

## 協定校留学【終了】報告書

※現地の様子や大学の風景、ご友人との写真を添付して頂けると大変参考になります。ご協力ください。  
 ※帰国後1カ月以内に提出(送信)してください。  
 ※津田塾大学海外留学(派遣・受入)奨学金受給者はこの報告書をもって奨学金受給者報告書とします。

留学先大学	プリンマー大学	氏名	
国名	アメリカ合衆国	学籍番号	
留学期間	2021年 8月 ~ 2022年 5月	記入年月日	2022年 6月 23日

1 履修したすべての科目についてお書きください			
主な専攻分野: 教育学、社会学			
科目名	Empowering Learners	科目名	Society, Culture, & Individual
授業内容	Trauma-informed Learning, Healing-centered Learningなど、生徒中心の教授法について学ぶ。	授業内容	社会学の基本的な概念を学ぶ。
授業形式	ディスカッション、フィールドワーク	授業形式	講義
単位数	4	単位数	4
サイズ	15人	サイズ	15人
難易度 Course No.	普通	難易度 Course No.	簡単
宿題の量	多い	宿題の量	少ない
コメント	津田の教職課程では学ぶことのできない教授法に触れることができた。リーディングが毎回40ページほど出されるため、精読ではなく速読で要点を掴むことが重要。予習や復習が大変だったが、教育学専攻の学生はみんな助けてくれたので心強かった。オフィスアワーにもよく通っており、教授にもたくさんサポートしていただいた。	コメント	社会学全般について学んだ。IELTSやTOEFLの問題に出そうなリーディング、テーマについて話し合う。基本は講義形式だが、席が近い人とディスカッションをしてと言われることもしばしば。ディスカッションへの態度や授業への参加も評価対象のため、留学生はハードルが高いと感じるかもしれないが、慣れてしまえば簡単にこなせるようになる。日英語両方で様々なニュースに触れる、意見を持つておくともよいかも。
科目名	Integrating in the US Academia	科目名	Perspectives on Special Education
授業内容	留学生向けのクラス。より高度なAcademic Writingを学ぶ。	授業内容	特別支援教育について学ぶ。
授業形式	ディスカッション、ライティング	授業形式	講義、ディスカッション
単位数	4	単位数	4
サイズ	5人	サイズ	15人
難易度 Course No.	簡単	難易度 Course No.	普通
宿題の量	多い	宿題の量	多い
コメント	津田のAcademic Writingのクラスに似ている。基本となる型を学んでから、実際に5ページほどのエッセイを書く。自国の文化について話すことが多いので、日本の文化をわかりやすく伝えられようとしておくと良いと思います。	コメント	教職科目の特別教育学?より詳しく障害について学ぶ授業。専門用語が多いので、日本語での知識があるとなお良い。

科目名	.Emergence Multilingual Learners	科目名	Emily Balch Seminar
授業内容	生徒たちの持つ多様な言語的、文化的バックグラウンドを生かした教室作りについて学ぶ。	授業内容	津田でいう一年セミナー。論文の書き方を徹底的に習う。
授業形式	ディスカッション、フィールドワーク	授業形式	ディスカッション
単位数	4	単位数	4
サイズ	15人	サイズ	14
難易度 Course No.	難しい	難易度 Course No.	とても難しい
宿題の量	多い	宿題の量	多い
コメント	課題が多いクラス。ディスカッションへの参加も必須なので、アメリカの教育システムについて知っておくことが大事。	コメント	1年生向けとはいえ、課題の量、難易度ともに一番苦労したクラス。泣きながら課題をこなしていました。オフィスアワーを活用して、教授にアドバイスをもらうのが一番成長する方法かなと思います。
科目名		科目名	
授業内容		授業内容	
授業形式		授業形式	
単位数		単位数	
サイズ		サイズ	
難易度 Course No.		難易度 Course No.	
宿題の量		宿題の量	
コメント		コメント	
科目名		科目名	
授業内容		授業内容	
授業形式		授業形式	
単位数		単位数	
サイズ		サイズ	
難易度 Course No.		難易度 Course No.	
宿題の量		宿題の量	
コメント		コメント	

2	<p>授業において困ったこと、その解決法について教えてください</p> <p>(1)課題の量が多すぎる、時間内に終わらない。→マインドセットを変える。全部読むことを目標にするのではなく、要旨を掴むことを目標に。ネイティブの学生でも時間がないと嘆いているので、「留学生が大変なのは仕方ない、自分は頑張ってるぞ～」と自分を褒めるようにしていました。(2)ライティングができない。うまく書けない。→オフィスアワーに行く。ライティングセンターに通い詰める。他人からのフィードバックがあって初めて成長できると思っています。誰かに助けを求めることを怖がらないでください！</p>
3	<p>授業以外の活動についてお書きください</p> <p>81)アジア系のダンスチームに入部。3ヶ月間練習して、ホールで発表しました。知り合いは増えるし、深い付き合いのできる友達ができるので勉強の息抜きに最適でした！(2)プリンマー日本人学生会。日本人コミュニティはとっても大切。辛い時に支えてくれたのはやっぱり苦勞のわかる日本人学生でした。</p>
4	<p>寮(またはアパート、フラット)の生活について教えてください</p> <p>寮(またはアパート、フラット)名とその場所 New Dorm。Pem Arch (プリンマーの入口)から歩いて3分。キャンパス内にある。</p> <p>設備についての簡単な説明 1人部屋のみ。2015年にできたばかりの寮なので、部屋も広くエアコン完備。シャワーと洗面所は共用。</p> <p>部屋について _____ 1人部屋 広さ _____ 7畳くらい ルームメートについて いませんでした。</p> <p>寝具や生活用品の入手方法 Amazon。オリエンテーションの2日前にはアメリカについてホテルに宿泊していたので、その間にAmazon Primeに登録して、速攻寝具や生活用品が届くように手配しました。</p> <p>生活の感想 とても充実していました。3、4年生が多い寮だったので周囲もとても静かで勉強に専念することができました。バス停や駅にも近いところがあるので、一番アクセスの良い寮でした。</p>
5	<p>食事についてコメントを書いてください</p> <p>キャンパス内には2つの食堂がある(New Dorm Dining Hall or Erdman Dining Hall)ので、気分に合わせて選ぶことができる。Erdmanはアメリカンな食事がメインだが、New Dormはローテーションで中華、日本食、南アメリカなどのテーマにあったご飯が出てくる。カロリーが高いものが多いが、野菜もたくさんある。</p>

6	医療保険についてお書きください	
	渡航前に加入した保険	
	留学先大学にあった医療保険制度	
	留学生用保険	
6	留学中に受けた診察(もし差し支えなければ記入してください)	
	PCR検査	
7	費用について教えてください(実際にかかった費用のみ記入してください)	
	(現地通貨)	
	渡航旅費	10万 円
	帰国旅費	15万 円
	引越し(往復で)	(現地ホテル・バス代込み)6 円
	保険	25万 円
	語学研修費	0 円
	留学先学費	0 円
	本学学費	0 円
	教材費	5万 円
	住居費	18050ドル 207万 円
	食費	住居費に含まれ 円
	その他( 留学生保 )	3,500ドル 40万 円
	( 在籍費用 )	400ドル 4万6千 円
	( )	円
合計	287万 円	
換算率 ( 1ドル = 115 円)		
受給した奨学金(留学用、給付)があれば記入してください		
卒業生による留学奨学金		
8	留学前の準備について教えてください	
	日本から持参すべきもの	
	<p>①食べ物 友達を作るためにはまず手土産! ということで海外で人気のありそうなブラックサンダーやハイチュウを持っていきました。ホームシックになると思うので、味噌汁や緑茶などのパックを持っていてもよいかもしれません。</p> <p>②化粧水・化粧品 日本ほどハイクオリティなものを見つけるのは大変なので、1年間分を持っていくと安心です。肌だけでなく髪の毛がキシキシになるので、慣れ親しんだトリートメントを持っていった方がよいと思います。日焼け止めも手に入りにくいので、多めに持っていくと良いかもしれません。</p> <p>③枕カバーとシーツ 最低限この二つがあると引越当日に困らないと思います。日本にいる時からAmazon USに登録して住所宛に送ってもらうと安心ですが、それが間に合わない場合は持っていくのがベター。</p>	
留学前にしておけばよかったこと		
<p>①Academic Writing、research paperの書き方を勉強。津田の授業を受けているだけでは全く通用しませんでした。TOEFLやIELTSの勉強で終わるのではなく、現地の大学生がどんな型でエッセイを書いているのか、どんな語彙を使うのかなどを勉強しておくで現地であまり苦しまなくてよいかもしれません。</p> <p>②サマーインターン・自己分析を進めるプリンマーでの留学中は勉強に忙しくほぼ就活に時間を割くことができませんでした。8月末に渡航だと思うので、説明会にたくさん参加して、参加可能なインターンには出ておくと今後進めやすいと思います。</p>		

9	<p>適応しにくかったこと(学習面・生活面)があれば、記入してください</p> <p>①ディスカッション重視の授業 どの授業もアメリカ社会のバックグラウンドが必須。ある程度の知識を持っておくこと、それに対する意見を英語で話せるようになっておけばよかったかなと思います。日本人留学生はとても珍しいので、日本の観点を求められることも多々ありました。どちらの国についても英語で話せるように準備が必要です。②周囲と自分を比較 留学生はインターナショナルスクールやIB、ボーディングスクール出身の生徒が多いため、常に留学生と自分を比べてしまっていました。よくないと思いつつ、どうすることもできなかった結果、精神的に参ってしまった時期もあったので「自分は自分！」と自信を持っておくことが大事かなと思います。</p>
10	<p>留学の成果(学習面・精神面)を教えてください</p> <p>①GPA 3.6で留学を終えることができた 目標としていたGPA4.0には届かなかったが、優秀な生徒が多い中でもよい成績を維持することができたのはよかった。予習と復習の徹底、オフィスアワーやライティングセンターに足繁く通ったこと、友達や教授のサポートのおかげで良いGPAを保つことができました。②コネクションが広がった 現地に住む日本人の方々と交流をしていたため、津田塾卒業生、ピラノバ大学の名誉教授やペンシルベニア大学の教授、コロンビア大学の日本人大学院生の方々と知り合うことができた。精神的な安心にも繋がり、また今後の生き方を考える上でもとても参考になった。③多様性に対する考え方 全米でもトップのLGBTQフレンドリーな大学のため、マイノリティの生きづらさや社会的な障壁について考える機会が多かった。LGBTQだけでなく、人種差別や社会的・経済的格差などについて考える機会が設けられているため、社会について色々な視点から考えることができた。</p>
11	<p>今後の学習計画および進路について(就職活動)教えてください</p> <p>学籍上は4年生ですが、教職もあるので5年での卒業になります。教育系や官公庁と関わることでできる一般企業に進むことを考えています。</p>
12	<p>留学を目指す後輩へのメッセージをお願いします</p> <p>留学＝キラキラ、楽しいを思い描いている人も多いと思います。でも、留学のほとんどは泥臭くて、大変で、ついていくのにも必死な日々です。留学したから英語を話せるようになるわけでもなければ、多様な視点から物事を見れるようになるわけでもありません。苦しくても諦めないで、現地でどれだけ挑戦して行動できるかが帰国するときの成果につながると思ってます。私自身、成果を出せない自分が嫌になって日本行きの航空券を調べたこともありましたが、しかし、そこで諦めなかったからこそこの粘り強さや行動力を身につけ、また他人に頼る大切さを学ぶことができた気がします。やり抜いた人にしかわからない、そんな価値観や能力がきっとあります。留学を考えているみなさんは留学することを目的にするのではなく、留学先で何を学びたいか、留学を経てどんな自分になりたいかをまず考えて行動してみてください。</p>
13	<p>その他、ご自由に意見を書き込んでください</p> <p>国際センターの皆様、本当にありがとうございました。留学前から留学後に至るまで、たくさんご迷惑をおかけしているにもかかわらず、常に優しく迅速に対応して下さる皆様のおかげで無事に留学を終えることができました。今後ともよろしく願っています。</p>

※本報告書は国際センターホームページに掲載します。下記のいずれかに✓をしてください。

国際センターホームページへの報告書の掲載を

( 許可する(写真含む)       写真掲載のみ不可       許可しない )

※Web掲載を許可する場合は、報告書は手書きではなくパソコン入力してください。

ホームページに掲載する際は、個人情報(学籍番号および氏名)は非公開とします。





Lantern Night



ホストファミリーと四年ぶりに再会



May Day



現地日本人のみなさまと