くの人と出会うことができ、クラブ活動がきっかけで休日も遊びに誘ってくれたり課題を一緒におこなったりすることができました。そして、色々な考えや感覚を持った人とも出会うことができ、改めて自分の考えの狭さに気付かされました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇中は友人と共に旅行に行きました。9 ヶ月間の留学中に合計 3 ヶ所行くことができました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

大学周りはほぼ学生しかいないため、基本的には治安は悪くなかったと思います。ただ夜間はクラブで飲んだり、パーティーをして酔っている人も見ることがあったので、あまり夜中に外には出歩かないほうがいいと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

授業中のグループワークをしていくなかで、積極性が高まったと感じます。日本にいるときはあまり自分から率先して発言することは少なかったのですが、留学先の授業を受けていく中で自分から発言をして意思を伝える大切さを改めて知り、積極的に発言することで積極性が身についたと感じます。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

今後は、もっと英語力を高めていきたいと考えます。留学を経てまだまだ自分の英語力は未熟だと気付かされたので、これからも英語を学び続けて、就職後は海外勤務を経験することができればと考えている。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券&海外旅行保険 35 万円、教材費 3 万円/ 合計 38 万円（プラスで旅行費、ワクチン

2023 年度　長期留学帰国報告書

接種代、SIM 代等）/ フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給/ 9 ヶ月間

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

とにかくあっという間に終わります。留学が始まるまでは 9 ヶ月はたくさん時間があると思っていましたが、想像よりすぐに時間が過ぎ、留学が終わります。なので、悔いのないように留学を楽しんでください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

オンライン説明会の参加、ES 提出、面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学中に得た行動力や、積極性をアピールしました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

物流業界

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Tennessee, Knoxville
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Communication, Psychology, Philosophy, Music
各学期の合計履修単位数	春学期: 12 credit　秋学期: 12 credit

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Intro To Communication Studies/Intro To Philosophy/Intro Music Western Culture/Intro To Political Science/ General Psychology/ Intro Journalism Creative Media/Intro To Travel and Tourism/ Communication Information Age

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Intro To Political Science: 政治学について英語で学ぶ機会が今まで多くはなかったため、専門的な単語もほとんど知らない上に、政治学に関する知識もほとんどなかったため私にとって一つ一つの授業が苦難であった。そんな中 3 回の総合的な試験の内、2 度 90%を超える成績を取ることができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

1 週間に 3 科目大きな試験が重なってしまったときがあった。それに加えて私の苦手な政治学、哲学の前回の試験の点数があまり良くなかったため、自分の中で前回よりもより勉強に励む必要があった。だから私は前もって計画を立て勉強に励んだ。放課後や、土日の時間の使い方をいつもよりも工夫し、いつもより危機感を持つことで計画通りに動かことができた。この行動のおかげで、この時の試験ではどの教科も前回よりも良い成績を取得することができた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業は受ける前に予習、受けた後に復習をすることで、授業中に取得できる情報の質を格段にあげることができる。英語での日常会話が得意でも授業のスピードはどの授業も Local student のために行われるため、予想よりも早いと思う。そんな中で授業を受ける意味を無くさないために重要である。それに加えて、予習復習をやっておくとその後の課題や試験での労力が格段に減るだろう。日々の努力が自分にストレスを与えない方法の一つである。また、グループワークは直接のやりとりが苦手な場合は SNS

2023 年度　長期留学帰国報告書

上でのやりとりを積極的に行うべきだ。多くの人が快く答えてくれる。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館、学習サポートアドバイザー、教授

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

日本語倶楽部に 1 学期間所属。日本が好きまたは、興味のあるな現地の生徒と交流するクラブである。たくさんの友人を作ることができたが、自分の日本に対しての知識の低さに気づかされることも多かった。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

大学寮に基本的に滞在。1 週間ほどのの旅行 2 回、3 泊 4 日の旅行 1 回。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

留学生活ではほとんどの人が寮生活を行い、共同生活を行うだろう。私にとって最も大きなストレスはこの共同生活であった。だから私は個人で行動することを意識した。個人で課題や勉強をする際は図書館や自室以外の場所で行っていた。そうすることでお互いのプライベートを保ちつつ、良好な関係を気づき続けることができた。留学中に旅行など行く機会があれば、入念な準備が必要であると思う。大きな空港の場合は予想より前もっていく必要があったり、トラブルを自ら引き起こさず、対処できるように、安全に旅行ができるように危険な地域を調べておくなど、事前にしっかりと準備しておくべきである。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

自分自身の最も成長した部分は周りの目や意見を極度に気にせず、たくさん挑戦するようになったことである。自分の英語のスピーキング力の低さから大人数、特に同じ日本人留学生の前で英語を話す事にとても抵抗感を抱いていた。しかし、このような姿勢では帰国後に必ず後悔すると感じたため、交流する場では積極的に話しかける、授業が同じであれば一緒に登校し英語を話す機会を自分から増やす、遊びにも自分から誘うなど積極的に行動した結果、最初は全く親しくなかった人々と友達になることができた。自分の英語力向上にも繋がった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

留学前は留学することしか見ていなかった。なぜなら、中学生の頃の夢だったからだ。留学に必要なことしか努力してこなかった。卒業後のキャリアとしてあまり深くは考えたことはなく、特になりたい職業もなかった。留学後、自分が想像していたよりもたくさんのことを留学中に色々な視点から学ぶことができた。しかし、就きたい職種や業種が見つかったわけではない。現在の目標としては留学に関係する仕事に就くことである。なぜなら、自分の留学経験から留学経験は十人十色であるが、その人の人生において大きな影響を及ぼすのは間違いないと学んだからだ。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

９か月間　フルスカラシップのため　住居費、食費は大学支給/　旅行費　７０万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

多くの周りの人がプレッシャーを与えてくるかもしれない。これは明らかな結果を意味する。例えば、英語を話せるようになる、優秀な成績を得ることなどだ。しかし私が留学生活で最も大切なことは、留学前に自分が留学生活で絶対に達成したいことを一つ決め、それだけは必ず達成しようという強い意志を持ち、努力し続けることであると思う。そうすることで留学生活何があっても後悔することなく、かつ、自分の中で大きな結果を得て帰国することができ大きな自信に繋がるだろう。また、精神を正常に保つことができる。これはとても重要であり、留学生活、挑戦することが不可欠である状況の中で生きていくためにも重要である。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

企業説明会オンライン参加、ES　入力、面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

積極的な姿勢である。私はこの留学生活で自分の理想とする姿、結果を追い求めるために、試行錯誤、努力を積極的に重ね、かつ、積極的に会話に参加する英語を話す場に恐れず自ら進んで行く。この結果、英語力、友人関係、または成績にまで良好な結果をもたらすことができたと考えている。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定、就職するつもりである。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介して

2023 年度　長期留学帰国報告書

います。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Vermont
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	ビジネス分野を専門に受講し、ビジネス・マーケティング・ファイナンスなどについて学習しました。またそれに加え、人種差別や社会事業に関する社会学（Sociology），人類学、観光学などの授業も受講いたしました。
各学期の合計履修単位数	秋学期：12 credits　春学期: 12credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Business Savvy/Race and racism in the US/Int Sustainable Rec&Tourism/Foundation of Social Work/Cultural Anthropology/Linguistic Anthropology/Personal Finance &Investing/Race relations in the US

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

2023 年秋学期 Race and racism in the US/内容は、主にアメリカに現在もなお普遍的に実在する人種差別が起こった原因（政治・政府の要因等）や、ポテンシャルな改善法などについて議論する講義であった。主な成果としては Final の Capstone Project にて、自分自身の全授業を通しての学びをクリエィティブな方法でプレゼンするというものであった。その際に自分は授業内容をもとに動画編集を行い、Film を作成し、またその背景として流す BGM の制作をも行い、クリエィティブに取り組むことができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

リーディングの膨大な量が大変であった。ほとんどの授業がそのリーディングをもとにテストなどが実施されるため、良い成績を取得するためには必ず課題のリーディングを読み切る必要があった。そのため、毎日計画的に過ごすことを心がけた。1 日に読むページをきめ、課題は先延ばしにせず早め早めに取り組むことを心がけた。また、1 人ではなく友人と課題を共にすることで、集中力も高まり助け合いながらできる。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

予習が一番大切であると考えた。ほとんどの授業でリーディングが必ず出され、それを読んでいるのと読んでいないので、授業での理解度が大きく変わる。読むことは大変かもしれないが、そこを踏ん張って継続して読むことで、英語を英語で理解できるようになるし、授業がわかるとテストの成績も良くなるので、自分の成長を必ず実感することができる。しんどいと思って課題に取り組むのではなく、どういう内容なのだろうと理解しようと読むことで、必然と英語力も伸びる。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館には Studyroom があり、静かな環境で勉強できる。真夜中まで空いているため、多くの学生が利用している。また、売店なども多い。スポーツなどにおいてもジムなどの設備がかなり充実しており、気分転換にリフレッシュで運動をするのもなおよし。中にはビリヤードやフーズボールなどもできる場所があった。設備は本当に有効に使うべし。日本では絶対に見ない充実した環境・設備。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

音楽制作サークルに参加した。そこで、自分の楽曲の解説講座などを開くなどにチャレンジした。初めは引き腰気味で、やろうか悩んだが、実際に行うと聞きにくれた多くの学生が熱心に聞いてくださり、多くの質問もしてくれて、最後には「ありがとう」という言葉をいただけた。この経験から、やってみたいと思ったことには失敗を恐れずチャレンジしてみることが大切だと学んだ。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

大学寮で 1 人で、音楽・就職活動などをして過ごした。それ以外にも友人と約 2 週間の旅行に出かけた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜間は基本で歩かないほうがいい。キャンパス内は基本安全であるが、ダウンタウンなどの学校外は大変危険であると感じる。出歩く際は必ず大人数で歩くことをお勧めする。貴重品は最低限のものに控える。ブランドなどは見せびらかさない。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

自分から積極的に行動することが大切だと学んだ。自分自身いつでも楽曲制作をしたいと考えたため、キーボードを常に持ち運んでいた。そんな中空き教室で作曲をしていた際に、興味を持ってくださった方が部屋に入ってきた後、共に音楽を作る仲間ができた。積極的にアクションを起こすことが必ず誰かを惹

きつけ、自分自身の思いがけない成長につながったりすると考えた。今後もどんどん失敗を恐れずに挑戦していきたい。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学経験を通して一番学んだのは、今の環境が当たり前ではないということ。アメリカでは貧富の格差が多く、それが街中で顕著にみられる。そのため、今勉強ができること、何かに夢中になれること、留学に行けていること自体が当たり前ではないことを心に刻んだ。それを実現させてもらえている両親の存在、教授の方、友人の方などに感謝の気持ちを忘れず、その恩に報いるためにも 1 日 1 日を大切に過ごし、少しでも成長した姿を今後も見せていきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券　40 万　教科書 5 万　旅行費用 20 万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学は思い描いている華々しいものではないと留学した誰もが口を揃えて言うと思います。しかし、必ず共に支え合えることのできる友人ができたり、日本では経験できない体験もあり、過ごし方次第で大きく成長することのできる貴重な機会だと思います。やってみたいと思ったことに何よりもチャレンジして欲しいです。言語の壁を超えて、必ず行ってよかったなと思うことができます。しんどい時は家族や友人に必ず相談してください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、オンライン面接、グループディスカッション,SPI・適性検査の受講

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

主体的に行動を起こすスキルが得られた。留学先で音楽制作に一番力を入れたのだが、周りの人も挑戦する姿勢を本気で、熱心に応援してくれる。自分がやりたいと思ったことは受け身になるのではなく、どんどん挑戦していきたいと思い、SNS の PR 活動の一環としてリール動画の作成などにも取り組んだ。本気で挑戦することで成長が得られる。今後も成長意欲を持って、失敗を恐れず何より挑戦していきたい。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

音楽業界に興味があり、世界を舞台に活躍したいため、海外事業など幅広く事業を展開されており、グローバルに挑戦することを明確に提示されている企業を中心に就職活動を実施中。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Virginia Wesleyan University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	社会学、政治学、国際関係学、社会福祉
各学期の合計履修単位数	2023 年秋学期　16credits/ 2024 年春学期　16credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Diversity and Social Problems in Social Work/ Introduction to International Relations/ Introduction to Sociology/ Introduction to Gender Women Sexual Studies/ Human Geography/ Education and Society/ American Political Thought/ Animals and Society

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Introduction to Gender Women Sexual Studies/内容：アメリカで女性がどのようにして社会的に力を得たか、また派生して、ジェンダー多様性についての政策諸問題について、学ぶ学問/成果：昨今日本国内で議論がされているジェンダーに関する観点をアメリカと比較することで、よりよい日本社会になるためには何が求められているのか等を学習成果として得ることができた。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

American Political Thoughts という科目で、学期初めに読んだアメリカがイギリスから独立するまでの間に、政治家によって書かれた出版物を読む課題で、内容であいまいな表現が使われることが多くあり、読解に苦労したが、授業終わりや、オフィスアワーを活用して、先生に質問することで、内容理解をすることができた。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

課題を計画的に終わらせて、自分がリフレッシュできる日を設けること。読書課題が多いため、速読する練習をする。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

Tutor services, Gym, Testing center, and Library

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

自分が所属していた環境保全ボランティアクラブが提供してくれたバージニアビーチのごみ拾いボランティアに参加し、チームでたくさんのごみを収集することができた。この経験から、自分たちが持続可能な社会に住む一員として自分には何ができるのか、また他者と協力することで、どのように社会に働きかけができるのかという学びを得ることができた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

寮での滞在が不可能だったため、冬休み期間中は実家に帰省した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜遅い時間に出歩かない。できるだけ人と行動をする。現地学生に治安のいいところ等を聞く。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

オフィスアワーによく赴いて教授に質問をしたりする積極性や、人種や性別、出生、宗教などの違いから作られる自分とは異なる観点を持っている人に会うことで、ニュース等で紹介される時事について考えるときに様々な観点から考えることができるようになったことが自分の成長につながった経験だと考えている。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

授業内で積極的に発言したり、わからなかったところを教授に質問をしたりすることで、さらなる学びやサポートを得ることができるという経験から、留学で培った自主性や積極性をもとに、何事にもチャレンジしていきたいと思っている。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券（帰省時を含む）60 万/海外旅行保険　24 万/キャンパス保険：免除/教材費　12 万/消耗品等の購入　15 万　合計 110 万/ フルスカラシップの為、住居費・食費は大学から現金支給（差額は自己負担）

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

課題を計画的に終わらせて、自分がリフレッシュできる日を設けること。現地学生に積極的に話しかけること。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定、国際関係について興味があるので、資格を取得し、物流等の仕事に携わりたいと考えている。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Washington State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	ホスピタリティビジネスマネージメント、社会学
各学期の合計履修単位数	秋学期 12 単位　春学期 12 単位　合計 24 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

CES201Comparative Ethnic Studies/HBM131Hospitality Business Management/HMB280Hospitality Systems/SPMGT101Sport and Popular Culture/HMB235Trave, Society, and Business/PSYCH105Introductory Psychology/SOC101Intro to Sociology/WGSS101Gender & Sexuality Studies

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

SOC101 Intro to Sociology の授業では、政治・経済・文化などをアメリカと他の国とを比較して学びました。授業では、日本からの留学生という立場を活かし、積極的に発言し、クラスのディスカッションに貢献しました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

リーディング課題が最も困難でした。100 ページのリーディングの課題が出たときには、授業の前日に全て読もうとするのではなく、授業前に読み切ることが出来るように毎日コツコツと読んでいました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業以外の留学生活を充実させることが出来るように、課題のスケジュール管理を大切にするべきだと考えます。授業やディスカッションでは、英語力は気にせずに、自分の意見を伝える努力をするべきだと思いました。また、分からないことがあったらクラスメイトや教授にすぐに質問するべきだと思います。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

留学コーディネーターとのメール連絡、国際交流部

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ソフトボールのスポーツチーム、日本文化のイベント、ボランティア、スポーツ観戦などに参加しました。授業が優先ですが、空いた時間には授業以外に学校で出来ることに積極的に参加していました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

大学の寮に滞在していました。旅行に数日間行きました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

一学期間/ワシントン州立大学 Language lab/日本語チューター/ワシントン州立大学の日本語学習者のサポート

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

人気のない場所には行かないようにしていました。旅行先などでは、ボディーバックを使い、すりに合わないように注意しました。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

私の成長につながった経験は、日本語のチューターです。日本語を現地の学生に教えるということで、責任がとてもありました。また、日本語を英語で教えることで、語学力、コミュニケーション能力を向上させることが出来ました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

自分の意見を大人数のクラスで伝えないといけない場面が誰かに助けを求めないといけない場面、海外での１人旅などを経験して、人見知りだった性格がオープンマインドでポジティブな性格に変わったと感じております。今後は、外大に来ている留学生や海外からの観光客の人などに自ら話しかけ、異文化理解力を更に深めていきたいと感じています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 40 万/海外旅行保険 20 万/キャンパス保険 10 万/ 旅行・お小遣い 60 万/ 合計 130 万/9 カ月間/フルスカラシップの為、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

新しいことにたくさんチャレンジするべきです。留学期間は、長いと思っていても一瞬で終わってしまいます。自分から積極的に参加すると、新しい友達が出来たり素晴らしい経験が出来たりと留学生活が充実す

ると思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES 入力、オンライン面接

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

語学力、行動力、異文化理解力、適応力

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

ホテル業界や旅行業界など海外のお客様に直接日本のおもてなしを提供できる企業に入社できるように就職活動を行っています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	リベラルアーツ留学
留学先大学	Wichita State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Business/ Communication/ Anthropology
各学期の合計履修単位数	秋学期 12 単位、春学期 12 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Exploring world of business/ Communication & Society / Cultural anthropology/ Intercultural Relations/ Communicating Effectively in organizations/ Design thinking & innovation/ International business/ International and Intercultural Communication

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Communicating Effectively in Organizations/ 組織のコミュニケーション・システムの設計の検討で、コミュニケーションモデルの紹介と対人コミュニケーションプロセスの分析を学びました。またネットワーキングやリーダーシップなども学びました。毎週ケースを読んでそのことについてディスカッションしたり、デモンストレーションをしたりするのが楽しかったし、とてもためになりました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

Intercultural relations の授業では最終課題として一冊 260 ページほどある本の要約と感想などを 3 ページほどでまとまるという課題がありました。本の内容はアルジェリア戦争でフランス側に協力して戦ったアルジェリア人兵士・家族の物語であった。私はその知識は全くない上に、読んでも普段使わないような英単語がずらずら出てきて理解するのにとても苦労しました。だから週一で先生のオフィスアワーを訪ね、わかりやすく教えてもらいました。また先生は他の生徒の授業ノートを集めて私に渡してくれました。そのおかげで最終課題も無事に書き終えることができました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

まず初回の授業で教授に挨拶をして、よくわからないところをすぐに聞けるように仲良くことだと思います。恥ずかしがらずにわからないことは正直にわからないということが大事だと思いました。グループ活動でもネ

2023 年度　長期留学帰国報告書

イティブ同士だとスラスラ会話が進んでいてついていけなくなるので、めんどくさいと思われるかもしれないけど、何回も確認することが大事です。またエッセイなどのペーパーがある場合は、提出する前に友達に確認してもらったり、アカデミックアドバイザーのところに尋ねることがいいと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

アカデミックライティングサービス/授業のペーパーの課題を手伝ってくれるサービスです。書いたペーパーを持っていけば、綺麗に直してくれたり、丁寧に教えてくれるのでとても助かりました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

私は友達に勧められてダンスクラブに参加しました。毎週ダンスのレッスンがあったけど強制参加ではなかったので、楽に参加できました。またダンスを学べるだけでなく、友達もたくさんできるのでいい経験だったと思います。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

夏休みは友達の家族とコロラド、ユタ州まで Road trip をしました。私の学校は buddy program 制度があって、交換留学生に現地大学生の budd が割り当てられます。その子が家族旅行に招待してくれました。アメリカでしか経験できないことをたくさんできて本当に楽しかったです。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜は 1 人で出歩かない。キャンパス内なら警察が見回りしているので安心ですが、キャンパス外は絶対に出歩かないことです。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

私の留学先では留学生のためのコミュニティがあり、それは毎晩アメリカ人のお家にいってみんなで夜ご飯を食べたり、culture discussion をしたりします。そこではアメリカの文化に触れれると同時にいろんな国の人も参加するのでその国の文化も学ぶことができました。これはとてもいい経験になったと思います。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学先で学んだことは日本にいても学ぶことはできなかったと思います。留学で学んだことを次の留学生候補者のみんなにも教えたいと思います。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 40 万/海外保険 4 万/キャンパス保険 38 万/住居費+食費 90 万/教材費 1 万/旅行 20 万/合計 200 万くらい/9 か月

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

1 人で海外に行くのは不安だろうけど、周りの人が助けてくれるから自信を持っていって欲しいです。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

卒業後、アメリカでワーキングホリデーをする予定です。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	英語＆リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Colorado Boulder
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	自然科学分野
各学期の合計履修単位数	秋学期：22credit　春学期：15credit

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Environmental Systems: Climate and Vegetation/Global Change: The Earth Science and Perspective/Weather and the Atmosphere/Our Changing Environment

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Global Change: The Earth Science and Perspective のクラスでは、地球の気候システムの基礎、自然が体による地質時代の気候変動、現在及び将来の気候変動について学びました。また、さまざまな分野での発展を遂げる現代社会が環境に与える深刻な影響を学ぶことで環境を守りながらも発展を続ける持続可能な社会を作るという一見矛盾した目標を達成する方法を探りました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

理解が難しい箇所に直面した際には、自分でインターネットで調べたり、教授にメールで質問したり、office hour に直接教授に質問したりして対処しました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業内容に事前に目を通し、わからない単語や内容を前もって調べることで授業の内容が理解しやすくなりました。エッセイは課題の締め切り期限に余裕を持って終わらせそれを TA にフィードバックをもらうことで質を向上させました。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ライティングセンターでは授業で課されたエッセイに対してどのように回答していくのかといったような詳細まで親身になって助言をしていただきました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ランニングのコミュニティに参加し、さまざまな文化背景を持つ人々との交流ができ、あたらしい友人を作ることができました。また、ストレス解消法としても機能し、留学生活の中で精神的なバランスを保つのに役立ちました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

授業で出された課題を終わらせ、4 日間の国内旅行に出かけた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

治安の悪い地域には極力近寄らない。夜は極力歩かない、万が一歩かなくてはいけない場合は 1 人ではなく、複数人で歩く。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

日本のコンビニが日本人に与える影響についてのプレゼンテーションを行い、異文化間のコミュニケーションの課題を乗り越える経験が自己成長につながりました。アメリカ人のオーディエンスに向けて、彼らの文化的背景を考慮しながら詳細に説明することで、情報の伝え方をより明確で効果的に改善する方法を学びました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は特に日本の企業でのキャリアを想定していましたが、留学を経て、外資系きぎょうにも興味を持つようになりました。今後は、留学で得た国際的な視野を活かし、より幅広い選択肢の中からキャリアパスを選ぶようになり、かつ効果的なグローバルコミュニケーション能力をさらに強化していきたいです。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 33 万円/海外旅行保険 15 万円/教材費 15 万円/旅行 21 万円/住居費 125 万円/食費約 35 万円/合計約 244 万円/9 ヶ月

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学初期は現地のファーストフードなどジャンキーな食事でも楽しむことができますあが、時間が経つにつ

れて満足できないことが多くなります、自炊を始めることで、食生活が改善されますし、料理スキルも向上します。また、留学中のストレスや不安を解消するには運動がおすすめです。私は、ジョギングおすることで気持ちを新たにすることができました。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

航空業界で運行管理部門を目指し就職活動。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	英語＆リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Colorado Boulder
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	国際関係、歴史
各学期の合計履修単位数	秋学期: 22 単位、春学期: 13 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introduction to International Relations/Introduction to Comparative Politics/Global Issues & Intercontinental Affairs/European History to 1600

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Introduction to International Relations

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最も困難であったことは、授業のペースについていくことです。私は英語&リベラルアーツ留学だったので、1 学期は語学学校、2 学期は大学で授業を受けました。大学の授業は内容が難しく、学ぶことも多かったので進めるスピードが圧倒的に語学学校より速かったです。そのため、大学で授業を受け始めた当初は授業に追いつくのが精一杯でした。対処法としては、シラバスに書かれている授業日程を見て、事前に教科書の内容を読んで予習しある程度理解してから授業を受けるようにしたことです。アメリカの大学では、大講義以外に小さなクラスに別れてクラスメイトとディスカッションする機会があるので、授業内容を理解しておくことは必須です。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業や課題の取り組み方として、私はまず授業の内容をちゃんと理解するようにしていました。アメリカの大学の授業では、周りのクラスメイトとディスカッションしたり、習う内容からより発展したことを回答させるような課題が出される機会が多いので、まず内容を理解することはとても大事だと思います。また、グループワークでは、先ほども述べたように発展した内容を取り組むことが多いので、より授業内容からさまざまな視点を見られるような柔軟性を持つことがコツだと思います。多くの現地の生徒は発言力があり様々な知識を持っているので、事前に調べておくこともいい勉強法だと思います。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

アメリカの大学では、多くの面で大学からサポートがありました。学習面では、多くの現地の生徒とコミュニケーションが取れる機会が多く設けられていた印象があります。留学生のような言語学習者に向けて、言語学習を目的としたイベントを積極的に大学側から提案していただきました。施設や整備は日本よりも充実したサービスを受けることができました。例えば、学生はいつでも無料で使えるジムやバスがあり、治安を考慮したところから夜に送迎サービスも提供していました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外の時間では、私はサークルに参加に現地の学生とコミュニケーションするようにしていました。そのサークルは、日本に興味のある学生にやって集められたサークルで、互いに知ってること知らないことを共有しあい、多くの知識を得ることができました。休みの日はそのサークルでできた友達と遊びに行ったりして充実した生活を過ごせたと思います。また、現地の学生と時間を共に過ごしことで、彼らはとても学びと遊びにメリハリをつけて生活をしているのだと気づきました。平日は朝から真面目に勉強し、休日は自分のために時間を使い、そのバランスが両道するのに大事だと思いました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

現地の宿泊先で滞在し、1 週間ほどアメリカ国内を旅行しました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

留学生活のアドバイスとして、まず現地の文化や習慣を尊重し、積極的にコミュニケーションを取ることです。現地の友人や留学生と交流することで、異文化理解が深まり、生活に適応しやすくなります。また、時間管理や健康管理にも気を配り、バランスの取れた生活を心がけるべきです。安全に過ごすためには、現地の緊急連絡先や医療機関の情報を常に把握しておきます。貴重品や個人情報の管理には十分注意し、不審な人物や場所を避けるよう心がけます。また、現地の法律や規則を遵守し、危険な状況に巻き込まれないよう注意することが重要です。定期的に家族や友人と連絡を取り、状況を報告することも安心につながると思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

この留学生活で最も自分自身の成長に繋がった経験は、大学で授業を受け現地の大学生と多くコミュニケーションしたことです。日本と違い、アメリカの授業では多くの場面で学生と話し合う機会があります。

そこで、それぞれ授業で習った内容から発展させた思考を発言しあうことが多かったのですが、その交流のおかげで、自分が知らない知識を多く得ることができました。それゆえ、このような交流はより柔軟的な物事の発展能力の成長に繋がったと思います。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前の展望や目標は、アメリカで現地の友達を作るや異文化がどのようなものなのかを知るということでした。アメリカでの留学生活を経て、目標だけでなく言語の壁や習慣の違いを多く知ったことで、この経験を留学後の就職活動や学校生活に有効的に生かしていきたいです。特に就職活動では、私は将来 CA になりたいと志望しているので、面接やインターンで海外に関わるということから自分の行動にこの経験をより効率的に使っていきたいと思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 40 万/海外旅行保険 20 万/教材費 15 万/旅行 40 万/住居費 130 万/食費 40 万/合計 285 万/9 ヶ月/英語&リベラルアーツ留学の為、授業料は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学を計画している学生へのアドバイスとして、まず事前準備をしっかり行うことが大事です。渡航先の文化、習慣、法律を理解し、基本的な挨拶や日常会話を学んでおくとスムーズに現地に馴染むことができると思います。現地では、積極的にコミュニティやサークルに参加し、友人を作ることをおすすめします。異文化交流は視野を広げ、新たな価値観を学ぶ絶好の機会です。さらに、学業とプライベートのバランスを取り、ストレス管理にも気を配ります。定期的に家族や友人と連絡を取り、サポートを受けることも大切です。挑戦を恐れず、多くの経験を楽しんでください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　航空や接客業に関して興味があるので、航空業界で客室乗務員を目指して就職活動を継続

2023 年度　長期留学帰国報告書

中

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	英語＆リベラルアーツ留学
留学先大学	Colorado Boulder University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	主な専門分野は経済学です。私は二つ経済学関連の授業を履修し、他の二つはコミュニケーションと哲学を履修しました。
各学期の合計履修単位数	秋学期：２２credits 春学期：１３credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

CriticalThinking/OrganizationalCommuication/PrinciplesofMicroeconomics/MathToolsforEconomists1

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

私が一番学修成果を得た科目は Critical Thinking です。内容は、演繹的文章と帰納的文章からその内容が妥当か妥当でないかを前提と結論の関係性から判断するというものでした。成果は最終的に９０%の成績で A という高評価を得ることができたことです。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学中に一番困難だったことはグループワークやグループでのプレゼンテーションで成績をつける形式の授業でした。なぜなら、グループワークでは自分が積極的にアクティビティーに参加する姿勢が求められ英語を話す勇気が必要となるからです。そこで私は、自分の失敗を恐れず分からない内容は素直に英語で相談したり、自分の意見を分かりやすい表現で相手に伝えることを意識していました。その結果最終プレゼンテーションでは 93 点という高評価を獲得することができました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

私は授業や課題の取り組み方について、アドバイスしたいと思います。留学初めの頃は誰でも教授や生徒の話すスピードについていけず授業内容や課題の内容を理解するのに苦しむことがあると思います。しかしその時に自分一人の力でなんとか解決しようとするのは間違いであると考えます。したがって、教授が生徒用に時間を設けたオフィスアワーを利用したり隣の席の生徒に相談するなど、自ら利用できる環境は十分に利用し理解を深めることが大切であると考えます。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

私の大学では Writing　Center というライティングをサポートする施設がありました。私自身は利用していないのですが、もしエッセイなどで引用の仕方を知りたい時は、ぜひこのような施設に行きサポートしてもらうことをお勧めします。なぜなら、この施設では盗作を防ぐために正しい引用の仕方や APA フォーマットの書き方などを細かくおしえてくれるためです。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

私は課外活動として JSA という現地の日本文化サークルに参加していました。なぜなら、日本文化サークルに参加している現地の生徒は前提として日本に興味があるため、日本の留学生と話したいと感じており、こちらとしても話しかけやすい環境にあるからです。私はこの経験を通して、スピーキング力を向上することができ、現地の友達も増えて新しいコミュニティーを築くことができました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

私は長期休暇の期間を使って、ボストンへ行きボストンキャリアフォーラムに参加したり、ニューヨークやプエルトリコへ観光しに行ったり、オーランドでディズニーランドに行き楽しい思い出をつくっていました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

留学生活で安全に過ごすためには、まず夜で歩く時はなるべく一人ではなく友達と一緒に歩くことが大切であると考えます。さらに、事前に現地の友達に危険な場所について聞き、情報収集をおこなうことも大切であると思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

私が一番自分の成長につながったと感じるのは JSA に参加したことです。このようにサークルに参加することで自分の新たに学んだ日常英会話や単語をアウトプットする機会を得ることができるため、インプットで終わることを防ぐことができます。またサークルに入ると現地の友達を作りやすくなるため毎日英語を活用することができたり、その友達の表現を真似たりすることで自然とスピーキング力を向上することができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

私は京都に住んでいるため日常的に観光客や外国人と交流する機会があると考えています。したがって、その環境を利用し、留学で得た主体性とスピーキング力、また異文化理解力を活かして、積極的に声をかけ日本でも新たなコミュニティーを築いていくことを目標としています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

私は現地での教育費が免除だったためそれ以外の大体の費用を記載させていただきます。まずホテル費用は一か月で 900 ドルであるため 9 か月で代替 8100 ドルでした。そして、食費が一日 10 ドルとして合計で 2370 ドルくらいでした。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学全般において、まず留学という経験をとても大切にしてほしいのでできるだけ日本人のコミュニティーにいるのではなく新たな友達を増やして英語を話す機会をつくることをお勧めします。こうして、自分の身を厳しい環境に置くことで英語を勉強するモチベーションも高まるため留学を終えた後自分の成長をより感じることができると思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

ES から面接まで全て行いました。そして結果的に留学中に自分の働きたい企業を見つけ、面談を通し内定を獲得することができました。

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学経験からアピールできる就職活動でのスキルとしては主体性や行動力、学習意欲や適応力などがあげられます。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

私は人の成長に貢献できる、自己成長できる、そして社会貢献できる企業で働きたいと考えていました。したがって、業界としては主に人材業界、そしてコンサル業界に目を向けていました。そのなかでも自己分析を通して将来日本の働き方に変革を起こすことができ将来の安定性が高く市場価値の高い総合コンサルティン会社から内定をいただき、そこへ入社すると決めました。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介して

2023 年度　長期留学帰国報告書

います。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語国際学部英語国際学科
学年	3
留学プログラム	英語＆リベラルアーツ留学
留学先大学	University of Colorado Boulder
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	国際関係、ジェンダー学、人類学
各学期の合計履修単位数	春学期 ：22 credits, 秋学期 ：13 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Level 5, 6 Reading/Level 5, 6 Writing/Level 5, 6 Listening/Speaking/Business English/University Preparation/Digital Tech and Global Connect/Global Issues & International Affairs/Intro International Relations/Gender, Sexuality, & Pop Culture

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

タイトル：Intro International Relations／内容・成果：この授業では、国際安全保障と国際政治経済の主要な概念と理論を学び、これらは国際関係の核心領域を理解するための基礎であった。授業は週 2 回の lecture と週 1 回の recitation で構成され、lecture では世界の政治や紛争について幅広く学んだ。また、データの読み取りも行った。recitation では、講義内容の振り返りやグループワークによるプレゼンを行い、さらに個人プレゼンやエッセイを書くことでエクストラクレジットを獲得し成績を向上させた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学先での学修面で最も困難だったのは、教科書や資料のリーディングだ。授業ごとに数ページから数十ページのリーディングが課され、その量と難易度に圧倒された。特に、専門用語や学術的な表現が多く、わからない単語が頻繁に出てきた。辞書を引きながら読むと時間がかかり、内容が頭に入ってこないことがしばしばあった。この困難に対処するために、まずリーディング全体に軽く目を通し、わからない単語や表現に印をつけた。その後、一つ一つ意味を調べてメモを取り、もう一度全文を丁寧に読み直すようにした。また、ノートを取りながら読むことで重要な情報を整理し、理解を深めた。これにより、授業中の内容がより理解しやすくなった。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイ

2023 年度　長期留学帰国報告書

スを記してください。

授業に関しては、事前に提出されたリーディングを授業の前に読んでおくことをお勧めする。何も読まないでいくと理解に苦しむし、日常会話では使わないような単語が出てくるため、事前にリーディングをしておけば、授業中に調べなくて済み、先生の話を聞き逃さずに済む。また、グループワークでは会話について行くのが精一杯で自分の意見を言えなかったり、英語で言いたいことをまとめられなかったりする時があったため、授業でやるディスカッションのお題を先生に聞いて事前に自分の意見をまとめておくと良いだろ。シラバスを確認して予習することで、積極的にグループワークに参加できるようになる。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学修サポート - Office Hours：TA が授業でわからなかったことや、テストの復習、課題のサポートなど個別に対応してくれる。／施設、設備 - 図書館、寮、カフェテリア、カフェ、ジム、スタジアム、ボーリング場など

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外の時間は課題や予習に費やし、エッセイやリーディングで意見を数百字でまとめる課題が多く、時間がかかった。復習に時間を割けず、テスト前の数日間で振り返るだけになり、準備不足で不安なままテストに取り組むことが反省点である。週に一度、日本文化を体験するクラブ活動にも参加し、現地学生や留学生と季節の行事や日本食作りを楽しんだ。日本語を勉強している学生が多く、日本に対する理解と興味が深いため友達を作りやすかった。拙い英語でも理解しようとしてくれ、わからないことをわかりやすく説明してくれたのが嬉しかった。クラブで出会った友達とホームパーティーやボーリングなどアメリカならではの体験も楽しんだ。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

ラスベガス 2 泊、シアトル 2 泊。一時帰国はせずに、基本的にコロラド州内で友達と出かけたり、部屋で過ごしたりしていた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

寒暖差が激しく、体調を崩すことが多かったため、普段から飲み慣れている常備薬を持って行ってよかった。私の留学先は学生の街で比較的安全でしたが、外が暗くなってからの 1 人の外出は避けていた。帰りが遅くなる際には友達と一緒に帰ったり、学校が提供するナイトライドを利用していた。また、友達との連絡先交換や位置情報を共有することも有効的だと思う。防犯対策として、貴重品は目立たないよ

うにしていた。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学中、言葉でしっかりと伝えることの重要性を痛感した。ある日、現地の友達にランチに誘われたが、私は先生に履修登録の相談があり、何時に終わるかわからなかったため、「行きたいけど何時に終わるかわからない」と返信した。友達から「わかった」と返ってきたため、私はランチの約束は無くなったと思っていた。しかし、履修登録中に友達から「終わりそう？」や「何か手伝って欲しいことはある？」などのメッセージが届いていたことに気づかず、その後カフェテリアに行くと友達が外のベンチで 1 時間以上も待っていてくれたのだ。私は言葉不足で友達に勘違いさせ、待たせてしまったことを反省し、正確に伝えることの大切さを学んだ。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

今後、留学で得た意見表明のスキルを生かし、相手の意見を尊重しつつ自分の意見を明確に伝えることを意識したい。留学前は周囲に合わせがちだったが、授業やディスカッションを通じて自分の考えを言語化する重要性を学んだ。特に、積極的に意見を述べる学生たちに触発され、ディスカッションでは相手の意見を尊重しつつ自分の意見を主張することが求められると感じた。この経験を基に、今後のコミュニケーションで自分の意見を効果的に伝え、異なる視点を持つ人々との相互理解を深めたい。これにより、固定概念にとらわれず、幅広い視野を持つ人間として成長することを目指す。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券約 35 万/住居費(ホテル)月 13 万/食費(ミールプラン 160 食)約 24 万/その他の食費約 10 万/教材約 7 万/娯楽費(旅行代など)約 30 万：合計約 223 万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学する際に大切なのは、聞き返されても諦めない心である。現地の人々が必ずしもフレンドリーで優しいわけではなく、時には「もういいよ」と言われることもある。しかし、必死に伝えようとする姿を見れば、相手も理解しようとしてくれることが多い。“huh?”と聞き返されることに最初は恐怖を感じるかもしれないが、これは単なる確認のための反応である。自分の英語が拙くても、自信を持ってコミュニケーションを続けることが重要である。聞き返されることを怖がらず、積極的にコミュニケーションを取る姿勢を持つことが大切だ。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　航空関係や旅行会社、リゾートスタッフなど国内で日本に来た外国人のサポートをしたい。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	英語＆リベラルアーツ留学
留学先大学	Old Dominion University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	STEM Education and Professional Studies
各学期の合計履修単位数	春学期: 18 単位/ 秋学期：12 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

春学期：　Advanced Grammar/ Public Speaking/ Writing from Sources/ Critical Reading/ University 101/ Listening & Speaking　　秋学期: Oral Communication and Literacy/ Lifespan Development/ Sales Techniques/ Advertising and Promotion

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

科目タイトル：Advertising and Promotion/ 内容：広告の歴史、宣伝方法、商品販売をどのように促進させるのかなどを学んだ。また、学期中に 2 回、自分で選んだ広告について調べプレゼンテーションをしたり、自分でロゴデザインや、ポスター広告、ラジオ広告、雑誌デザインなどをした。/ 成果：内容で記したプロジェクトにおいて、全て高得点を得ることが出来た。どのプロジェクトも初めての事ばかりで時間はかかったが、自分が納得できる作品を作ることが出来たし、教授からも嬉しい言葉を沢山頂いた。また、この授業を履修して自分が広告に興味があることを知ることが出来た。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

学習面で特に困難だったことは、長文の資料を読むことである。まず、長文の資料を読むことはどの科目の授業でもあるので、時間がかかってしまったり読むのが嫌になってしまうことがよくあった。この問題を解決するために、読むのにかける時間を設定して時間をかけすぎないようにした。そして、重要な部分には印をつけたり自分の言葉で要約したことを横の空白にメモするようにした。そうすることで、後から読み返しても内容を思い出すことが出来たし、記憶に定着しやすくなった。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業や課題の取り組みにおいては、タイムマネジメントと予習が大切だと思う。課題（予習、復習、テス

ト勉強など含める）のタイムマネジメントは締め切りが近くなくても早めに終わらせておくことで、自由な時間を作って友達と遊ぶことが出来たし、質問を早めに聞くことが出来るので早くやることに越したことはないと思った。また、次の授業でグループワークがあると分かっている場合、予習をより念入りにすることでより自信もって発言できたり、クラスメイトの意見も理解しやすくなると思う。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学内の図書館では個室で勉強したい時、電子端末で簡単に予約することができ、一人で勉強したい時も、友達と勉強したいときも気軽に使えるようになっていた。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

私は、English Language Center と GSF（現地学生と留学生などが交流できる組織）の両方が Conversation Program を実施していたので両方ともに応募して現地の人と毎週１回 1、２時間程度会って話した。２ 人のパートナーとは、秋学期だけではなく引き続き春学期も会うことが出来た。私は日常会話力を伸ばすためにそのプログラムに申込んだが、とても良いひとたちとパートナーになることができ、家に招待してもらったり、一緒に行事を楽しんだり、行ってみたい場所に連れて行ってもらったりした。アメリカの文化や慣習、イベント、伝統料理などを沢山見て、感じることができた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬休みは基本キャンパス内にいて、ジムに行ったりしていた。春休み中はアメリカ内で旅行した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

安全に生活するために、夜外が暗くなったら出歩かないようにした。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

自分自身の成長に最もつながった経験は、現地の人と沢山関わり会えたことである。イベントや伝統行事がある度に招待して頂き実際に伝統的な食事や遊びなどを経験できた。また、GSF(現地学生と交換留学生などが交流できる組織)や JASA(日本文化を交流クラブ)に参加し自分から積極的に話しかけに行くことで自分の消極的な部分が少し改善できたと感じる。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

留学前はマーケティングやセールス関連に興味があったので、卒業後はどこかの会社に就職して販売関連の部署で働きたいと思っていた。また、英語が好きなので英語も仕事に活かせたらいいなと考えていた。そして留学先大学でセールスと広告の授業を履修した。この留学を振り返って、私はセールスよりも広告を作る方が楽しいと分かった。また、私は食べることが好きで広告を授業で作る時もファッションやスポーツ広告よりも食べ物の広告を作る時の方が楽しかった。私はこの留学を通して、食に興味があり、広告を作ることが好きだと気づけたので、その気づきを就活に活かしていこうと考えている。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 ¥530,915/ 海外旅行保険 ¥200,960/ キャンパス保険 ¥540,000 程/ 住居費 ¥1,200,000/ ミールプラン ¥334,000/ 9 カ月間/ スカラシップの為、授業料は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

タイムマネジメントと積極的な姿勢が大事だと感じた。学習面だけではなく生活面でも自分のことは自分でやらなければいけないので自分で自分を管理することは留学中や卒業後も役に立つ能力だと思う。また留学中、積極的な行動がどれだけ大切かが分かった。学習面においては自分から発言していくことでより授業が楽しく感じられた。また生活面においては、現地の人達と会話する時、積極的にその人のことを知ろうと思うだけで会話が続くようになり、より会話が楽しく感じられた。消極的だった自分にとっていきなり積極的になることは体力がいることだったが、徐々に意識して生活していくことで習慣になり苦に感じることはなくなった。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

就職活動でアピールしたいスキルは、新しい環境や考え方を柔軟に受け入れて適応できることである。私の留学先であるアメリカは日本とは違い、多国籍の人が多く、違う価値観や考え方を日々感じることができる環境である。そのため、留学当初はストレスに感じることや不思議に思うことが多いはずだと思うが、私はそういったことにストレスを感じるのではなく、理解して受け入れる姿勢を取ることが出来た。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定：食品メーカーの広告関連の仕事に関心があるため、地元に近い職場での就職活動を継続中

2023 年度　長期留学帰国報告書

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	英語＆リベラルアーツ留学
留学先大学	Old Dominion University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	psychology, business, and culture study
各学期の合計履修単位数	秋学期１８credits，春学期　１２credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Writing/Reading/speaking and Listening/Public speaking/ University 101/ Grammar/ Introduction to Psychology/ Lifespan Development/ Sales Technique/Reading Culture and Languages

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Introduction to Psychology/心理学の基本知識について/　記憶のプロセスからパーソナリティについて基本的な心理学の知識を得ることができ、対面のテストなどはとても難しかった、いい成績を得られた。また、実際に research　に参加した。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

二学期目の授業は現地学生と受ける授業だったので、授業中に先生の話を聞き取り理解するのが難しかった。なので、予習にスライドのわからない単語を調べて、専門用語は意味が理解できるまで調べた。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

１学期目の英語強化プログラムは積極的にディスカッションに参加し、聞き取れなかったらすぐに聞き返したり、質問したりすることが大切だと思う。わからないことがそのままにすることは良くない。少しでも疑問に思ったらすぐに誰かに聞くことが大切。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

ELC の先生方は気軽に質問しやすく、分からないことがあったら助けてもらった。学習面以外でも、寮での困り事も一緒に解決してもらった。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

様々な国から来た人たちの団体に入り、リーダーとしてイベントの計画、実行をチームで行なった。友達と人と助け合うことの大切さを得た。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

クリスマスはディズニーワールドに行き、ニューヨークで正月を過ごした。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜は一人で出歩かないこと。大麻の匂いがしたら、すぐにその場から離れること。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

GSF という organization では、留学生と現地学生をつなげるイベントを開くリーダーチームの一人としてイベントの計画・運営を行なった。また、GSF の定期イベントでは、日本についてのプレゼンテーションをし、学期終わりにはスピーチをした。留学前は、人の前で話すことが苦手だったが、GSF を通して大人数の前で英語で話すことができるまでに成長することができたと思う。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前、不安はありましたが、一人でも留学生活どうにかなるだろうと思っていました。しかし、同じ日本人や現地で出会った友人にたくさん助けてもらい、助け合って、一生の思い出になる留学生活を送れました。今度は自分が誰かの助けになれるような仕事をすることが目標です。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券３０万/　保険　20 万/ハウジング・キャンパス保険・meal plan $ 13,000

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

イベントや興味のある団体があったら積極的に参加し、いろんな人に話しかけて、自分が楽しいと思える生活をすることが大切だと思います。あっという間に一年過ぎるので、勉強も大変だとは思いますが、楽しむときは思いっきり楽しんでください。

【就職活動について】

2023 年度　長期留学帰国報告書

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

英語を使って人を助けることができる仕事に就職しようと考えている。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	英語＆リベラルアーツ留学
留学先大学	Old Dominion University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	英語、教育、社会学
各学期の合計履修単位数	春学期：　6 科目（おそらく 18 credits）、秋学期：　12 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Grammar/Public Speaking/Critical Reading/University 101/Listening and Speaking/Writing from Sources/Learning to Learn/Diversity and Society/Human Geography/TPCS: CRIT READINGS LANG & CULT

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

春学期の ESL の授業では、Writing from Sources のコースにおいて、エッセイの書き方や構成を学んだ。特に、3 つの配点の大きいエッセイがあり、調査内容を分析するグループエッセイが 1 つ、自分の価値観に関する内容と問題解決に関する内容の個人エッセイを 2 つ書いた。ESL で受講した 6 つの科目の中で最も成績が良かった。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

とにかくレポートやプレゼンなどの課題の量が多く、休日も課題に追われることもよくあった。少しでも分からないことや不安なことがあれば、すぐに教授やクラスメイトに質問や相談をして、何をしなければいけないのかを理解している状態で効率的に課題をこなしていくように心がけていた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

予習や課題をしていなければ、授業内でのディスカッションに参加したり、内容について行けなかったりするコースも多いので、放課後は図書館を利用して勉強したり、友人と励まし合って取り組むことを勧めたい。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館、フードバンク（食料の無償提供）、Student Health Center（キャンパス内の病院）、学

生によるエッセイの添削サービス、留学コーディネータースタッフ（高熱やインフルエンザの際にサポートしてもらった）、Global Student Friendship（留学生の非営利支援コミュニティ、毎週火曜日のランチ提供、金曜日の教会でのディナー提供など）

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

Global Student Friendship という地元の学生や留学生、家族などのコミュニティがあり、ランチやディナーの提供、留学生らの支援、レクリエーションや小旅行の企画・運営などを行った。特に春学期からは、学生リーダーとして他の外大生と共に積極的に活動していた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

Winter break は、買い出し、地元のカフェやお店巡り、年越しは友人と旅行するなどしてアメリカで過ごした。留学中、日本への一時帰国はしなかった。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

慣れるまでは、たとえキャンパスや寮の敷地内だとしても夜間に一人で出歩かないこと。私の留学したバージニア州では、通称「ウィード」と呼ばれる大麻・マリファナが近年合法化したことで、あらゆる場所で日本では嗅いだことのない不快なにおいが充満していた。寮のセキュリティがしっかりしているとは限らないので、部屋の施錠、信頼できる友人らと頻繁に連絡をとって、普段からお互いの安全を確認し合うこと。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

買い物をする時や落とし物をした時、寮でのトラブルの説明や対処、授業欠席の際の先生への連絡や振替試験の交渉など、普段の会話やいざというときのコミュニケーション能力は、日常生活を通して養われたと実感している。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

高校の教員をめざす私は、留学中には大学の教授たちをはじめ、アメリカで教師として勤務経験のある人々と沢山お話する機会があった。何度もディナーに招待してくれたホストファミリーや、Conversation Partner の家族など、先生の働き方や考え方、日本との違いなどを教えてもらい、現地と日本の学校現場の良いところを利用して、自分のキャリアと生徒たちの学習の発展に活かしたい。

2023 年度　長期留学帰国報告書

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 37 万／教材費 2 万／住居費・ミールプラン 150 万／食費（自炊）10 万／旅行（フロリダ・ニューヨーク・カリフォルニア）40 万／授業料は外大の授業料のみ（スカラシップ）／9 か月間

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

自分の居場所やコミュニティを見つけることで、現地の学生や人々と接する機会も増えていくので、イベントや国際交流の場などには積極的に参加することを勧めたい。たまには勉強の息抜きとして一日家でゆっくり過ごすことも必要だが、現地の友達が遊びに誘ってくれたときはチャンスだと思って、断ってばかりではなく出来るだけ彼らとの時間も大切にして楽しんでほしい。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

高校の教員または講師

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	英語＆リベラルアーツ留学
留学先大学	Old Dominion University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	1 学期目は English,2 学期目は International studies, communication を専攻した
各学期の合計履修単位数	春学期；18 credits 秋学期; 12 credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Grammer/University101/PublicSpeaking/Crltical reading/Writing from Reading/Listening and Speaking/Introduction to Interpersonal Communication /UG ORAL COMM AND LITERACY/Dance and Its Audience/Human Geography

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

UG ORAL COMM AND LITERACY/世界の文化について様々な側面から研究する/他国はもちろん自国の文化について調べて発表すると言うことを何回も繰り返した。出された課題について調べて考え、まとめて発表というのが苦ではなくなって楽しむことができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

２学期目は現地の学生と同じようにクラスを取って、自分だけが日本人だった。授業中に理解できなかったことを気軽に聞くことができなかったので初めは困った。授業終わりに先生に質問をしたり隣に座っていたクラスメイトに話しかけたりしたら、案外簡単に馴染むことができた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

課題は出されたらすぐ取り掛かるようにした。他の学生より理解するのに時間がかかるのは当たり前なので早め早めの勉強が大事。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

Gym/ writing assistance/ food bank

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

organization に参加して授業外の友達を作ることができた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

基本は大学寮で過ごし、旅行もした。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

歩いてキャンパスから出ない。夜遅くなると寮も危なくなるので家から出ない。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

organization　に参加したことが一番記憶に残っている。週２回の活動で現地の大学生と仲を深められた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

英語力はもちろんコミュニケーション能力が上がったなと実感した。海外大学院に興味があるのでこの留学生活で学んだことをさらに生かしていきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券４０万円/学内保険５０万円/寮費１２０万円/ミールプラン３０万円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

何をするにも受け身ではなく率先して行動すルことが大事だと思う。organization　など興味のあるコミュニティに参加するべき。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

海外大学院進学に興味があるため、そのための準備をする。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	英語＆リベラルアーツ留学
留学先大学	Old Dominion University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	英語、コミュニケーション
各学期の合計履修単位数	春学期: おそらく 18 単位　秋学期:12 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Public Speaking/ Human Communication/ Human Geography/ Oral Communication and Literacy

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Public Speaking :合計 4 つのプレゼンテーションを行った。スコアがどれも 9 割を超えていた。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

Human Geography :4 つのマップクイズ（アメリカ大陸、ヨーロッパ、アフリカ、アジア）、3 つのチャプタークイズがあり、成績がこのテストだけで決まるため、良いスコアを取らなければならなかった。どれも対面テストだった為、テスト 1 週間前から必死に覚えた。同じ授業を取っている生徒と一緒に問題を出し合ったりして勉強した。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

現地大学生に比べて英語が劣る私たちは授業に必死についていかなければならない。授業に毎回参加し、課題を取り組むことは必須だ。履修する際、シラバスをしっかり見て、日々の課題が多い授業なのか、テストだけで成績が決まる授業なのかをきちんと理解してから履修するべきだ。でないと後々課題に終われて大変なことになる。またアメリカの大学生は日本とは違ってグループ活動やディスカッションてたくさん意見をする。聞くだけでなくしっかり意見することは大事である。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

図書館は 24 時間開いており、広い為勉強するにはとても良い環境だ。エッセイの書き方をアドバイスしてくれる場所もある。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

私は GSF という、海外から来た学生のコミュニティを広げたり支援する活動があり、そこで様々な国から来たたくさんの友達を作ることができた。その人達と一緒にスポーツをしたり遊びに行ったりしていた。また、フリスビーのサークルに入り、練習したり試合に参加したりした。このおかげでたくさんの現地大学生と交流を持て、たくさんの経験をすることかできた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

寮で過ごしたが、ほとんど旅行に行っていた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

今ドルが高く何をするにも買うにもお金がものすごくかかるため、自炊は大切だと思う。また、ルームメイトと良い関係を築くことも大事だ。もしどこかに出かけた時、自分の食べるもの飲み物などはしっかり目の届くところにおくべきだ。夜 1 人で歩かないといけない時は、車で送ってくれる大学のサービスを利用すべきだ。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

やはり、親がいないところで 1 人で生活するのは本当に親のありがたみを感じることができ、自分を成長させることができると思う。また、勇気を出して何事にも挑戦することでたくさんの友達を作ったりできるので、英語力も伸ばせるため大事だ。私の場合フリスビーに参加したことは本当にこの留学生活において良かったところだ。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学を経験できたおかげで、世界にはたくさんの人や文化、価値観があり、自分が考えていることを当たり前だと思わず、人の話をよく聞き、尊重することは大事だと思った。留学のおかげでリスニング力はとても向上したと思うが、まだスピーキングは課題がたくさんあるので、できた友達と連絡をとり、英語を話すことを止めないようにしようと思う。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

ハウジング、ミールプランが一学期で約 80 万　二学期間で 160 万円、キャンパス保険が一学期間で

2023 年度　長期留学帰国報告書

約 20 万　二学期間で 40 万、航空券（アークスリー）約 55 万（変更費用込）、日本の保険が 30 万くらい、生活費 46 万、旅行費 30 万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

勉強も大事ですが、滅多に経験できないことなので楽しんでください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

教師になる予定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	英語＆リベラルアーツ留学
留学先大学	Old Dominion University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	ビジネス・哲学・言語学
各学期の合計履修単位数	前期 12credits，後期 12credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Life, Death, and Meaning/Sales Techniques/Advertising and Promotion/Oral Communication and Literacy Language, Culture, & Society

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

「Life, Death, and Meaning」 この授業では各時代の哲学書や小説・詩を通して人生や死について考えるという授業です。私は 4 技能の中でも特に読むことが苦手です。この授業では、予習として課題図書を読みそれに対する考えを書いて課題として提出しなければいけません。週 3 回授業があり、毎授業前に提出しなくてはいけないので、慣れるまでは本当に大変でした。しかし、最後の頃になってくると読むスピードも上がり日本語訳にしなくても英語で理解できるようになりました。そして期末テストの代わりであるレポートで満点を取ることができました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最も困難だったことは授業を理解することです。ビジネスや言語学の授業はパワーポイントを元に授業が進められていき、スライドは事前にみることができたので予習が可能でした。しかし、スライドには書かれていない例やポイントなどは全て口頭で説明されました。また、哲学の授業はスライドがなく、教授の質問に生徒が答え、グループディスカッションをすることがメインだったためとても難しかったです。なので、教授に録音をしていいか聞き、許可を得て授業中にノートを取るだけでなく録音もしました。授業内で理解しきれなかったことはその録音を聞いて復習していました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

全ての課題ややるべきことを後回しにしないことです。例えば、現地の学生と同じ課題として読書感想文を出されたとき、課題図書を読むだけでも他の人と比べて時間がかかります。レポートを書くにも、正し

い語彙や文法を使ってすぐに書くことは難しいと思います。早めに取り汲むことで現地の友達に添削してもらい、教授に聞きに行く余裕ができます。グループディスカッションが苦手な方は、自己紹介の時に自分は留学生であり聞き取りに自信がないのでゆっくり喋ってほしいとお願いすればいいですし、自分の意見が相手に通じなければ相手がそれってどういう意味？と聞いてくれるので慌てず自分の言葉で説明すればいいと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

大学の建物には勉強できる場所があります。図書館にはスタディールームという個室があり、ウェブサイトから予約することで利用できます。又、レポートや論文を書くためのサポートをしてくれる場所も図書館内にあります。そこも予約が必要ですが、その場所をでは自分が書きたい論文にはどんな本が必要なのか、どんな語彙を使えば自分の意見がはっきり伝えられるレポートになるか教えてくれます。コピー機も有償ですがいろんな建物内にあり、ウェブサイトで文書を登録・お金の購入をすることで、コピー機に学生書をかざすことで使うことができます。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

カンバセーションパートナーという週に一回会って、英語で会話するというものに申し込みをしました。前期は二人、後期は一人とパートナーになり練習を行いました。話す内容は決められていないため、自分が興味ある話題や、課題のチェックをお願いしていました。それ以外にもお家に呼んでもらって夜ご飯を食べたり、美術館に行ったりと様々な経験をさせて頂きました。現地の生活や考え方に触れることはとても新鮮でした。今回パートナーになった方がキリスト教の方だったので一緒に教会に行き、その場で感じた雰囲気は日本では感じることができないものだと考えます。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

日本に帰国することはありませんでしたが、秋にディスにワールド、春にニューヨークとワシントン D.C に旅行に行きました。旅行以外は寮で生活をし、大学で仲良くなった友達と遊びに行くか、部屋で休んでいました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

ミールプランを利用しているひとは積極的に使う方がいいと思います。ミールプランは自費ですが、自炊に慣れている人だとミールプランの存在を忘れて最後に余らせてしまう可能性があり、もったいないです。もし、ルームメイトがいて問題や気になることがあればすぐにルームメイトと相談してみてください。もし、解決

しない場合は我慢せずに RA や現地の留学アドバイザーに連絡して部屋を変えてもらいましょう。仲良くなって本当に信頼している人とな遊びに行っても大丈夫ですが、ナンパなどには気を付けてください。学内でも夜中にはあまり一人で出歩かないようにしてください。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

自分自身の成長に最もつながった経験は後期の現地の学生と一緒に受けた授業です。後期取っていた 4 つの授業のうち、哲学の授業は日本人学生一人だったため最初はとても不安でした。全て口頭で説明される授業であり最初教授の言っていることも 100%理解することができませんでした。又、教授の英語が分かるようになっても生徒の英語はさらに早くディスカッションで自分の意見を求められるとすごく緊張しました。しかし、何回も授業に参加することで自然と聞き取れるようになりました。哲学書を読みレポートを頻繁に書く授業だったため、4 技能全て向上させることができたと感じています。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

アメリカでの生活を通してすべて知ることができたわけではありませんが、そこに生きている人々の考えや歴史を学べたことはこれから就職した後も多くの人と関わる上でとても重要で有益な経験でした。又、環境が違うことで授業スタイルや生活習慣も変わりこういう生き方もあると新しい観点から人生を見直すことができました。将来はこの経験や授業で学んだことを活かして、多くの人と関わり、人種や言語関係なく皆が幸せに暮らせる手伝いをできる職業に就きたいと考えています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券約 30 万/ビザ申請費 3 万円/保険(日本)20 万円/キャンパス保険(アメリカ)1735 ドル/ハウジング 3878 ドル/ミールプラン 1077 ドル/教材費 5 万円/お小遣い(食費+交際費)月 5 万円/旅行 2 回(飛行機＋ホテル)15 万円/(8 か月)

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

もし、同じプログラムで日本人と行くことになれば、日本語を話してしまいたくなるかもしれませんができるだけ英語で話す努力をしましょう。そうすることでより英語力が身につくと思います。もし、話したいけどその単語が英語で分からない場合は例を挙げていろんな方法で伝える努力をしてみてください。相手も理解しようと努力してくれているのであなたの努力は決して無駄ではありません。又、英単語を調べて実際に話に盛り込むことで正しい使い方を学ぶことができます。アメリカでしかできない経験をたくさんして、自分から積極的にイベントに参加してみてください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

日本と海外を繋ぐ仕事につきたいと考えているので、貿易や運輸業界に興味があります。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語国際学部英語国際学科
学年	3
留学プログラム	英語＆リベラルアーツ留学
留学先大学	Southern Cross University
留学先国	Australia
留学開始日	2023 年 10 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	1 学期目は English Language Program を受講しました。2 学期目には メディア学、国際関係学、先住民学の授業を受講しました。
各学期の合計履修単位数	2 学期：48 Credits

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Media Studies/Indigenous World-Views/Australia, Asia and the World

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

わたしが留学中最も成果を発揮したのは、Australia, Asia and the World という科目です。この授業では主に、オーストラリアとアジア・世界との関係性について学んだのですが、同じクラスには日本人のほかにアメリカ人とオーストラリア人がおり、日本について聞かれるたくさんの興味深い質問にしっかりと答えることができたからです。またプレゼンテーションでは、ニューカレドニアで起きている脱植民地化運動について発表し、先生からいい評価を貰えることができました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

わたしが学習面で一番困難だったことは、Indigenous World-Views という授業です。この授業はアボリジニやほかの先住民について学び、知識や理解を深めることを目的としていたのですが、自分なりに熟考して提出した課題に Respect for Indigenous People (先住民への敬意が足りない)というフィードバックを受けたときは困惑しました。ですが次の課題では、先住民の生き方や文化がどのように非先住民の生活にいい影響を与えているかについて分析し、自分との価値観の違いを認めることでいい評価を貰うことができました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

私の留学先大学では授業以外のセルフスタディも重視されていたので、そういった時間を有効に学習を進めていました。また、授業は予習されていることが前提で進められており、質問もよくされるので、それに対応できるようにしっかり理解できるまで勉強することが大切です。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

メンタルケアサービスや学習面の不安を取り除くためのカウンセラーを利用できるサービスなどがありました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ビーチバレーボールクラブに参加し、いろいろな国籍の人と一緒にスポーツを楽しむことで異文化理解が深まりました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

私の留学先大学では、留学期間の 8 カ月の間に 2 週間の休みが 2 回と、1 カ月の休暇が 1 回ありました。初めの 2 週間の休暇では同じくオーストラリアに留学していた友達とシドニー2 泊 3 日、ブリスベンに日帰りで旅行に行きました。1 か月休暇では日本に一時帰国し、家族や友達とゆっくり過ごしました。2 回目の 2 週間の休みでは、ステイ先から近くの観光所に行ったり、カフェに行ったりして過ごしました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

Uber などの車の乗り合いサービスではなく、きちんとした会社のタクシーを利用する。夜間に出歩かない。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学生活で最も成長につながった経験は、ホストファミリーとの交流だと思います。ホームステイを 2 回経験したのですが、ファミリーとの日常生活を通じて言語力が飛躍的に向上したと思います。特に、2 回目のフィリピン家族とのコミュニケーションは初めは苦労しましたが、徐々に自信を持ち、実際に使うことで言語の習得が進んだことを実感しました。また、生活する上での文化的な違いや食の違いも、理解することができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は、異文化理解を深め、国際的な視野を広げたいと考えておりました。今でもその考えは変わっておらず、留学を通して身につけた異文化理解と国際力を生かして、世界をつなぐ人間になりたいと思っています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

航空券往復×２　２７万/ビザ申請費８万/海外旅行保険　５　万/キャンパス保険＆入学費　９　万/OSSMA 加入費 3 万/ホームステイ４か月約 65 万/寮費４カ月約４０万/その他（食費、旅行費、交際費）70 万　　合計 230 万/8 カ月/スカラシップのため授業料は免除

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

保険やビザ、留学先大学への入学手続きを早めにし、何を持っていくのかもしっかりと考えてください。案外留学先で手に入る日本製のものも多いので、それらを確認し、荷物は少なめにするのがおすすめです。また、向こうの方に日本やアニメについて聞かれることが多かったので、日本の歴史、政治の問題や、アニメの知識があれば会話が広がって楽しいと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

第一は語学力が上達したことです。そして自分の中で一番向上したと思うのは、いろいろな価値観・文化を理解し、尊重する力です。８　カ月の留学期間の中でたくさんの国籍の人と出会い、時には一緒に生活をすることで、日本に居ては絶対にできない体験や、価値観をみにつけることができました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　航空・観光業界に興味があるため、これらの業界を中心に就職活動に励みたいと思っています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	4
留学プログラム	英語＆専門留学
留学先大学	University of Colorado
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	English and Business
各学期の合計履修単位数	春学期 21.2　秋学期１２

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Level5 Listeining and Speaking/ Level5 Writing/ Business English/ Level5 Reading/ Level6 Readi

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Communication Strategy, ビジネスにまつわるコミュニケーションについて勉強しました。日々のリーディングだけでなくプレゼンの機会も多くあり、現地の学生とコミュニケーションを多く取りました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

グループディスカッションの機会が多い授業を重点的に取っていたため、グループワークが多く現地のネイティブの英語を理解し、自分の意見を言うことに苦労しました。具体的な対策としてはわからないことは臆することなく質問し、下手でも自分の主張を述べようとする姿勢を見せ続けると言う継続力で対処しました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

初めは現地の早い英語に苦労するかもしれませんが、何度もめげずに質問しわかるところを徐々に増やしていければ自信がつくと思います。また、自分のわからないところを質問するための英語を英語で質問できるようになれば成長速度も上がると思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

私は宿題の質問のためにオフィスアワーを頻繁に利用しました。わからないところが多い教科もあったのですが、オフィスアワーでは焦ることなく自分のペースで勉強できますし、英語力も伸びるのでおすすめです。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

JSA（Japanese Students Assosiation）に参加し、そこでの交流で授業以外での友達を見つけました。週末はホームパーティーに参加したりと楽しい日々を過ごせました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

ジムにいったり、自分の部屋でユーチューブなどを見ていました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

していません

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

自分が行った州は基本的に日本と同程度の安全性であったためそれほど心配はしていませんでしたが、なるべく団体で行動するようにはしていました。

１０．留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

１１．今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学での経験と広い価値観を基に日本と海外の文化や価値観を交流する際の間に立てる人材になりたいです。

１２．留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

２５０万円

１３．留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

【就職活動について】

１４．留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．具体的な就職活動

ボストンキャリアフォーラムと面談

2023 年度　長期留学帰国報告書

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

コミュニケーション能力、進んだ価値観、挑戦し続ける勇気

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定、就職活動を続けて就職したいです。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	4
留学プログラム	英語＆専門留学
留学先大学	Western Sydney University
留学先国	Australia
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	7/1/2024
留学先での主な履修分野	Social Science と Psychology
各学期の合計履修単位数	大学では一科目 10 単位で四科目履修したので４０単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

English for academic purposes 4&5/ Issues in world development: rich world, poor world /Diversity,　language and culture/　Human rights, peace, and development/ Positive psychology: the science of happiness and resilience and wellbeing

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

大学での勉強は大変だったので成果はわからないが、Human rights, peace, and development のクラスでは、世界に目を向け人々の持つ権利や自由について学び考える良い機会となった。現在、世界で起こっている紛争や問題に目を向けて人々の人権をどのようにして保護されるべきかを考える機会になった。また、世界だけでなく自分の国である日本の抱える問題などを再認識することができた。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

大学に入ってからの Tutorial の授業では基本的にグループワークやディスカッションが多く、自ら発言するのが難しかった。話し合いの際、内容があまり理解できなかった時はわかったふりをするのではなく、きちんと友達に聞き返して理解できるまで教えてもらうのが大切だと学んだ。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

私の履修していた授業の課題はレポートやエッセイが多かったので、提出期限よりも早くから取り組み始めないと期限ギリギリに大変な思いをすることになるので計画的に進めることが大切である。また、グループワークでは自分のわからないことを、きちんと他の人に伝えることが重要である。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

困ったことがあれば Student Services Hub に行けば解決を手伝ってくれる。また、study smart には学修サポートをしてくれるサービスがいくつかある。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

週に一度日本語ボランティアへ行き、アシスタントとして生徒たちと交流した。適応力やサポート力を得ることができたのではないかと感じる。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

メルボルンへ旅行に出かけた。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

危なそうな人にはなるべく近づかない。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

日本人だからとか留学生という理由でクラスメイトは特にフレンドリーに話しかけてくれるような事は無いので、自ら進んで話しかける必要がある。なので特に大学が始まったばかりの頃は友達を作るのが難しかったが、徐々に話しかけれるようになり、以前よりも主体性や働きかけ力が養われたのではないかと感じる。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学に行く前と比べるとリスニングやスピーキングのようなコミュニケーションに必要なスキルが向上したように感じるので、それらを日常的に使い続けるようにして英語力を維持できるようにする。関西外大に来ている留学生と交流してみたいなと考えている。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券　18 万円/　海外旅行保険　20 万円/　キャンパス保険　/　住居費　月 12 万円　/　食費　月 2 万円　　合計 200 万円/　10 ヶ月間/　スカラシップ

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

自分から人と関わろうとする努力が必要である。また、オーストラリアにはアジアンスーパーがたくさんあり、日本の食べ物や調味料が簡単に手に入るので、日本からそんなに食べ物は持っていかなくてもいい。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

さまざまな人種やバックグラウンドを持つ人々との交流を通して多文化社会を経験し、異文化理解をよりできるようになったと感じる。また、コミュニケーションスキルも向上した。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定　就活をするか悩んでいる

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語キャリア学部英語キャリア学科
学年	4
留学プログラム	英語＆専門留学
留学先大学	Southern Cross University
留学先国	Australia
留学開始日	2022 年 10 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	国際関係論、教育、民族
各学期の合計履修単位数	１学期目：語学学校/ ２学期目（Term 1）：24 credits/ ２学期目(Term 2): 24 credits

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Foundations of English and Literacy: More than Words/ Media Studies/ Indigenous World-Views/　Australia, Asia and the World

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

最も学習成果を得ることができたと思う科目は Australia, Asia and the World です。この授業では、オーストラリアのアジアに対する見解や両地域の歴史などについて学びました。その中で、アジア人として授業内で意見を聞かれることも多くあり、自分の意見を主張する貴重な経験になったと思います。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

２学期目は、授業の予習を必ずしないといけなかったため self study の時間を多くとる必要がありました。主に予習として、動画の視聴や reading があり、すべての範囲を完璧にこなすのがとても困難でした。そのため初めの授業では多くのことを詰め込みすぎてわけがわからなくなってしまったので、ポイントだけをおさられるように意識をして予習をしていました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

あらかじめ課題の提出日や内容をしっかり確認し、その課題の構成を考えながら授業を受けるとアウトラインが書きやすくなり、スムーズに課題に取り組めると思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

とても親切な留学生をサポートしてくださるスタッフさんがいらっしゃいました。設備も図書館はもちろん、学生専用のキッチンが付いている部屋もありました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

大学の横にあるコアラホスピタルで週に１回、コアラの檻を掃除したりエサを変えたりするボランティアに参加していました。日本では体験できない経験ができ、動物のお世話をする大変さに気づきました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇には、シドニーやメルボルンなどの大都市を旅行しました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜遅くは出歩かず、日が落ちるまでに帰ってくること。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

留学全般で、外国ですべて自分で情報を集めて、出来るだけ自分で問題を解決するという経験が私を成長させてくれたなと思います。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

この留学を通して、日本の良さを改めて知ることができました。そのためより強くホスピタリティ関連の仕事に就きたいと思うようになりました。また海外に住む楽しさも知ることができたため、将来海外駐在ができる仕事にも目をみけてみようと思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

都市に住むのであれば食費を入れて約９万/月で田舎であれば約５万/月

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

持っていく荷物について、帰りの荷物の方がやはり多くなってしまうため、服やタオルなどは現地で購入するか、捨てても良いものを持っていく方が良いと思う。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

留学を乗り越えることができたというメンタルの強さと人と話すことが楽しいという気持ち。また日本に帰ってきて人の笑顔や丁寧さを感じたため、私も相手にそう思われるような行動をしたいと思っていること。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

航空関係の仕事に興味があるのでチャンスがある限り、挑戦したいと考えていることと、また英語についてもっと学びたいと思っているため大学院への進学も候補に入れている。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	イベロアメリカリベラルアーツ留学
留学先大学	Colorado State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	ホスピタリティマネジメント
各学期の合計履修単位数	春学期 12、秋学期　15

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Introductory Cultural Anthropology/General Psychology/Introduction to Hospitality management/Introduction to sociology/fashion industry/Survey of Human nutrition/Health and Welnness/Introduction interior architecture and design/Social problem

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Hospitality management/ホスピタリティ産業の様々なセグメントの要素や性質などの紹介、産業内の変化や成長き影響を与えるの内外の力、ホスピタリティ業務、収益性やマネージャーの財政責任などの基本的理解、業界の運営構造と、所有権の方法、業界を形作っている環境問題、技術問題、消費者問題、商業フードサービスの広範な概要、ホテルと宿泊部門を形成する経済的及び競争力、接客業における顧客サービスの影響、権限付与、委任、意思決定、時間管理についての理解。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

1 対 1 での会話は理解できても、グループワークなどネイティブの学生同士のスピードが早く、スラングなど慣れない言葉の混じった会話に入るのが難しかった。知らないことでもできるだけ流したり知ったかぶりするのではなく、わからないことをわからないと言える勇気が大切だと思う。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業内で最低 1 人は友達を作り、わからないことなど手助けを求めれる状況を作ること。グループワークは特に入っていくことが難しいが積極的に最低一言でもいいので毎時間目標を作って参加すること。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

N/A

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

学校の様々なイベントに参加し、留学生や現地の学生と交流し、英語力はもちろん積極性やコミュニケーション能力などを得た。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

友人の元に旅行も兼ねて泊まった。旅行に行った。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

基本的に自分の貴重品には常に気を配ること。旅行などでは行く先々で治安状況などを下調べすること。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

1 人旅行。異国の地で言語から交通ルールまで慣れない環境の中で全て自分の力で旅行したことで、自分の積極性、計画性、英語力の成長を実感した。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

長期留学を体験してより英語に対する興味、モチベーションが上がりもっと英語を使用する生活をしたいと強く感じた。留学前は自分に自信がなく不安が大きかったが、語学力はもちろん、留学を通して積極性、適応力、挑戦する力、コミュニケーション力など様々なスキルが身につき、自分に自信がついた。また、お店での接客や飛行機の中での対応など少しの文化の違いなどから日本のホスピタリティの凄さもホスピタリティに対する興味も深まったため、将来は英語を使用して沢山の人に満足してもらえるサービスを提供できる人材になりたいと思いました。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 37 万、住居費約 10 万/月、保険料約 13 万、その他/9 ヶ月

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

目的、目標を持って努力すること。積極的に何事もチャレンジすること。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

はい

１５．　具体的な就職活動

N/A, ES 入力

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

コミュニケーションスキル、挑戦する力、英語力、コツコツと努力する力、適応力、柔軟性

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部スペイン語学科
学年	4
留学プログラム	イベロアメリカリベラルアーツ留学
留学先大学	Universidad de las Américas Puebla
留学先国	Mexico
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	国際関係
各学期の合計履修単位数	36 単位

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Manifextaciones culturales del mundo hispano / Lengua y Comunicación / Cultura y Sociedad / Arte prehispánico del centro de México / Fundamentos de Mercadotecnia / Fundamentos de Relaciones Internacionales

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Fundamentos de Mercadotecnia / マーケティングの基礎について学ぶ科目。企業についてどのように分析し、売り上げを上げるためにどのような戦略をたてることが効果的かなどを学び、実際にいくつかの企業について分析した。NIDO というブランドを分析した際には新たなサイズ、形で販売する方法を提案した。この科目では、9.8/10 の成果を収めた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

先生が授業資料や黒板を使わず、ただ話し、生徒がそれに答え、講義のようなものが自然とはじまっていく形の授業は、リスニング力、情報整理能力が必要とされ、理解し、自分の考えを考えることが困難だった。録音して何度も聞き、理解することに努めた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

先生に直接質問をしに行くと、的確で正確なアドバイスがもらえ、自分の授業に向き合っている姿勢もアピールできるので、おすすめだ。グループワークは、語学的についていけない部分も多いので、レポートを書いたり発表することよりも意見を出すことに頑張って参加すると参加しやすいと思う。

5．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

履修内容などに困った際は、インターナショナルオフィスに行くと相談にのってもらえる。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

イベントごとには積極的に参加した。例えば、メキシコでは、死者の日が有名なので、11 月 2，3 日には伝統的な文化が色濃く残っているミチョアカン州を訪れ、実際に家族のお墓を飾り、祝っている現地の人の家を訪れた。映画やテレビなどで見るメキシコが実際にはどのような場所なのかを体験し、どのような文化を大切にしているかを学ぶことができた。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

一か月間ヨーロッパで一人旅をした。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

自分の荷物から目を離さないこと、そして知り合いであっても信用しすぎず自分の物は自分で管理すること。また、現地の人に危険な地域について聞いたり、現地の人と行動することを心がけるとよいと思う。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

引っ込み思案で内向的な性格の私だが、現地の旅行会社が主催し、大学の人が多く参加するミチョアカンの泊りツアーに思い切って一人で参加した経験。自分からツアーに参加しているコロンビア人に声をかけ友達を作ることができた。両国の社会の話をしたり、メキシコの家族を大切にする文化を学べ、すごく成長できた経験だった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前は海外に行ったことがなかったため、とても狭いコミュニティで単一な人種の中過ごしてきたのだと感じた。国籍や性格、ファッション、考え方などにおいて本当に様々な人がいるということをすごく経験できたので、これからは、普通というような概念はなくし、様々な意見を尊重できるようにし、自分ならではの考え方も持てるようにしたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復旅行券 30 万/海外旅行保険 20 万/フルスカラシップのため、住居費・食費（土日の夜以外）は大学が支給/Jasso からの給付奨学金として、一か月 6 万円の支給

2023 年度　長期留学帰国報告書

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

一年という期間はとても短いです。海外の人はフットワークが軽く体力がある人が多いです。遊びに多く誘われると思うので、体力やメンタルと相談することも大事ですが、迷った時は頑張っていってみてください。留学は、どれだけ話すかが重要だと改めて感じました。また、自分に期待しすぎないことが自分を楽にさせてくれます。自分はネイティブじゃないから間違えて当然、と考えられるようになると助けも求めやすくなります。はじめは、話してくれる人が貴重だと感じることもありますが、焦らず、自分に合った友達を探してください。話したいという思いがモチベーションになります。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

柔軟性/現地の人と生活することが多かったため、今までの当たり前が当たり前でなくなり、予想していないことが起こることも多々あった。そのような時でも、臨機応変に対応し、目的を達成することに努めていた。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定/日本に帰国後、インターンに参加し、2026 年卒の就活生と同時期に就職活動をする。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部スペイン語学科
学年	4
留学プログラム	イベロアメリカリベラルアーツ留学
留学先大学	Universidad De Las Americas Puebla
留学先国	Mexico
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	歴史・芸術
各学期の合計履修単位数	36

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

Lengua y Comunicación/ Arte Prehispánico del Centro de México/ ArteMedieval

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Arte Medieval/ この授業では中世ヨーロッパの歴史や芸術にについて学習しました。美術作品に表れる歴史的、宗教的背景を分析してプレゼンやエッセーなども行いました。具体的にはルネサンスやその時期に至るまでの起源（北欧、アジア、ゲルマン民族の移動など）を学び、それぞれの美術作品や建築から特徴を分析しました。成果は現地人学生対象の授業にも関わらず 10 点中 10 点の満点を頂きました。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

留学生活始まってすぐの現地学生対象の授業で宿題も聞き取れなかったときに少し絶望を感じたことです。しかし、それをきっかけにメキシコ人の友達を作り、宿題や授業内容の確認を行ってもらいました。そしてわからないことを聞ける友達を一クラスに一人以上、最初の授業で作ったり連絡先をもらったりして対処しました。また、先生にも最初の授業で留学生なのでこれから助けていただけると嬉しいです、という旨を伝えて授業の内容や宿題の確認を行ってもらいました。メールもたくさんして助けていただきました。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業で分からないことは友達か先生に基本的に聞きます。先生は必ず喜んで聞いてくださると思いますが、同じ友達に聞きすぎるとめんどくさいと思われてしまうかもしれないのが現実だと思うのでなるべくたくさんの友達を同じ授業内で作っておくのが最適解だと思います。最初の方のグループワークでは自分だけ話の流れが理解できないかもしれませんが聞くしか解決策はないので友達に聞いて自分ができることを精一杯やることで現地の子も認めてくれると思います。外国人（少なからずメキシコ人）は時間にルー

2023 年度　長期留学帰国報告書

ズなのでプレゼン前日になっても何もやってないことがありますが、少し促したりしつつやることがコツだと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学修サポートサービスは特にありません。担当の先生によっては時々相談に乗ってくれたり授業についていけているかを聞いてくれたりしますが、ほとんどは自分から相談しにいかないとありませんでした。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

高校生向けのオープンキャンパスで日本のブースを設けてもらい、折り紙や習字の筆で現地の子の名前をひらがなで書いてあげたりしました。日本の文化は思っていたよりも人気でオープンキャンパス以外にも何回か日本の文化を広める機会を先生方や国際交流部の方々が設けてくださりました。そこで日本に興味を持っている人でもアニメ以外を知っている人が少ない印象だったのでアニメ以外の文化もこれから教えてあげる人になりたいと思いました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬休みの一か月間ヨーロッパに一人旅をしに行きました。スペインとドイツに行き休みの期間も様々な文化に触れることができたと思っています。一人で旅行もしたことなければ、ヨーロッパにも行ったこともなく、一か月間一人で過ごしたこともなかったため、とてもいい経験になりました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

［留学生活面］健康が一番だと改めて思いました。健康でないと、友達を作りに行くこともできませんし、行動が制限されてしまいます。しかし海外では衛生面や気候、ストレスで体調を崩す機会が日本よりはあると思います。体調の悪い期間は自分を追い詰めることをせず、まず休むことを優先しましょう。

［危機管理方法について］夜に外出する際は現地の子かその土地を知っている子と行動します。基本一人では出歩かない方が良いと思います。自分で危険な道やエリアを把握して行動することをすすめます。UDLAP では大学の外の通りは毎晩セキュリティの方々が大学まで付き添ってくれていましたが自分で責任をもって行動しましょう。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

「自分の人生を楽しむ」というメキシコ人の生き方を吸収することができたことが一つの自己成長です。メキシコ人と共に生活をしていて気づきましたがみんな自分の人生を豊かにするために勉強もしますし、自

分が好きだと思う人と関わります。これらは一例ですが日々の生活をしていてこれらに気づくことができました。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前はストレスに弱く上手に対処する力を備えていませんでしたが、たくさんの留学での失敗や経験からストレスに負けていてばかりでは時間をうまく使うことができなかったので効率的に対処できるように工夫しました。そのため、仕事やこれからの生活でコンフォートゾーンから出た時でもある程度のタフさを持って行動できると思います。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券約 30 万、海外旅行保険 20 万、教材費無し、旅行費 80 万。フルスカラシップのため住居費、食費は大学支給。JASSO 奨学金機関から毎月 6 万円の支給。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

一年はあっという間に過ぎるので毎月目標をもって生活することをお勧めします。まず日本と全く違う文化の国に来て辛いことがないはずがないので、落ち込むことは必ずあります。その時の対処の仕方で自分が公開のない留学にできるかどうかが決まると思うので、落ち込んだ時はあまり深く考えず具体的な策をその都度考えて、自分自身を成長させる機会にもしてしまえばよいと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

この留学生活を通して、スペイン語スキルの向上はもちろん、メンタルの強さつまり、何回失敗しても立ち上がることのできる精神や、ポジティブさが身に付いたと思います。一学期目は落ち込むことが多く、それが悪循環となって行動に移すことができなくなっていくことが多かったのですが、それを理解してから強い精神で何事にも立ち向かうことができました。問題解決能力も上がったと感じています。それは留学生活中に今までの人生で起きたことのないような問題に出会いその都度すべてスペイン語で処理していかなくてはならず必然と一人で解決する能力を身に付けたと思います。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

未定です。今のところ外務省のメキシコ留学に再度応募したため、合格した場合留学に一年行き、不合格の場合来年度に就職できるように就活を行っていきます。具体的な業界は車のメーカー、または商社を希望しています。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部スペイン語学科
学年	4
留学プログラム	イベロアメリカリベラルアーツ留学
留学先大学	Universidad de Nebrija
留学先国	España
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	スペインやヨーロッパの現状（EU 情勢やスペインが抱える移民問題、女性の活躍など）、政治、スペイン語文学作品の分析、スペイン美術史、DELE、など
各学期の合計履修単位数	60 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

CÓNVERSACIÓN Y COMPOSICIÓN/ ESTUDIOS DE LA DENGUA ESPAÑOLA/ PREPARACIÓN PARA EL DELE/ LENGUA AVANZADA/ NOVELA ESPAÑOLA CONTEMPORÁNEA/ SOCIEDAD ESPAÑOLA CONTEMPORANEA/ ARTE Y CIVILIZACIÓN/ ARTE EN EL MUSEO DEL PRADO/ CINE ESPAÑOLA

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

私がスペインに留学し、成果を感じることができた科目は、主に NOVELA ESPAÑOLA CONTEMPORÁNEA（スペイン語文学作品の分析）、SOCIEDAD ESPAÑOLA CONTEMPORANEA(現代スペイン社会)、ARTE Y CIVILIZACIÓN（芸術と文明）の三つです。文学作品の分析を通し、スペイン人の根底にある哲学を学びましたが、ここで扱った作品の著者を留学前準備教育で学んだため、より理解が簡単でした。他の二科目と合わせて、日本や他国の国民性や宗教と比較としてクラスメートと考えを共有する機会を獲得できました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

私が留学中に困難だと感じたのは、現代スペイン社会の授業で、「スペインではこのような問題があるが、日本ではどうか？」という質問をされたときでした。宗教や文化、社会構造、価値観が異なるため、前提から説明しなければならなず、専門的な政治用語を説明するための語彙力が不足していると感じる場面も多かったです。クラスメートの中には、政治や経済を専攻する学生が多くいたため、学期開始時はついていくだけで苦労しました。これらを解決するため、ホームステイ先で一緒に住むルームメイトやホストマザーと、授業で分からなかった点を話して、解説が書かれたオンラインニュースサイトを教えてもらいました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

グループ課題は、早いうちに分担を決めることが重要です。ある科目で、スペイン人にアンケートをとる必要がありましたが、メンバーの中には非協力的な学生がいたため、しばしば手を焼いていました。そうした不測の事態も起こると予想し、他のメンバーがカバーできる余裕を持ったスケジュールを組むべきだと思います。また、芸術や文学作品の授業などは、専門用語が次々と出てきます。少しでもわからないと思ったとき、私は積極的に質問していました。私は、この姿勢も重要だと考えます。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

Black Boad を利用した Campus virtual というツール、デジタル学生証などを利用するための Nebrija app があります。キャンパスはメインキャンパスのほかに、アシスタントや先生が常駐する Edificio D, 普段留学生が学ぶ Valle Hermoso があります。キャンパス内には、無料で利用できる図書館やパソコンルームがあります。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業時間外では、Nebrija 大学で仲良くなった多国籍の友人や、ルームメイトと出かけたり、それぞれが自国の料理を作るパーティーを開いたり、ホストファミリーやルームメイトに日本食をふるまうこともありました。特に、食事をふるまった際は、「いただきます」や「ごちそうさまでした」という日本独自の文化について説明したり、反対にスペインやドイツ、タイ、イタリア、アメリカ、中国、韓国の文化や言語に触れる異文化交流ができました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

冬の長期休暇は、留学中に一番仲良くなった中国人の女の子と一緒に、イタリアの 4 都市を旅行しました。私も彼女も芸術が好きで、前学期には ARTE Y CIVILIZACIÓN という授業で、スペインやヨーロッパの前史から近現代に至る建築を一緒に学んだため、旅行中は知見を大きく広げることができました。また、旅行中に出会ったイタリア在住の日本人の方と交流し、異なる文化圏で生きるという経験談をお聞きしました。また、スペインの北部へも旅行しました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

まず、常にニュースを確認したり、ホストマザーと情報共有を欠かさないことです。少しでもおかしいと感じ

たら、文化の違いで納得せず、Nebrija 大学のアシスタントの方に相談することも、有効な手段だと思います。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

私は、ホームステイが一番成長を促した要因だと思います。今回の留学は、人生で初めての海外生活であり、他人と衣食住を共にするという、何もかもが新しい経験でした。そのため、出発前は、「大人数と揉め事もなく生活できるだろうか？」「ホストマザーやルームメイトとうまくコミュニケーションが取れるだろうか？」など、多くの不安がありましたが、家に着いたときに、それらすべてが杞憂であったことがすぐにわかりました。家で必ずスペイン語を話すため、言語の上達も早く、ホストマザーに褒めてもらうことが多かったです。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

スペインでは多くの日本メーカーを見かけることが多く、日本の文化を愛してくれる人に出会うことができました。そのような働き方で、日本とスペインをつなぎ続けることも、とても魅力的だと感じました。一方で、授業で日本とスペインには多くの共通点があると分かりました。これらについて、さらに研究をしたいという気持ちも芽生えました。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 38 万/教材費 2 万/旅行 60 万（お小遣いを含む）/フルスカラシップのため、住居費・食費は大学支給

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

様々な国籍の人と接し、そのような機会を逃さないでほしいです。お互いの経験や知見に基づいて、助け合うことができるので、人とのつながりを大切にすることは、留学後でも自分に良い影響をもたらしているなと感じます。また、ホストファミリーやルームメイト、友人らと良い関係を保つには、常に学びの姿勢を持ち、「心の壁は作らないが、礼儀を忘れない」ことだと言えます。言語の壁は、慣れてしまえば簡単に超えられますが、精神的な距離感があると、相手は感じ取って心から仲良くはなれません。また、一緒に住むホストマザーやルームメイトには、感謝しながら接するのが重要だと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて

2023 年度　長期留学帰国報告書

記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

大学院への進学も視野に入れております

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部スペイン語学科
学年	4
留学プログラム	イベロアメリカリベラルアーツ留学
留学先大学	Universidad de Nebrija
留学先国	Spain
留学開始日	2023 年 9 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	歴史、政治、言語学
各学期の合計履修単位数	2023 秋学期：30ECTS 2024 春学期：30ECTS

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

TEMAS ESPAÑOLES DE ACTUALIDAD/ESPAÑA CONTEMPORÁNEA/ARTE EN EL MUSEO DEL PRADO/NOVELA ESPAÑOLA CONTEMPORÁNEA/LENGUA AVANZADA II/CONVERSACIÓN Y COMPOSICIÓN/LENGUA ESCRITA/LENGUA AVANZADA I/PROBLEMAS ESPECÍFICOS DE GRAMÁTICA/CINE ESPAÑOL Y SOCIEDAD

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

PROBLEMAS ESPECÍFICOS DE GRAMÁTICA/LENGUA ESCRITA　主に上級文法を扱うクラス。 4 技能を偏りなく学ぶクラスであったため、より実践的なスペイン語を身に着けることができた。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

交換留学先の大学では、授業のほとんどがスペイン語で行われていた。私のスペイン語のスキルは日常会話程度で、学術的な内容や専門用語を理解するのは非常に難しかった。例えば、授業で使用される教科書や講義資料も全てスペイン語で書かれており、ネイティブの先生の説明も速いペースで行われるため、理解が追いつかないことが多々あった。この問題に対処するために、スペイン人の友人を作り、できるだけ多くの時間を会話に費やした。これにより、実際の会話スピードや発音にも慣れることができたと思う。この経験を通じて、困難に直面したときには諦めずに様々な方法を試みることの重要性を学んだ。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

海外の授業は、授業中に挙手をして発言する機会が日本にいるときよりもはるかに多いため、積極的に参加することが求められる。自分の考えが合っているか間違っているかに関わらず、自分の意見を持ってそれを他人に分かりやすく伝えることが大事になってくる。

2023 年度　長期留学帰国報告書

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

スピーキングパートナー制度や留学生が交流できるラウンジがあるので、授業外でも言語能力や異文化理解の能力の向上を図れる。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

課外活動として、学校の先生と有名な美術館を訪れるという機会があり、実際に授業で習ったヨーロッパ美術を視覚的に感じることができ、ヨーロッパ絵画ならではの特徴に触れることが出来た。また、美術館での他国の留学生とのフィールドワークを通して、ともに絵画やそれが描かれた背景・歴史についてディスカッションを行い、様々な視点からの考察のし合いを実践することの大切さを学んだ。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

スペイン国内外を旅行しながら、各旅先でホテルまたはホステルに滞在。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加なし

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

深夜などの夜間は暗い裏路地や一人で歩かないようにする。 常に周りに注意を向け、怪しい人が潜んでいそうな地域や場所には近づかない。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

スペインマドリードは、歴史的に多様な人種や文化が交錯する場所であり、その影響は現代にも色濃く残っている。この都市での生活を通じて、私は多様な文化背景を持つ人々との交流を経験し、それによって、より深い理解と尊重を培うことができた。例えば、イスラム圏の留学生と食事をする際、イスラム教では豚を食べることが禁じられているため、慎重にレストランを決めなければいけなかったりと日本では経験することがなかった状況に出くわした。この時に初めてカルチャーショックを受けたのを覚えている。この経験を通して、異なる文化や価値観に触れることで、柔軟に考え、状況に応じて適応する能力が養われた。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前の私はスペイン語を流暢に話す・異なる文化を学び、多様な価値観を理解する・専攻分野における知識を深め、国際的な視点を持つという目標を持っていた。留学ではこれらの目標を悔いなく、余すことなく達成することが出来た。留学を通じて得た語学力や異文化理解を生かし、国際的なキャリ

2023 年度　長期留学帰国報告書

アを追求したいと考えている。具体的には、国際的な企業や機関で働き、異文化間での橋渡し役を担いたいと考えている。スペイン語を活かして、スペインや中南米とのビジネスや交流を促進する役割を果たしたい。国際的な舞台で働き、様々な文化背景を持つ人々と協力しながら、共生社会の実現に貢献することを目標としていきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券 26 万/海外旅行保険 22 万/スペイン国内保険 8 万/教材費 3 万/旅行 65 万/大学からの奨学金（月 8 万）　合計 200 万程度/9 ヶ月/フルスカラシップのため、住居費・食費は大学負担

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

良くも悪くも留学生活は自分次第で楽しい経験、もしくは苦しいだけの生活になるので日々何かを吸収しようとする心構えで挑むことが大切になってくる。留学に行ったからと言って必ず何か成長するわけではないので積極的に自分から何事もやってみるということが留学生活を最高の物にするための必須条件だと思う。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

異文化理解能力、自国（日本）の良さの発信

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

進学希望・予定

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部スペイン語学科
学年	4
留学プログラム	イベロアメリカリベラルアーツ留学
留学先大学	University of the Americas Puebla
留学先国	Mexico
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	国際関係学
各学期の合計履修単位数	春学期：18creditos　秋学期：18creditos

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

春学期：ESPAÑOL III LENGUA Y COMUNICACÍON/ CULTURA Y SOCIEDAD/ CONTEXTO, ESPACIO Y TIEMPO/ 秋学期：COMUNICACIÓN Y GLOBALIZACIÓN/ FUNDAMENTOS DE RELACIONES INTERNACIONALES/ GOBERNANZA GLOBAL

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

後期の授業の COMUNICACIÓN Y GLOBALIZACIÓN、GOBERNANZA GLOBAL はかなり大変でしたが、高得点をとることができました。1 つ目の授業では、毎週末に 20 ページほどの文章を読んでレポート提出が求められました。また最終プロジェクトでは、グループでエッセイ作成、ビデオを作るなど、課題がたくさんありましたが、コツコツと勧められたおかげでやり遂げることができました。二つ目の授業では、授業内容が政治や経済に関することで知識を蓄えることに時間をかけました。そのおかげで授業の全体像やどのように関係するかということがつかめました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

最も困難だったことは、授業についていくことです。専門分野（私の場合は国際関係）についての知識が乏しかったので、授業で内容を理解することが難しく感じました。知識といっても、単語だけではなくて、歴史的、経済的、政治的な知識が求められました。対処としては、授業中にわからなかった情報をノートにメモし、授業後に調べ重要な情報をノートにまとめる、ということです。こうすることで、知りたい情報から派生して新しいテーマを調べたり、ほかの事象と関連して覚えることができたうえ、国際関係以外のことについてももっと知りたいと思えるようになりました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

前述した、ノートにまとめること以外に、現地学生に積極的にコンタクトをとるということが大事だと感じま

した。例えばグループワークでは、留学生が私だけという状況が何度もありましたが、積極的にやることを聞いたり、報告をすることでプロジェクトをうまくすすめられたと思います。留学生として、スペイン語がネイティブではないことを負い目に感じるより、頼ることが大事だと痛感しました。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

各学部にオフィスがあることと、先生方に相談することも大きな手助けになると思います。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

私は大学内の寮に住んでいたので、ルームメイトと遊びに行ったり、授業で仲良くなった友達とご飯を食べに行ったり、旅行をしたりしました。たくさんの人と仲良くなれたことで、忘れられない思い出たくさんできたことはもちろん、授業内でもたくさん助けてもらいました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇は 1 か月あったのでヨーロッパに一人旅をしに行きました。スペイン、オランダ、チェコ、イギリスの 4 か国に滞在しました。またセマナサンタなどの 1 週間ほどの休みに関しては、メキシコ国内を旅行して、友達の家に滞在させてもらいました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜に一人で出歩かない。実際にヨーロッパ旅行中、21 時ごろに家の鍵を開けようとしたときに後ろから一人の男性にずっと見られていたことがあります。また、常にだれかとコンタクトをとることも大事だと思います。メッセージを送ったり、電話をしたりなど。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

発言することに対して、怖さがなくなったことです。今までは、完璧に話せないことが恥ずかしく、人前（特に大人数）では発言する際に思った通りに言葉が出てこないことが多かったです。留学を通して、できないことは、恥ずかしいことじゃないと感じるようになりました。ネイティブじゃないから話さない、というより、ネイティブじゃないことを開き直って、たくさん話すようになりました。その経験が、話すことに対しての怖さを取り除いてくれ、緊張しながら話していたのが、もっとラフに、現地の学生のように話すことができるようになったと感じます。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていく

2023 年度　長期留学帰国報告書

か記してください。

メキシコで留学できたことは、本当にいい経験になったと思います。日本を離れることでわかる日本の良さを再確認できたことだけでなく、日本に帰ったらメキシコ生活の良さを生かして生活したい、と思わせてくれる文化を学ぶことができました。帰国した今、メキシコに戻りたい、という思いが強くなり、もう一度留学する準備を進めています。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券　35 万、住居費や学費は大学が負担。食費については、基本的に大学側が負担（一食当たり 105 ペソほど）だが、休日の夕食は出なかったので、外食や自炊をしていた。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

あまり気負いすぎると、心身ともに疲れ切って、落ち込むこともあるのでストレス発散になることを見つけて頑張ってください。日本とは環境が全く違う異国で生活してるだけでえらいです！！

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

メキシコに住んでみてわかったことは、適応能力が高く、好奇心が強いということです。適応能力については、日本とは全く環境違う場所でも、楽しんで過ごせたという経験があるからです。ストレスがかかる環境でも、ストレス解消になることを見つけて対処できました。好奇心については、授業で新しいことを学ぶにつれ、関連した出来事や歴史、文化背景などをノートにまとめるのが楽しく、そのおかげでニュースも前より気にしてみるようになりました。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

もう一度メキシコに留学をしたいと考え、現在計画中です。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

母校（出身高校）訪問、オープンキャンパスで留学体験発表、オープンキャンパスでのイベント運営、出版物への体験談掲載、高校生への留学体験発表、留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	3
留学プログラム	語学&インターンシップ留学
留学先大学	University of California, Riverside
留学先国	U.S.A.
留学開始日	2023 年 10 月～
留学終了日	6/1/2024
留学先での主な履修分野	ホスピタリティ
各学期の合計履修単位数	23 単位と ESL 科目

【留学先大学での履修について】

1．　留学先大学での履修科目タイトル

ESL 科目：Integrate Intensive English/Academic Skills/English for Hospitality and Tourism　2 週間プログラム：Introduction to the Global Hospitality Industry ディズニーでの授業：Disney Supervised Training I・II/Customer Service Management/Human Resource Management

2．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Human Resource Management：企業における人事管理を探求し、マネージャーやリーダーに必要な知識とスキルの育成を主な内容とする。このコースでは、選考プロセス、雇用法、労使関係、報酬、能力開発、企業研修、効果的な環境の維持などのテーマに焦点を当てた。課題では実際に、グループワークでインタビューをして評価しあったり、どのような質問が効果的かを学んだ。今までに学んだことのない内容で難しいと感じる部分もあったが、授業で学習したことを直接授業内で活かせたことが良い成績につながったのではないかと考える。

3．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

例え海外にいても、自分から積極的にスピーキング力を上げる努力をしないとスキルアップできないこと。私はクラスで出会った留学生の友人と一緒にご飯を食べたり、ジムに行ったり、海外の友達と電話で話したり、英語を話す機会をできるだけ増やしていた。

4．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

課題などはインターネット上もしくはアプリ内で出されることがほとんどなため、定期的に確認しておかないと知らないうちに提出期限が過ぎていた、というようなことが起きてしまうので注意が必要である。また、課題は授業内容の延長線なので授業中にメモなどをしっかり取っておくと、スムーズに取り組むことができる。

グループワークでは、間違ってもいいからとにかく発言してみるというマインドを持っておくと、他の留学生とも良いディスカッションをすることができ、授業理解につながる。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学校が開いている間ならいつでもオフィスに行って授業のことや寮のこと、心配なことを相談することができる。また、ジムやカフェテリア、図書館、勉強できるスペースがたくさんあるので有効活用できる。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

ある日スーパーでハワイと日本のハーフの女性の方に出会い、Thanks Giving Day の日にその方の家庭に招待していただいた。子供達や近所のご家族と Thanks Giving の食事やアメリカの遊びを楽しむことができ、貴重な経験となった。この経験は、異文化交流の素晴らしい例であり、私にとって非常に心に残るものであった。彼女の家族は温かく迎えてくれて、新しい文化を理解し、受け入れることの大切さを学ぶことができました。この日を通じて、Thanks Giving が持つ家族との絆を深める意味や、感謝の大切さを再認識することができました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

寮は開いたままだったので、友人と出かけたりすることが多かった。また、この長期休暇を利用して国外へ旅行した。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

ウォルトディズニーワールド（約５ヶ月間）：週休 2 日、5 日勤務で約 35 時間～40 時間。私は前半アトラクション、後半クイックサービスの 2 つの職種を経験した。アトラクションでは、ゲストのグループ分け、機械操作などが主な仕事。そしてクイックサービスではテーブルなどの掃除、ゲストに商品を渡すのが主な内容であった。

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

夜間は一人であっても、複数であっても出歩かない。何かあったときに常に誰かと連絡を取れる状況にしておくこと。パスポートや財布、スマートフォンなどの貴重品の収納場所は常に把握しておくこと、また外に持ち出した際には、落としていないか逐一確認すること。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

今までもこの先も私にとって忘れることのできない経験がこのディズニーワールドでのインターンシップだ。異なる文化と異なる言語環境の中で、ディズニーのサービス、ホスピタリティを学んだことはとても貴重な体験だった。ゲストとの交流を通じて、日本のサービス精神がいかに素晴らしいものか、日本という国の美し

さを改めて実感することができた。この経験は私の可能性を広げ、日本について見つめ直す、自己成長の貴重な経験であった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前の目標は外国語の向上を主に考えていたが、留学を終えた今外国語の向上はもちろんもう少し視野を広げてそのスキルと共に私には社会のために何ができるのかということに視点を置くようになった。留学での海外経験や異文化理解をこれからの就職活動に活かし、自分の夢に向かって進んでいきたい。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

航空券往復約 25 万円、住居（寮）費約 173 万、食費月約 3 万、授業料約 190 万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学と聞くとキラキラ、ワクワクしたイメージを持つと思う。実際海外での経験は全て非日常的で、刺激のある毎日である。しかしその中にはやはり色々な困難があり、その度に落ち込んで、自分を否定するようなことがあるかもしれない。でも留学を終えた今そのぶつかった困難でさえも貴重な経験で、日本にいる時には感じられなかったものだと思ことができている。何事も経験、興味を持ったことには全てチャレンジし将来の自分の宝物になるような留学生活にしてほしい。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

ゲストや同僚と話すことで得られたコミュニケーション能力、長時間働くことで得られた忍耐力、難しいゲストを対応することで得られた柔軟力。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

今後は客室乗務員として航空会社に就職するために準備を進めていく予定。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

出版物への体験談掲載

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	私費留学
留学先大学	San Diego State University
留学先国	The United States
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	大学付属の語学学校に所属していたので、英語を専門としていました。
各学期の合計履修単位数	語学留学なので、出席数を関西外国語大学が計算し単位として認定します。

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

US Culture, Vocal, & Pronunciation/English Test Skills/Listening & Speaking/Writing/Academic Writing/Speaking & Presentations/Grammar/Academic Grammar/Reading/Reading & Critical Thinking/English in Action

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Speaking & Presentation, 成績: 97%。より効果的なプレゼンテーションの準備方法・行い方・評価の仕方を学びました。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

周りの留学生の発言量や反応速度が凄まじく、飲み込まれるような感覚に陥りました。彼らに負けずに自分の意見を発信するのが怖かったですが、間違った英語でも一コマ 3 回以上は発言するように心がけました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

何事にも能動的に挑戦し取り組みましょう。自分自身の留学生活を実りのあるものにするか否かは自分次第です。周りの人は、あなたの文法ミスや失敗を何とも思っていないので、失敗することを恐れず、失敗しても恥じずに、成長の糧にしていけばいいと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

WISH の横畑さんには、本当にお世話になりました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

サウジアラビアやフランス・イタリア・中国・韓国・ロシアなど様々な国をバックグラウンドとする友達と、様々な場所に出かけ、文化の違いについて理解を深めました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

約 1 週間の一時帰国後、サンディエゴへ戻りルームメイトとニューヨークのカウントダウンに参加。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

100 円均一のお店で南京錠を 2-3 個持っていくと、何かと便利です。現地で買うと$8 します。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

レストランにて頼んだ料理が全く出て来なかった時。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

就職活動や職場に限らず、多種多様な人間が抱える様々な「当たり前」を受け入れ、尊重できる人間になります。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

入学金 45,400 円/授業料 961,000 円/滞在費 1,060,100 円/往復航空券 193,200 円

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

日本食は現地でも手に入ります。現地へ持っていった荷物は母国に持って帰らずに現地で捨てる覚悟で荷造りをすると、お土産をたくさん持ち帰れるだけの余裕が確保できるので、おすすめです。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

2023 年度　長期留学帰国報告書

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

就職活動に専念します。

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	私費留学
留学先大学	Santa Monica College
留学先国	United States of America
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	7/1/2024
留学先での主な履修分野	Business
各学期の合計履修単位数	12units

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Photography Art History Esl Geography

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Photography

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

学習面で困難だったことはやはり英語でした。英語で英語以外の科目を勉強するので、まず英語を理解することから始めないといけないので困りました。ですが一つ一つ意味を理解していって地道に勉強して頑張りました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業の取り組み方は先生の話をまずしっかり聞き取ることからだと思います。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

学内のインターナショナルカウンセラーは頼りになりました。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

授業以外の時間は観光したりしていました。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

長期休暇は観光していました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加していない

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

安全に過ごすためには、治安の悪い地域を把握しておいて間違えて治安の悪い地域に行かないようにすることです。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

英語でコミュニケーションを取らないといけないので最初は苦労しましたが英語でなコミュニケーション力は成長したとおもいます。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学で培った英語力は今後の人生で確実に役に立つと思いました。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

就職活動でアピールできることがあるとすれば英語力です。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

ワーホリに行く。

2023 年度　長期留学帰国報告書

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	外国語学部英米語学科
学年	4
留学プログラム	私費留学
留学先大学	Arizona State University
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	英語、ビジネス
各学期の合計履修単位数	N/A

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Academic Thinking/Academic Culture /Business Management/Writing and Reading /Listening and Speaking /Communication

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Business management/ ビジネスの基礎知識を学んだりマーケティングの仕方を学んだ。final exam ではグループごとにプレゼンテーションをした。自分たちで会社をたちあげてブランド名から CEO や会社の予算、どの世代や性別をターゲットにするかなどイチから自分たちで考え発表した。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

色々な国の生徒がいるので、アクセントに癖が皆あり英語を聞き取るのがとても難しかった。先生もアフリカ出身の人やインド出身の先生もいて、授業内容を理解するのが難しい時期がはじめの方にあったが、時間が経つにつれて慣れていった。また色々な国の人と関わる機会を持ったおかげでリスニングのスキルを身につけた。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

授業では日本と違い皆自分の意見や質問を恥ずかしがらずに積極的に発言するため、それに負けず自分もたくさん発言すれば勉強のモチベーションも上がり英語の力も身につく。特にグループワークではクラスメイトに意見を聞かれることも多いので自分の意見を持つことが大切。自分の意見を発言した時に相手が否定しても多様性として受け入れる。落ち込まない。文化の違いや宗教の違いもたくさん学べるため視野が広がる。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

2023 年度　長期留学帰国報告書

図書館が深夜まで空いており生徒が勉強しやすい環境だった。セキュリティもしっかりとしているため大学生以外は立ち入りできない。またたくさんの本や資料があり課題に必要なものが全てみつけられる。図書館だけでなく屋外にもビルのなかにもたくさんの椅子、机やアウトレットがあり勉強しやすい環境が整ってる。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

放課後は図書館に行って勉強したり、週末は日本人教会に行き子供の面倒をみたり現地の人と交流をした。またウクレレの発表会に向けて練習をしたり、マラソン大会に出場したりした。

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

ホストファミリーとグランドキャニオンに行ったりハイキングをした。また毎週日曜日にはチャーチに通った。ロサンゼルスやニューヨークに観光をしに行った。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

参加していない

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

友達と位置情報を交換したり、夜のくらい時間は一人で行動しない。またホストファミリーに詳しい帰宅時間や現在地を知らせる。なるべくフリーバスは使わないようにする。オスマ危機管理サービスを使って自分の位置情報を知らせる。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

自分の意見や主張を言うのが難しかったが、アメリカに来てから自分の意見は相手に言わないと伝わらない、黙ってらだけじゃ何も理解してもらえないことを学んだ。特に日本の文化は空気を読むことや思っていることも相手に言わないままにすることがあるが、私はこの留学を通してホストファミリーや友達、先生に自分の意見をはっきり言うことができた。NO ということは決して悪い事ではいとわかった。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学を通して日本だけでなく色々な世界を見てみたいと思うようになった。日本で育って日本で教育を受けたが、アメリカ留学を通して 20 年間日本にいた私にとってたくさんの驚きや初めての経験があった。これからアメリカでビジネスやマネジメントの勉強をしたいと強く思うようになった。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

往復航空券２０万/海外保険２０万/キャンパス保険２万/教材費５万/旅行費 15 万/お小遣い

2023 年度　長期留学帰国報告書

20 万/食費 45 万/住居１３５万/授業料２１０万

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

日本人以外の友達を作る。アクティビティにたくさん参加する。ホストファミリーとたくさん出かける。授業では積極的に発言する。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

柔軟な考えを持っていることや留学でたくさんの国の人と交流した経験。また積極性や責任感を身につけたことからリーダーシップを発揮することができ会社に大きく貢献できる。

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

大学院

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

留学経験に関するインタビュー

2023 年度　長期留学帰国報告書

派遣年・時期	2023 年度秋派遣
学部・学科	英語国際学部英語国際学科
学年	4
留学プログラム	私費留学
留学先大学	Snow College
留学先国	U.S.A
留学開始日	2023 年 8 月～
留学終了日	5/1/2024
留学先での主な履修分野	Marketing
各学期の合計履修単位数	春学期 12 単位　秋学期 12 単位

【留学先大学での履修について】

１．　留学先大学での履修科目タイトル

Expository Composition E1/Intermed Research Writing E2/American History AI/GE Foundations FND/Basic Photography FA/Human Biology LS/Intro to Anthropology SS/Strategic Selling IE/Business Careers Seminar/Entrepreneurship Seminars/Undergraduate Tutoring/Soccer/American National Gov't AI/

２．　留学先で最も顕著な学修成果を得た科目について、タイトル、内容、成果を記してください。

Strategic Selling の授業の英語は難しくプレゼンの授業も多かった割に A-を取れたので良かったと思います。

３．　留学先での学修面で最も困難であったこと、その困難にどのように対処したかについて具体例を挙げて記してください。

授業の英単語がわからないことが何度かあったので教授に翻訳機能だけ使って良いか聞き頑張りました。

４．　授業や課題の取り組み方、グループワークのコツ等、留学予定の学生に対する学習面でのアドバイスを記してください。

早めに課題を終わらせ遅れたことがありませんでした。

５．　学内で利用可能な学修サポートサービス、サポート内容、施設、設備について記してください。

チューターがいたおかげで教授に聞きに行かなくても良かったのは便利でした。

【授業以外の活動について】

６．　課外活動等、授業以外の時間にどのような経験をし、何を得たかについて記してください。

積極的に学校のアクティビティに参加しました。

2023 年度　長期留学帰国報告書

７．　長期休暇をどこで、どのように過ごしたか、公開して良い範囲で記してください。

友達の家やハワイ、ロサンゼルスなどに行きました。

８．　留学中にインターンシップに参加したか、参加した場合、期間、組織/会社名、内容について記してください。

N/A

【留学生活、費用、後輩へのアドバイスについて】

９．　留学生活面でのアドバイスと安全に過ごすための有効な危機管理方法について記してください。

１０．　留学生の中で自分自身の成長に最もつながった経験について記してください。

日本人の友達とあまり遊ばず外国人と遊ぶことです。

１１．　今後の展望、目標について、留学前と後での変化を含め、留学経験を今後どのように生かしていくか記してください。

留学前同様にアメリカの大学に編入して英語力をさらに上げます。

１２．　留学費用について、総額費用、内訳などを公開して良い範囲で記してください。

気にしてなかったのですがスカラシップは年間＄5000 もらいました。

１３．　留学全般において、留学予定の学生に対するアドバイスを記してください。

留学に行くならリスニングとスピーキング力の勉強に集中してスラングなども学んだら良いと思います。

【就職活動について】

１４．　留学中に就職活動は行ったか

いいえ

１５．　具体的な就職活動

１６．　就職活動でアピールしたいまたはアピールをしたことで、留学生活から得られた経験、スキルについて記してください。

N/A

１７．　卒業後の進路決定済みの場合は就職先の情報（公開出来る範囲で）または進学先を、未定の場合は今後の計画を記してください。

アメリカの大学へ編入

2023 年度　長期留学帰国報告書

【今後の協力について】

１８．　留学をめざす学生のサポートとして、本学では様々な媒体を通してみなさんの留学体験を紹介しています。協力できると思うものを選択してください。

オープンキャンパスでのイベント運営