

# 交換留学報告書

派遣先	
三重大学での所属学部・研究科	人文学部法律経済学科
学年(出発時)	3年生
大学名	UNCW
国	アメリカ
留学期間	2022年8月～2023年5月(9か月)
派遣先での身分	undergraduate student

一日の生活スケジュール(通学時)		
	記入欄	記入例
8:00	起床	
9:00	授業	授業
10:00	授業	授業
11:00	日本語クラスのサポート	図書館で自習
12:00	友達と話す	昼食
13:00	昼食	
14:00	授業	授業
15:00	授業	授業
16:00	イベント参加	
17:00	図書館で自習	
18:00	夕食	部活
19:00	図書館で自習	夕食
20:00	図書館で自習	友人と過ごす
21:00	図書館で自習	帰宅
22:00	帰宅	
23:00		
0:00		

履修科目				
科目名	時間数/週	履修単位	使用言語	授業内容(レポート、試験、授業形態等)
Introduction to International Studies	50min/3	3	英語	評価方法:4回対面でのペーパー試験 講義形態:対面でレクチャー型
Interdisciplinary Approaches to the Politics of Globalization	75min/2	3	英語	評価方法:定期的なオンライン試験 講義形態:対面でレクチャー型
Asian Politics	75min/2	3	英語	評価方法:2回対面でのオンライン試験 講義形態:対面でレクチャー型
English as a Second Language	75min/2	3	英語	評価方法:クイズやグループワーク、リサーチペーパー
Mediation and Conflict Management	50min/3	3	英語	評価方法:3回のオンライン試験、グループプレゼン
Nonprofit Resource Development	75min/2	3	英語	評価方法:論文と個人プレゼン 講義形態:対面でレクチャー型、大学外の
International Law	75min/2	3	英語	評価方法:講義の内容に対する質問をまとめたペーパーワークと15ページの論文と20
Modern Social Problems	3h/1(オンデマンド)	3	英語	評価方法:毎週ディスカッションボックスに意見を投稿、テストを受ける

大学のサポート	
チューターの有無	メンターは1学期目のみ
チューターのサポート内容	ルームメイトとの問題を解決するために相談にのってもらった
語学コースの有無	1学期目に英語を第二言語とするインターナショナル生が取る講義に参加していた
コース名、料金、期間等	なし

生活	
住居のタイプ	大学内にある1つの寮、3年生以上の生徒向け
住居の名前	Seahawk Crossing 3
部屋タイプ	1人部屋、ルームメイト3人とリビングルームやキッチンを共有、バスルームをルームメイト1人と共有
ルームメイト(国籍)	ドイツ人1人、アメリカ人2人
室内設備	自室はルームメイトにもよるが基本部屋の空調は共有なので寒い
共用施設	図書館や講義室をはじめどこもきれいであるがたまに寮の玄関は汚い
インターネット設備	基本大学内であればどこにでもWi-Fiがある
大学までの交通手段(交通機関、所要時間)	
アルバイトの有無	なし
アルバイトの内容	

渡航	
Visaの種類	J-1
Visa申請先	大阪
Visa取得にかかった日数	3週間
Visa取得にかかった費用	2万5000円
Visa取得方法、提出書類等	事前にネットで申請し、後日大阪まで面接を受けに行った。事前に申請する際に間違いがある場合、後から訂正するのにすごく大変なのでネット申請の際はとても慎重に間違いがないか確認することが大切。パスポートとDS2019が必要
留学先大学の最寄り空港までの経路	行きは大学からバスが出て迎えに来てくれた。帰りはアメリカ人の友達が空港まで送ってくれた。
渡航費用	往路30万円、復路20万円
ピックアップサービスの有無	行きのみ利用

帰国後	
留年や卒業の遅れの有無	なし
有る場合、その理由	
就職活動開始時期	インターンは2年生の後期に参加済、大学院進学予定なので就活予定なし
帰国後の進路	他大学院進学

留学にかかった費用	
現地通貨＝日本円(約)	88000円(あらかじめ持参した分)
保険料(海外旅行保険、国民健康保険等)	
学費(教科書代や語学コース授業料等)	
宿舍費(月額)	
光熱費(月額)	
食費(月額)	
その他	旅行などの娯楽:50万円
留学期間中にかかった費用の合計	300万

**感想等(※800字以上で語学勉強の成果についての内容も含め、ご記入ください。)**

留学に行ってもよかったことは多くあり、苦勞したことはあっても行かない方がよかったと思うことはありませんでした。

まず、学習についてです。授業は1学期に4コマずつ授業を取りました。私は国際的な分野に興味があるのですが、日本ではなかなか国際的な分野を中心に学ぶ学部がないのでInternational Studiesを主に履修しました。またアメリカに留学を決めた一つの理由である交渉論の授業も履修しました。そして、アメリカの視点からの国際政治にも興味があったのでそれらの講義も受講しました。UNCWでは三重大で学んでいた国際関係論の知識も生かしながら、さらに詳しい国際的な分野を学びました。特に印象が強かった教科は国際法と交渉論の授業です。国際法の授業は三重大でも2年生の時に履修しましたが、焦点を当てる事例が大きく違っていたり、国際的な組織についてさらに深く学ぶことができました。最終課題として一人で20分のプレゼンテーションと15ページのpaper workを提出しましたが、それぞれ自分で興味のある分野について取り組むことを許可されたので、私は日本と韓国の歴史から見る国際的な問題について考察しました。英語でプレゼンテーションをするのも、このような長い時間一人でプレゼンテーションするのも初めてだったので緊張しましたがなんとかやり遂げることができ、自分の成長も大きく感じられました。そして、交渉論の授業では1対1の小さいコミュニティの中での交渉から国同士の広い範囲のコミュニティでの交渉まで事例や研究結果をもとに交渉に関する知識を深めました。この2つの講義を通し、卒論で取り組みたい内容をより明確に考えられるようになったと思います。また、大学院進学後に学びたい内容も考えやすくなりました。

語学レベルに関することですが、私は元々英語を話すのと聞くのが苦手でした。留学した当初は授業の内容や友達との会話があまり理解できず苦勞しました。3か月ほどすると相手の話している内容を理解しやすくなり、5か月ほどで思ったことを日本語に変換する前に英語で考えられるようになってきました。2学期目の方が自分の生活にも余裕ができ、語学レベルも大きく成長できたと思います。日常会話に関しては特に問題なく話せるようになりましたが、Academicな内容だと理解するのが大変な時があるので、もう1学期留学できたらその知識もより得られていたかなと思います。

## 今後留学する人へのアドバイス

私が留学する中で一番苦労したのはルームメイトとの問題です。私のルームメイトは基本的に寮の中で彼氏と過ごすことが多くリビングルームに友達を読んで騒がしくしていることがほとんどでした。私は初めて会った時に、自分は交換留学生なので勉強を熱心にならなければならないため、夜中に騒いだりするのはやめてほしいとお願いをしていました。彼らは快諾してくれましたが、実際はそのお願いを守ってくれたことはありませんでした。特に、これから留学するあなたが女の子である場合、気を付けてほしいことがあります。日本では基本的に女子の寮に男子が入り出すことは好ましくないとされていますが、アメリカでは入り出すことが普通です。そのため、自分の部屋からバスルームやお風呂を使う際はバスルームから自分の部屋を移動する際に男子に見られても良い恰好を用意したほうが良いかと思います。私の友達は、ルームメイトが男子を部屋に呼んでいることを知らず、シャワーを浴びた後にバスルームから自分の部屋までバスタオルを巻いて移動しようとしてとても困ったと話をしていました。自分の部屋から出るときは必ず鍵をかけることも大切だと思います。また、日本人の留学生の大半の生徒が言っていました、予算に余裕があるのであればシングルルームを希望する方がよいということです。ルームメイトと話すことで英語の練習になることも事実ですが自分1人の時間を持つことは思っている以上に大切なことです。

もう一つとても大事なことは、自分の意見をしっかり主張することです。例えば深夜2時にリビングルームでルームメイトが奇声を上げたりする際は静かにしてほしいことを伝えたり、冬に部屋の温度を18度に下げられたら、せめて20度までは上げてほしいなど、相手に気を遣わずに自分の気持ちを何度も伝えることが大切です。私のように伝えても改善してくれないこともあるかもしれませんが、まずは相手に伝えるということが大切だと思います。基本的に私のルームメイトは騒がしかったので平日は最低でも夜の10時までは図書館で勉強していることがほとんどでした。

私が留学が楽しいと思えるようになったのは親友ができてからです。彼女はアメリカ人で、とても優しく休日にいろいろなところに連れて行ってくれました。1学期目は同じ授業を取っていたので授業中に助けてもらったりもしました。趣味や好きなものが同じで平日も時間がお互い会えばご飯を一緒に食べたりもしていました。英語を上達させるためには英語をたくさん話すことだと思います。私はその子とその子の友達をたくさん時間を過ごすことで英語を話す時間を確保していました。休日に一緒に遊べる子を作ると、英語をより上達させる良い機会になるかもしれません。同じ趣味や好きなことが一緒だと友達を作るきっかけにもなりますし、自分が思ってもみなかったところで知り合いができたりもするのでおもしろいと思います。特に、日本人だと全員アニメが好きという固定概念があるようなので、アニメの話ができると友達はとても作りやすいです。

私は留学に行く前はとても心配性で、自分が知らなかった情報があるととても不安になってしまう傾向がありました。しかし、留学中には様々な出来事があり、特にアメリカ人に対してはスケジュール通りに予定が進むことはすごく稀なのでそれを心にとめておけば、ある程度のハプニングには対処できるようになり、留学中に確実に適応能力はつくと思います。留学中は基本的に全て責任は自分にあるので大きく成長できるチャンスだと思って頑張ってください！

報告書記入日

05/31/2023