

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2週間以内に提出(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	2025 年 8 月 ~ 2026 年 5 月	記入年月日	2026 年 5 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: ジェンダー学			
科目名	Multilingual Writing	科目名	Esem Queer Auto/Biography
授業内容	留学生向けのライティングセミナー	授業内容	一年生向けのライティングセミナー。女性、クィアネスやレズビアニズム、フェミニズム・クィアネスの交差性について。
授業形式	少人数セミナー	授業形式	少人数セミナー
単位数	1	単位数	1
サイズ	15人	サイズ	15人
難易度 Course No.	易しい	難易度 Course No.	難しい
宿題の量	少ない	宿題の量	多い
コメント	海外生活や留学に慣れているという自信がある人以外は、取ったほうが良いです。ライティングの技能が身につくというよりも、自分と境遇が似た留学生と友達になれるのと、先生(Kelly)がとてもいい人だからです。この授業を通して知り合った中国からの留学生と仲良くなれて、遊びに行ったり悩みを相談し合ったりできました。Kellyはディーンや留学オフィスの担当者よりも親身に相談に乗ってくれます。	コメント	アメリカ文学をガッツリ読まされた。英語で文学作品を読んだ経験がほとんどなく、アメリカの文化や社会についても最低限の知識しかなかったのととても苦労した。授業もディスカッションベースで、クラスメイトの発言を理解するのも難しかった。結局私は学期を通しておそらく5センテンス程度しか発言していない。それでもリーディングやクラスメイトの発言聞いて、特にレズビアン/トランスの不可視化、強制的異性愛について理解が深まったと思う。Prof. Shollenbergerはrate my professorの評価がすごく低いのですが、少なくとも私が知る範囲ではharsh graderではないですし、普通に優しいです。
科目名	Society, Culture, Individual	科目名	Intro to Gender and Sexuality Studies
授業内容	社会学の入門の授業	授業内容	ジェンダーとセクシャリティの入門の授業
授業形式	講義+ディスカッション	授業形式	講義+ディスカッション
単位数	1	単位数	1
サイズ	35人	サイズ	20人
難易度 Course No.	普通	難易度 Course No.	普通
宿題の量	普通	宿題の量	多い
コメント	社会学の事前知識は多少あったので正直簡単かと思いきや、馴染みのないアメリカの文脈の社会学を勉強することになったので、想像よりも苦労したし、新しい知識も得た。	コメント	先生(Prof. Gurtler)がディスカッション好きなのか、授業の大半はディスカッションだったのでとても苦労した。(たまたま)いつも隣に座って一緒にディスカッションをしてくれたクラスメイトたちがとても優しく命拾いをした。

科目名	Intro to Gender and Feminist Theory	科目名	Intro to Anthropology
授業内容	ハバフォードでのジェンダー学概論的な授業	授業内容	ハバフォードでの人類学入門の授業
授業形式	生徒による文献発表+ディスカッション	授業形式	講義
単位数	1	単位数	1
サイズ	18人	サイズ	30人
難易度 Course No.	普通	難易度 Course No.	易しい
宿題の量	普通	宿題の量	普通
コメント	Intro to Gender and Sexuality Studiesよりも、理論重視の授業だった。マルクス主義フェミニズムについても扱われたので、津田の北見先生の社会思想史が好きだった人は楽しいかもしれない。先生(Danny Foster)がとてもchillで優しい。	コメント	先生が面白く、ジョークを交えつつ色々な話をしてくれる。テクノロジーが苦手なのか、宿題の提出はメールにて、授業中は手書きの板書がメインだった(大抵は板書もせず、先生が一人で話しているだけ)。
科目名	Multilingualism in the U.S.	科目名	
授業内容	社会言語学。アメリカでの多言語主義について。	授業内容	
授業形式	少人数セミナー	授業形式	
単位数	1	単位数	
サイズ	20	サイズ	
難易度 Course No.	易しい	難易度 Course No.	
宿題の量	少ない	宿題の量	
コメント	Multilingual Writingと同じ先生の授業。自分が英語や言語全体にもつイデオロギーについて再考できた。英語の教員になった時に役立つ知識を得られた。	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	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 最初の頃は完璧主義に陥ってしまい、先生や他の生徒が話していることが全部聞き取れなくてクヨクヨしてやる気を削がれていました。でも、全部が聞き取れなくても何もわかっていないことにはならないし、毎回の授業で一つでも新しいことを学べたらそれでOKというマインドセットに変えました(津田の日本語の授業でも毎授業全部完璧に理解できたことは少なかったのですが、英語でそれができるわけがない。現地のネイティブの学生も全部完璧にわかっているわけではないです)。本当に授業の内容が何もわからず困っているなら、オフィスアワーにいて先生と相談することをお勧めします。私も困った時はオフィスアワーに行きました。プリンマーの先生はみんな優しく、自分の事情(英語力やアメリカに関する背景知識の少なさ)を説明したら、親身になって相談に乗ってくれます。
3	授業以外の活動についてお書きください 留学期間を通してBi-Co(プリンマー-ハバフォード間)日本語プログラムのTAの仕事をしました。会話テーブル、カルチャーテーブルのホストや、日本語一年生の宿題の丸つけを担当しました。後期からはハバフォードのOffice of Academic Resources(OAR)が主催している日本語ドロップインチューターセッション(週2回)の担当もしました。特定のクラブ等には参加していませんでしたが、プリンマーのFem-co(女性のウェルネスのアドボカシー団体)というクラブの活動にお邪魔させていただいたり、ムスリムの友達が多くいたので、プリンマーのムスリムの団体のイベントに参加させていただきました。
4	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 寮(またはアパート、フラット)名とその場所 New Dormの一階 設備についての簡単な説明 各部屋に勉強机、本棚、洋服ダンス、クローゼット、ベッド、マットレスが付いています。共用のトイレ、シャワー、冷蔵庫、電子レンジ、シンク(洗剤とスポンジあり)、掃除機が各フロアにあります。 https://www.brynmawr.edu/inside/offices-services/residential-life/our-dorms/new-dorm 部屋について 1 人部屋 広さ 6 畳くらい ルームメートについて なし 寝具や生活用品の入手方法 寝具は何も準備せず渡航したので、初日はプリンマーから支給されたブランケットを使って寝ました。次の日にdoordash(買い物代行サービス)を使って寝具やお風呂周りのもの、ドライヤー等を買いました。 生活の感想 ニュードームはとても住みやすかったです。他の寮よりも害虫やネズミの被害が少なく、洗濯機・乾燥機の数も多いです。ただ壁が薄く、夜は隣の部屋の人のいびきが聞こえてきました。
5	食事についてコメントを書いてください プリンマーには食堂が二つあります。ニュードームには食堂が併設されているので、そちらによく行って、もう一方のアードマンにはあまり行きませんでした。ニュードームは世界の料理(風)が提供されていて、日本食(風)も食べられました。プリンマーのミールプランは食堂が空いている間はいつでも食事できるので、コーヒーを飲むだけやおやつのためだけに食堂に行ったりもできます。プリンマーのミールプランで、ハバフォードのダイニングセンター(DC)も利用できます。個人的にはDCは好きなのですが(特にアイスクリーム)、ハバフォードの学生には不評で、わざわざハバフォードの学生がニュードームまで来て食事をしているのをよく目にしました。

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	
	OSSMA PLUS	
	留学先大学にあった医療保険制度	
	United Healthcare	
	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)	
	なし	
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	936 149,400 円
	帰国旅費	1,315 210,000 円
	引越し(往復で)	249 39,737 円
	保険	2,230 355,879 円
	語学研修費	0 0 円
	留学先学費	0 0 円
	本学学費	0 0 円
	教材費	50 7,979 円
	住居費	21,830 3,483,784 円
	食費	住居費に込み 0 円
	その他(ビザ・健康)	1,080 172,460 円
	(通信費)	180 28,726 円
	(旅行)	1,145 182,727 円
	合計	29,015 4,630,692 円
	換算率 (1ドル = 159 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	
	パイオニア・スカラシップ	
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	
	持っていったよかったと思ったものは、IKEAの大きいエコバック(洗濯用)、洗濯ネット、お風呂(サウナ)バッグ、デスクライト(ダイソーの500円のもの アメリカでライトを買おうとするととても高いです)、飲み慣れた風邪薬です。基本的にはなんでも現地で手に入りますが、円安が過酷なので、飛行機の荷物制限と相談して、軽くて嵩張らないものなら日本から持ってくる方が安くすむかもしれません。日本食をたくさん持っていったのですが、私はあまり料理をせず使いきれませんでした。お湯を入れるだけのインスタントの味噌汁・スープ等はおすすです。ヘッドが小さい歯ブラシが好きなら、歯ブラシも持って行ったほうがいいです(アメリカの歯ブラシはヘッドがすごく大きい)。	
	留学前にしておけばよかったこと	
	留学前にしておけばよかったことは少しずれてしまうのですが、私は留学前にプリンマーに提出しなくてはならない書類(健康診断や寮の申込等)をほぼすべて締切を過ぎて提出したり、締切ギリギリで大焦りで書類を準備しなくてはならない状況に追い込まれました。というもので、2029年卒業(2025年入学)の人向けのオリエンテーション情報は毎週メールで送られてきていたのですが、それが自分(交換留学生)に当てはまらなと勝手に思い込んでいて(それが当てはまるとも当てはまらないとも言われていなかった)、メールを無視していたからです。もちろんメールのすべての指示が私に関係するものというわけではなかったのですが、半分ぐらいは私にも関係がありました。プリンマーは交換留学生にはあまり優しくないかもしれないので(もしかしたら、去年の夏は留学担当者が代わったのと、今年は交換留学生が私しかいなかったのも関係しているのかもしれないです...)、少しでも不明なことがあったら留学アドバイジングオフィスまたはFirst Year Experienceのチーム、もしくはその両方に問い合わせをしましょう！	

9	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 学習面で適応しにくかったことは、リーディングの量です。プリンマーはアメリカの大学の中でも勉強熱心な学生が多いとのことで、科されるリーディングの量もとても多かったです。STEMや経済系の授業はそこまでリーディングはないと思いますが、私は人文系専攻なので一授業少なくとも平均20-30ページは宿題で出されました。リーディングに関しても100%完璧に理解する必要はないので(全部しっかり理解しようとしたら間に合わないです)、要点を掴みつつ、飛ばしつつ読むのがいいと思います。文体が難しいリーディングに関しては、結局最後まで慣れることができず、今でも読むのに時間がかかります。でもそれは、読者にとってわかりやすく書くことを選択しなかった筆者の責任でもあるので、そこまで気にする必要もないのかなと思います。それに、自分にとって難しいものは大抵現地の学生にとっても難しいです。生活面で一番ショックだったのは、共用の洗濯室に干していた服を盗まれたことです。基本的にはプリンマーは安全で、部屋の鍵や学生証、パソコン等が盗まれることはないのですが、そこまで高価ではないもの(教室に忘れたシャーペン、部屋の外に並べておいた靴、洗濯物、共用の冷蔵庫に入れた食べ物など)は日本と比べると盗まれやすいです。あとは、大学ならではの文化(パーティー、飲酒等)は自分には合わなかったです。大麻はペンシルベニアでは違法なのですが、吸っている人は少なくないです。お酒や大麻を友達から勧められたこともあります。断れば向こうもそれ以上は追求してこないです(でも、大麻を勧めてきたからといってその人が悪い人というわけでもないです。文化の違いだと思います)。
10	留学の成果(学習面・精神面)を教えてください 学習面の一番の成果は、ジェンダーとセクシュアリティについて学びを深められたことです。授業を通して知識を得た部分もちろんありますが、LGBTQフレンドリーなプリンマーという場所に置かれたこと自体が学びだったと感じます。プリンマーという場所が既存のジェンダー規範を揺さぶり挑戦するクィアの実践の場で、そこで過ごせたことで自分自身や社会に内在化したジェンダー規範が解体されて行った/を解体できる可能性を身をもって感じました。アメリカという異文化に置かれたことも、自分が津田で勉強している日本の女性やジェンダー・セクシュアリティに関する状況を俯瞰してみる機会を与えてくれました。精神面では、「人は人、自分は自分」と割り切るある種の図々しさを得たところが一番の成果だと思います。上を見上げれば自分より優秀でしかも努力家な人はたくさんいますが、自分は自分のペースで前に進んでいると自分を肯定できるようになったのが、人として成長できた部分だと思います(ネオリベラルな世界ではあまり歓迎されない態度かもしれませんが、長い目で人生を生き抜いていくという点では必要なスキルだと思います！)。
11	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 英語科の教員免許を所得予定なので、帰国後は4年生の後期から復学し、5年生で卒業します。帰国後は一般企業への就職を進め、5年生の6-7月に教育実習を行う予定です。教員は憧れの職業ではありますが、津田に入って(教育を含め伝統的に女性的な職種とされる)再生産労働や一般職以外の部門へ就職して働く先輩たちの姿を見聞きし、前の自分では考えもしなかったキャリアにも挑戦したいと思うようになりました。今の教職採用の状況(社会人枠の増加)や全体的な新卒就活市場を鑑みて、まずは一般企業の就活をメインに進めていきたいと思っています。
12	留学を目指す後輩へのメッセージをお願いします 私はここ数年で一番ポンコツな留学生だったと思います。周りと比べて卑屈になったりストレスを感じることが日常茶飯事でした。周りに追いつこうと努力するのも大切ですが、背伸びしすぎず、自分を追い込みすぎず、自分のできることを一つづつこなしていくことが、成功の近道だと思います。日本で大学生まで生活してきて、急に英語しか通じない、家族も友達もいない空間で過ごすということ自体がものすごいチャレンジです。「自分はまだまだだ...」と思うこともたくさんあると思いますが、「自分は頑張ってるぞ!」と自分自身を応援することを忘れないでください!
13	その他、ご自由に意見を書き込んでください

写真を数枚添付していただけると幸いです。(キャプションをつけてください。)



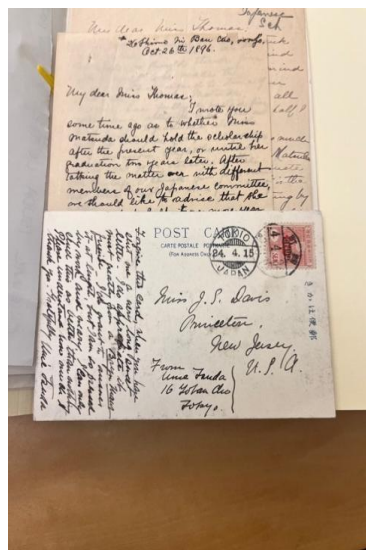
留学オフィス主催のDC旅行



日本語を履修している友達二人、ハバフォードの寮にて



Hell sistersたち、大学近くのWawaにて



Canada LibraryのSpecial Collection
梅子直筆のポストカードと手紙



津田の友達が遊びにきてくれた時の写真、ニューヨークにて



最後の日本語テーブル