

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	ランドルフ大学	氏名	
国名	アメリカ合衆国	学籍番号	
留学期間	2026年 1月 ~ 2026年 5月	記入年月日	2026年 5月 18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: 社会学、政治学			
科目名	INTRODUCTION TO SOCIOLOGY	科目名	DICTATORS AND THEIR DEMISE
授業内容	社会学入門。不平等(特に人種、階級、ジェンダー、セクシュアリティ)、社会集団とアイデンティティ、家族、コミュニティ、交差性、人口、そして気候変動が社会に及ぼす影響などを取り扱う。	授業内容	独裁者が力を手に入れる手法、そして失脚していく過程の概観。クイズ多め、プレゼン有り。
授業形式	講義, ディスカッション	授業形式	講義
単位数	4	単位数	4
サイズ	26人	サイズ	18人
難易度 Course No.	SOC1113	難易度 Course No.	POL2250
宿題の量	普通	宿題の量	普通
コメント	Participationが重視される授業だったため、積極的に自分から発言する必要があり、慣れるまでは大変だった。授業内容は基本的なので難しくはない。	コメント	毎日のようにリーディングがあるので、自分なりのペースややり方を見つけるといいと思う。
科目名	ETHICS OF DISAGREEMENT	科目名	CLIMATE CHANGE & CONFLICT
授業内容	自分と異なる意見を持つ人とのように対話できるのかを考える。実践多め。	授業内容	気候変動と紛争の関係性を、原因から解決まで分析する。レポート多め、プレゼン有り。
授業形式	ディスカッション	授業形式	講義
単位数	4	単位数	4
サイズ	26人	サイズ	14人
難易度 Course No.	CPHL1186	難易度 Course No.	POL2260
宿題の量	普通~多め	宿題の量	多め
コメント	人数が多めのクラスかつ、円になって毎日ディスカッション形式の授業なため、最初は緊張していた。手を挙げることもせずに、自由に発言が飛び交い話が進んでいくので、ついていけない時もあった。第二言語では難しいこともあると割り切って、自分の中で目標を設定し取り組みたいと思う。	コメント	毎日のようにリーディングがあるので、自分なりのペースややり方を見つけるといいと思う。レポートが多めなので、完璧を求めない方が良い。

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+上乗せ海旅																																										
	留学先大学にあった医療保険制度																																										
	大学側が推薦する医療保険があったが、OSSMA Plus+上乗せ海旅に入っていたため入る必要がないと学校に交渉し、入らなかった。																																										
	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)																																										
	皮膚炎、口内炎症で学校のhealth center!に行った。(病院ではないため、診断をしてもらい薬をもらうことはできないが、相談に乗りできることを教えてくれる。)																																										
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)																																										
	<table border="0"> <tr> <td>渡航旅費</td> <td></td> <td>320,280 円</td> </tr> <tr> <td>帰国旅費</td> <td>1,072</td> <td>170,370 円</td> </tr> <tr> <td>引越し(往復で)</td> <td></td> <td>250,000 円</td> </tr> <tr> <td>保険</td> <td>1,828</td> <td>290,519 円</td> </tr> <tr> <td>語学研修費</td> <td></td> <td>0 円</td> </tr> <tr> <td>留学先学費</td> <td>7,667</td> <td>1,211,386 円</td> </tr> <tr> <td>本学学費</td> <td></td> <td>0 円</td> </tr> <tr> <td>教材費</td> <td></td> <td>10,000 円</td> </tr> <tr> <td>住居費</td> <td>6,495</td> <td>1,032,233 円</td> </tr> <tr> <td>食費</td> <td></td> <td>(住居費に含まれる) 円</td> </tr> <tr> <td>その他(学生自治)</td> <td>180</td> <td>28,607 円</td> </tr> <tr> <td>(電気通信)</td> <td>280</td> <td>44,523 円</td> </tr> <tr> <td>()</td> <td></td> <td>円</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td></td> <td>3,357,918 円</td> </tr> </table>	渡航旅費		320,280 円	帰国旅費	1,072	170,370 円	引越し(往復で)		250,000 円	保険	1,828	290,519 円	語学研修費		0 円	留学先学費	7,667	1,211,386 円	本学学費		0 円	教材費		10,000 円	住居費	6,495	1,032,233 円	食費		(住居費に含まれる) 円	その他(学生自治)	180	28,607 円	(電気通信)	280	44,523 円	()		円	合計		3,357,918 円
渡航旅費		320,280 円																																									
帰国旅費	1,072	170,370 円																																									
引越し(往復で)		250,000 円																																									
保険	1,828	290,519 円																																									
語学研修費		0 円																																									
留学先学費	7,667	1,211,386 円																																									
本学学費		0 円																																									
教材費		10,000 円																																									
住居費	6,495	1,032,233 円																																									
食費		(住居費に含まれる) 円																																									
その他(学生自治)	180	28,607 円																																									
(電気通信)	280	44,523 円																																									
()		円																																									
合計		3,357,918 円																																									
	換算率 (1ドル = 158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																																										
	業務スーパー ジャパンドリーム財団																																										
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																																										
	普段から使っている薬、生理用ナプキン、日本の好きなお菓子など。服は帰る時にすべて捨てるか寄付するつもりで持っていくと帰りが楽。ウォールマートやダラージェネラルでなんでも手に入るの、特に心配することはない。																																										
	留学前にしておけばよかったこと																																										
	特になし																																										

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>学習面で適応しにくかったことはparticipationだと思う。日本の大学とは違い積極的に自分から発言することを求められ、最後まで苦手意識はあった。留学したての頃は先生や他の学生が何を言っているのかわからないことが多く、授業中にネガティブになる瞬間があったが、授業を受けているうちに構成や内容がわかるようになるため、最初ほどわからないということは無くなると思う。生活面で特別適応しにくかったことは無い。</p>
10	<p>留学の成果(学習面・精神面)を教えてください</p> <p>私は精神面での成長が大きい。留学期間を経て、自分を少し外に開けるようになった感覚がある。留学したては4年次での留学ということもあり、焦りや不安に駆られていたが、いわゆるコンフォートゾーンを抜け出すことで自分自身と向き合わざるを得なくなり、今まで見えてこなかった自分が見えるようになった。</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>就活をすると思う。</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>行きたいと思ったのなら今がそういうタイミングだと思って勇気を出してみてください。留学に行って本当に良かったと心から思います。ランドルフ大学は田舎の学校なので、SNSなどで見かけるようなキラキラした留学ではないと思いますが、自然に囲まれ落ち着いた環境の中で自分と向き合うことができると思います。</p>
13	<p>その他、ご自由に意見を書き込んでください</p> <p>何か相談したいことがあれば気軽にご連絡ください。</p>



初めて持った本物のライフル



春休みテキサスにて



学校が休校になるほどの大雪



Senior Dinner Danceで友人と



お世話になった部屋を出る前に



何度も食べたRookie'sのアイスクリーム