

A. N. 英語英文学科・3 年次生

I. 留学レポート

① 協定留学を目指した理由

高校生の時にオーストラリアへ 2 週間程行ったことがきっかけで中・長期の留学を目指すようになりました。入学後国際課で留学情報を集め様々な留学制度があることを知りました。その中でも協定大学留学は現地の学生として大学の授業に参加できるので、語学力の向上や学習と同時に自分の実力を測り、試したいと思いました。

② 留学を目指してから出願までの語学学習方法

IELTS の問題形式に慣れるために公式問題集 IELTS ACADEMIC CAMBRIDGE を繰り返し解きました。IELTS はアカデミックな単語の使用がスコアアップに繋がるので、実践 IELTS 英単語 3500 で語彙力を増やしていました。Speaking は国際課が行っている English Chat Room を使用したり、英文科が行っているレアジョブ英会話を申し込みしたりして、練習していました。

③ 留学決定から出発までの準備期間にしたこと

◆ 語学学習法

BBC World Service が提供しているポッドキャストを聞いたり、IELTS や TOEIC の単語帳を使用したりして、ボキャブラリーを増やしました。

◆ ビザ申請方法

ほとんどの手続きはインターネットで申請し、面接時だけ大阪にあるアメリカ大使館へいきました。ネットでの申請は慎重になるうえ記入部分が多く、かなり時間がかかるので早めに取り組み心の余裕を持つことが大事だと思います。

◆ その他

アメリカに留学する場合、ほとんどの大学が予防接種を求めています、3 回ほど病院に行く必要があるなど時間がかかるので早めの計画をお勧めします。一方、アメリカで接種することも可能なので、留学前に全ての予防接種を受けられなくても心配する必要はありません。また、渡航ワクチンを行っている病院は限られていて、京都だと京都市立病院の感染症科で全て接種することができます。罹患したゆえに接種していない予防接種（おたふくなど）は血液検査で抗体を証明すれば、予防接種を受ける必要はありません。

④ 現地到着後

◆ 空港から滞在先までの移動手段、所要時間

はじめはホームステイだったのでホストファミリーが迎えに来てくれる予定でしたが、シカゴからピッツバーグの飛行機がキャンセルになり夜中の到着となったので、その日 1 日だけ臨時で Duquesne 大学（語学学校）の寮で過ごしました。寮までは Uber で 20-30 分程だったと思います。

◆ 現地でのオリエンテーション期間中にしたこと

大学周辺の案内、ビザのステータス確認、保険、アメリカ文化などについて確認しました。

◆ その他必要な諸手続き方法

Visa や Master カードの 2 種類はほとんどの場所に対応していたので、これらの種類のクレジットカードまたはデビットカードを持っていけば現金はほとんど必要なかったですし、銀行開設も必要ないと思います。保険や寮費などの支払いもくれクレジットカードでできました。

⑤ 語学研修期間

◆ 語学研修先の施設・環境について

Duquesne University が語学研修先でしたが、レベル別に 3 クラスありました。現地の学生と同様に大学内の図書館やジムなどの施設は自由に使えます。寮で暮らすこともできますが Global Pittsburgh という団体を利用しホームステイ先を探すことも可能です。

◆ 授業内容、課題、試験

週に 3 回の Reading、Listening/Speaking と週に 2 回の Grammar、Writing、US culture (Pittsburgh) の 5 科目を受講しました。どの授業も主にディスカッション形式で進められていきました。Speaking と US culture はプレゼンテーションをする機会がたくさんありました。課題は予習形式のものが毎回出されていました。試験は中間と期末の 2 回あり難易度は高めでしたが、毎回の授業をしっかり復習しておけば高得点が取れる内容でした。

⑥ 正規科目履修期間

◆ 大学の施設・環境について

キャンパスは小さめで教室間の移動がしやすいです。図書館やジムなどの施設は朝早くから夜遅くまで空いていて多くの学生が利用しています。図書館の中に Essay を添削してくれる Writing Center があるので、これを利用することで提出前にエラーを修正することができます。大学周辺は治安が良くバスも普及しているので出かけやすかったです。

◆ 履修科目について

・ Academic Writing

週 2、1 コマ 75 分の、留学生を対象とした授業でアカデミックレベル以上のエッセイを書

くことを目標にした授業です。授業では 5 分ほどで短いエッセイを書き、アカデミックな構文を学びました。先生が言語学者だったので言語学に触れることも多かったです。毎週の短いエッセイ課題や小テストに加えて、大きなエッセイは 5 つと Cover letter、Resume のライティング課題がありました。

• First-Year Writing

週 2、1 コマ 75 分、現地の 1 年生がレポートを書く際の要点を学ぶための授業です。6 クラスほど開講されていて先生によって細かな内容は違っていました。4 種類のエッセイを書くこととプレゼンテーションを行うことが大枠として共通していました。私のクラスは毎回 15～25 ページの読み物を読み感想を提出する課題があったので、授業の前半 2/3 はエッセイに関する説明、後半 1/3 は読み物課題の内容に関してディスカッションをしていました。

• Propaganda and History

週 3、1 コマ 50 分、課題として指定の教科書を読み Propaganda technique について学び、授業内で政治、戦争、マーケティングの 3 つの分野に分け、過去に Propaganda がどのように使用されてきたかを振り返りました。6 つのクイズ、2 つのテスト、個人プロジェクトとグループプロジェクトがありました。個人的に一番ハードな授業でしたが、時間をかけて予習、復習をすればテストもプロジェクトもうまくいきましたし、情報過多社会で生きる私たちには興味深い内容でおすすめです。

• Resiliency in Academia and Professional Roles

週 1、1 コマ 50 分、心理学理論をもとに回復力や感情調整能力について学ぶ授業でした。マインドフルネスや習慣の築きかたなど実生活に役立つ内容が数多く含まれていました。課題は 10 回のクイズと final reflection paper がありました。クイズはオンラインで、その週で学んだ内容が選択形式で 5 問出題されます。final paper はセミスターを通して学んだことを実際に自分の生活にどのように取り入れたかなど 3 つの項目によって構成されていました。

• US Culture I

週 2、1 コマ 75 分、アメリカの選挙システム、エチケット、祝日の意味、などアメリカの文化と歴史について学びました。外から知るアメリカの文化とは違う部分もあり深い学びができました。週に 1 回、リフレクションの提出と不定期で Kahoot!がありました。

⑦ クラブ、課外活動、ボランティア活動

時間がある時に日本語の授業に TA (Teaching Assistant) として参加していました。

⑧ 現地ででの住まいについて

◆ 語学研修期間

ホームステイで 1 人部屋、個室バスルームが用意されていました。食事はホストファミリーと一緒に食べていました。学校まではホストマザーが電動自転車を貸してくれて、20 分程かけて通学していました。

◆ 正規科目履修期間

寮で、2LDK の部屋に 3 人で住んでいました。1 人部屋と 2 人部屋があり私は 2 人部屋を使用していました。食事は基本、食堂で済ませていました。時々自炊したり、友だちと外食する機会があったりで、1 番少ないミールプランでも十分でした。

⑨ 長期休暇の過ごし方

ホストファミリーと過ごしたり、カナダやシアトルへ旅行に行ったりしました。

⑩ 留学期間中の就職活動の取り組み

していません。

Ⅱ. 留学の感想

① 留学中で楽しかったこと、最も思い出に残っていること

様々なバックグラウンドを持った人と出会い、話したり出かけたりしたことが楽しかったです。新しい学びが多く毎日が刺激的でした。

② 留学中でつらかったこと、最も苦労したこと

誰かと部屋を共有するのが初めてで、気がつかないうちに気が張ってしまい 1 ヶ月程寝られなかったことです。運動して体を疲れさせたり、寝る前に温かいお茶を飲んだり、様々な方法を試しましたが、結局時間が解決してくれました。

③ 文化・習慣の違いなどで驚いたこと

人それぞれですが、時間にルーズな印象を受けました。アメリカでは学年間の壁がなく縦のつながりが強いように思いました。

Ⅲ. 留学希望者へのアドバイス

① 留学先大学の良かった点、悪かった点

よかった点は、毎週大学内でイベントが開催されているので、そこで友だちができ、交友関係を深められるところです。美術館やスポーツ観戦など出かける場所も豊富でした。悪かった点は、私が住んでいた寮はバスルームのドアが壊れていたり、キッチンやシャワーの水の

出が悪かったりなど、設備の不備が多かったことです。修理のお願いをしても1ヶ月後くらいにしか対応してもらえませんでした。アリも多く、対処しなければいけないことが多かったです。

② 日本から持って行って、特に役に立ったもの

パソコンやタブレットは課題をする時に必要だと思います。他には常備薬、お茶の粉末/ティーバック、吊り下げ収納は持参してよかったと思います。

③ 語学力の向上等、留学の成果、留学前と後で変わったこと

英語を話すことにあまり自信がありませんでしたが、堂々と話せるようになったと思います。そのため積極的に発言できるようになり、スピーキング力やリスニングの力が成長したと思います。

④ これから留学をしようと思っている後輩へのアドバイス

留学は想像以上の経験と学びができるため、自分自身を大きく成長させるチャンスだと思います。コンフォートゾーンを出た生活は刺激的で学びがたくさんあります。留学したいという気持ちがあるのならその気持ちを大切に何かアクションを起こしてみてください。

IV. 将来の目標

今後の進路、将来の目標・夢

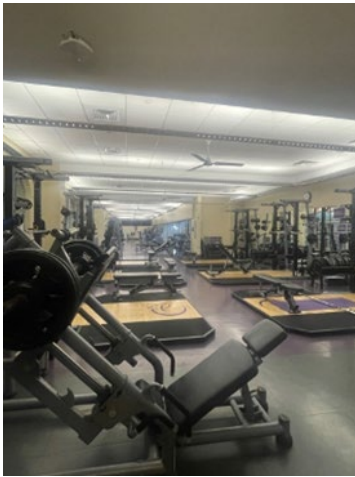
これからも勉強を続けながら国内外問わず様々な人と関わり、誰かの役に立てるよう行動したいです。新しいことにも果敢に挑戦しチャンスを広げていきたいです。

V. 写真



Pittsburgh にある Mount Washington という地区へ行った時に撮った写真です。ダウンタウンを一望できる観光地の一つでした。

2024 年度（春スタート・1 年）
Chatham University



Chatham University のジムです。この他にもバスケットボールコートやスカッシュのコート、プールなどがあります。朝早くから夜遅くまで開いていて、多くの学生がトレーニングしていました。



Neighbourhood ツアーで Mexican war streets へ行った時の写真です。Chatham University では、毎週様々なイベントを開催されていて有意義な時間が過ごせました。Pittsburgh についてたくさん知れて楽しかったです。

C. M. 英語英文学科・3 年次生

I. 留学レポート

① 協定留学を目指した理由

私が留学を考えたきっかけは主に 2 つあり、1 つは学生時代にしかなかなかできない長期留学で現地の大学生に交じって一生に一度の経験をしたいと思ったことと、2 つめに多様性についてもっと身近に触れてみたいと思ったためです。大学 1 回生のときにこのことを考え始め、1 回生の冬から IELTS の勉強をしていました。1 回生の冬の 1 回目の受験では応募に満たない点数だったので、3 回生では絶対行きたいという気持ちが大きくなり 2 回生の夏にもう 1 回受けて応募条件を満たす点数が取れたので 3 回生から留学をしました。

② 留学を目指してから出願までの語学学習方法

留学を目指してからすぐに本屋さんに行き IELTS の参考書と単語帳を入手しました。自分のレベルに合う参考書を手に入れることが大事だと思いました。また、1 回目 IELTS を受けたときは特に Speaking が弱かったので毎週月曜日にラーニングコモンズで国際課の方たちが運営している外部コーチとマンツーマンで英語をしゃべることができるイベント（English Chat Room）に毎週欠かさず応募していました。コーチに練習をしてほしいとお願いしたら面接の練習もしてくれるし、それだけではなく日常であった話も英語でできて面白すぎて息ができないぐらいの日もありました。IELTS の勉強だけではなく留学で役に立ちそうなフレーズや雰囲気をつかめたとてもいいシステムでした。

③ 留学決定から出発までの準備期間にしたこと

◆ 語学学習法

外部コーチとお話をする機会をもらって力をつけていたことと、家にあった単語帳で単語を隙間時間などで確認していました。また YouTube で実際に留学に行っている日本人学生の Vlog を見て日常会話などのシーンの単語を私も覚えたりしていました。

◆ ビザ申請方法

私の場合、5 月からの語学学校と 8 月からの交換留学先の場所が別でとてもややこしかったです。ビザはアメリカの通行手形のようなものだといわれたので申請は語学学校の書類ですべて行いました。なのでビザの期限が 8 月末で切れてしまうのですごく不安でしたが、交換留学先のアドバイザーが交換留学先の入学許可証や DS-2019 を持っていたらビザと同じ効力があると言われたのでその通りにしました。あとは同女の国際課の方が教えてくれたビザの申請を順番に行えば大丈夫でした。

④ 現地到着後

◆ 空港から滞在先までの移動手段、所要時間

語学学校に行くためフライトした日はまれにみる記録的大雨と雷のため、フライトがキャンセルになり、想定到着時間を大幅に超えて深夜の到着になりました。そのため一緒に行っていた友達と Uber（タクシーのようなもの）を使用し寮へ向かいました。フライトではこういった想定外のことが多く起こるので、明るい時間帯に着くフライトを予約した方がよかったのかなと思いました。交換留学先への移動手段は同じ町だったので Uber を使って移動しました。もしフライトで Chatham に来た場合は Chatham の国際課のアドバイザーたちが車をまわしてくれて、空港で待っていてくれるようです。

◆ 現地でのオリエンテーション期間中にしたこと

語学学校も Chatham も主にキャンパスツアーがあり、施設の使い方等、留学生として過ごすルールの説明がありました。

◆ その他必要な諸手続き方法

私は口座の開設はしませんでした。

⑤ 語学研修期間

◆ 語学研修先の施設・環境について

私は Duquesne 大学の語学学校へ通っていたのですが、設備はとてもしっかりしていて快適に授業を受けることができました。

◆ 授業内容、課題、試験

授業内容は主に Writing Listening, Reading US culture Grammar で英語の構造を重点的に鍛える授業でした。課題はありましたがそこまで多くはなく、負担には思いませんでした。試験は 2 回あったがちゃんと予習をすればしっかり点数が取ることができました。

⑥ 正規科目履修期間

◆ 履修科目について

・ Academic Writing

授業は私ともう 1 人の同女の 2 人で 1 人の先生が特別に開講してくれた授業。週 2 で 75 分。主にエッセイの書き方や間違いやすい文法などを教えてくれて実際にエッセイの校閲もしてくれる。最後は就職活動に使用するレジユメの書き方なども教わりました。最終課題は 1500words のエッセイとレジユメでした。

・ Representations of Race and Gender

週 3 で 1 コマ 50 分。毎週テーマを題材にした映画を宿題で見えてきて授業でどのようなところが差別だったり問題だったりするのかを常にディスカッションベースで進んでいきます。

教授が講義をするというよりかは生徒の発言で進んでいく感じです。最終課題は 4 人のグループメンバーで 50 分間のプレゼンテーションです。

・ **US Culture**

こちらにも特別に開講してくれた交換留学生のための講義です。週に 2 回で 75 分。主にアメリカの歴史についてアメリカ人からの目線で授業が進みます。最終課題は 500words のエッセイでした。

・ **Choir**

週 2 で 75 分の授業。秋と冬の聖歌のイベントに備えて課題曲の練習をします。テストはなく、授業だけどクラブのような感覚でした。最初は怖く思っていたがメンバーのみんなも気さくで、授業を続けるうちに仲が良くなりました。1 番受けてよかった授業だと思っています。

・ **First Year Writing**

チャタムの国際課のアドバイザーの方にお勧めされて取った授業。主に 1 回生の学生がエッセイの書き方の基礎を学ぶためにある授業で課題はエッセイの提出です。試験はなく最後は最終エッセイの提出と自分のエッセイに沿ったプレゼンテーションを 5 分～7 分間で行いました。

・ **Drawing**

週 1 のクラスで 3 時間 20 分の授業。毎週課題が出され、その内容を授業でレクチャーを 20 分くらい受けてあとはひたすら描く授業。人気の授業でいつも抽選になっていました。追加で 100 ドルを支払わないといけないが、絵を描くことが好きな私にはとても至福の時間でした。試験はなく最終課題を提出するのみでした。

⑦ **クラブ、課外活動、ボランティア活動**

Choir の課外活動が多く、12 月には大きなカーネギホールというところでプロのオーケストラの方のお手伝いとして後ろで、みんなで歌いました。

⑧ **現地での住まいについて**

◆ **語学研修期間**

Duquesne 大学では、寮かホームステイを選べて、Duquesne は夏の閑散期のため部屋代は無料で食事費用のみを払うシステムだったので、費用を抑えられる寮を選択しました。語学学校では 2 人部屋で最初は 1 人で住んでいましたが、途中から中国人の同じ語学学校に通う学生と住むことになりました。ルームメイトは深夜に友達と電話することや価値観の違いがあることもあったがとてもやさしい学生で、一緒に夜ご飯を食べたり遊びに行ったりをよくしていました。また 1 人部屋を持つブラジル人の学生が度々遊びに来て、ほぼ 3 人

部屋でしたがホームシックだった私にはとても救われました。部屋にトイレはなく、トイレとシャワーは共同で同じ階の人たちと使いました。同じ階の人との共同スペースに冷蔵庫と電子レンジと洗濯機、乾燥機がありました。コンロはなかったため自炊ができず、主に食堂か売店を利用していました。スタバもミールプランで利用可能なのはいいリフレッシュになりました。大学までは徒歩で10分ほどでした。

◆ 正規科目履修期間

Chatham 大学の交換留学期間は寮しか選べないため寮でしたが、私の部屋は寮というよりもともと家の建物を寮に変えたのでアパートのようでした。3人で住むことになるのですが、リビングが1つでトイレが2つでキッチンもありました。チャタムの寮はエアコンがついていないことが多いですが、私のアパートはついていて夏は困ることはありませんでした。私はルームメイト1人と一緒にのところで寝ていて、もう1人のルームメイトは1人部屋で過ごすので実質リビングだけ3人で共有という形でした。もう1人のルームメイトは猫を飼っており癒しでしたが、チャタムでは動物を飼っている学生が多いので、もしアレルギーがある場合や得意ではない場合は入寮のアンケートに必ず書くべきだと思います。アメリカ人の学生とオランダ人でアメリカに長く住む学生とルームメイトだったがとてもいい学生で、3人でよく遊んでいました。食事はミールプランを払い食堂かカフェか売店で利用することができました。ミールプランは数が多いので一番安いプランで十分だと思います。私は食堂だけだと飽きるし日本が恋しくなるので、お昼ご飯は炊飯器で作ったお米をつめて、ふりかけをかけて食べていました。大学まではどの寮に住むかによるが、私の住んでいた Haber からは10分ほどでつきました。

⑨長期休暇の過ごし方

長期休暇は旅行へ行っていました。語学学校の時に知り合った友人が車の免許を持っていたのでワシントン D.C.やカナダなどへ行きました。

⑩ 留学期間中の就職活動の取り組み

私はボストンキャリアフォーラムに参加しました。ボスキャリは6月ぐらいから ES（エントリーシート）を出し、9月からは面接もあったので留学との両立が難しかったですが、ここを頑張ると帰ってから就職活動に余裕が出るし、3か月の交換留学経験でもしっかり企業に認められます。大企業や優良企業がたくさんボスキャリに来るので就活が不安な人は絶対に行くべきだと思います。

II. 留学の感想

帰国後の今は、本当に行ってよかったの一言だと断言できます。留学中はこれからどうなる

かもわからないし、就職活動もあり、漠然とした不安の中をずっと一人で抱える毎日で、正直もう日本に帰りたいと毎日考えていた時期もありました。ただ、限られた時間を有意義に過ごそうと思い、今までで 1 番行動した年でもありました。もちろんすべてがうまくいくわけではないですが、自分ができることを考えて過ごすうちに、自分自身が成長したように思えました。留学は英語力をあげるためだけではなく、異文化でどう振る舞うかだったり、コミュニケーションの取り方だったり、文化を学ぶいい機会でもありました。留学を通して自分の未来のビジョンがより明確に見ることができました。

① 留学中で楽しかったこと、最も思い出に残っていること

楽しかったことはルームメイトたちと過ごした時間です。最初は溶け込めるか心配でしたが遊びへ行くことを、勇気を振り絞って提案してみたら、快く OK してくれて、そこから仲が良くなりました。ルームメイト 3 人の予定が合えば、予定を立てて遊んだり、夜ご飯をリビングで一緒に食べたりということをよくしていました。特に同じ部屋のルームメイトの学生とは頻繁に遊んでいて、朝にカフェに行って一緒に勉強したり、古着屋さんへお買い物をしたりしていました。サンクスギビングにはルームメイトの実家にお邪魔して、たくさん文化体験をすることができました。

② 留学中でつらかったこと、最も苦労したこと

辛かったことは語学学校に行きたての頃で、今では慣れましたが店員さんの対応が不愛想で怖かったり、治安が日本とは違ったりとカルチャーショックが多く、友達もまだできていなかったのが最初は辛かったです。

③ 文化・習慣の違いなどで驚いたこと

一回リビングで爪を切ろうと思ったときにルームメイトが少し動揺しているように思えて、一応ネットで調べようと思って調べたら人前で爪を切る行為は失礼に当たるという記事を見てとても驚きました。ルームメイトはたぶん文化が違うことを理解してくれていたから何も言ってこなかったのだと思いますが、あらかじめしてはいけないことを調べたりして、郷に入ったら従って過ごすことが大事だと思います。

Ⅲ. 留学希望者へのアドバイス

① 留学先大学の良かった点、悪かった点

Duquesne 大学

○設備がきれいでした

×食堂があまりおいしくなかったです

Chatham 大学

○教授もみんな優しくてストレスなく授業に参加できました

×設備が古く場所によってはトイレが汚い場合もありました

② 日本から持って行って、特に役に立ったもの

- ・ パソコン（必須）
- ・ 日本のふりかけ
- ・ インスタントお味噌汁
- ・ 風邪をひいたとき用の信頼できる薬（これは大事！みんな一回は体調を崩すため）
- ・ 体温計
- ・ 防寒着
- ・ カイロ

（日本食はアジアンスーパーマーケットでも手に入るのでもし余裕があれば○）

③ 語学力の向上等、留学の成果、留学前と後で変わったこと

日常でスピードの速い英語を聞く環境でずっと過ごしていたのでリスニングが特に伸びたと思います。また留学前よりもっと外交的になり自分が何を思っているのか意思表示をできるようにになりました。

④ これから留学をしようと思っている後輩へのアドバイス

私は、留学前は留学先で英語しか話さないし、日本語を使わない生活をしようと思っていましたが、それは難しかったです。そんな時は友達とビデオ通話をしたり、日本の Youtuber を見たりして日本語を摂取し、無理なく留学生生活を過ごしてほしいと思います。きっと留学は想像以上に辛いことやしんどいことがあって帰りたいと思う時もあると思うけど、その気持ちは弱音なんかではなく成長している過程で必要な感情だと思うので、自分の気持ちを否定せず独りぼっちだと思わないで過ごしてほしいです。チャタムは日本人の先生もいるし、チャタムの近くに日本人が運営している東京商店というお店もあるので辛くなったら会いに行くと楽になりました。

IV. 将来の目標

今後の進路、将来の目標・夢

将来の目標は人の支えになる存在になることです。留学中、自分がピンチな時に支えてくれる人たちの温かさを、身をもって何度も経験したので、今度は自分が人の支えになり人々の悩みやピンチを救うことができる存在になりたいです。

V. 写真



ルームメイトとハロウィンパーティーに行った時です。
アメリカのアニメの仮装をして過ごしました。



語学学校の時のブラジル人の友達と大谷翔平選手を観にピ
ッツバーグの球場へ向かいました。近くで見ることができ
てとてもいい経験でした。



LGBTQ+のプライドパレードに参加したときの写真です。ピ
ッツバーグの町がパレード化していたのは圧巻でした。

2024 年度（春スタート・1 年）
Chatham University



聖歌の本番終わりにサプライズでルームメイトの2人が花束をくれたときの写真です。この日は私のために夜ご飯を作ってくれたり映画を観たりととても楽しい日になりました。