

## 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	ミネソタ州立大学モアヘッド校	氏名	
国名	アメリカ	学籍番号	
留学期間	2023年 8月 ~ 2024年 5月	記入年月日	2024年 6月 25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: ビジネス			
科目名	Start your own business	科目名	Principle of marketing
授業内容	グループに分かれ、学期間全部を通しビジネスの初め方の基礎の部分を選び、最後に自分のグループの考えたビジネスのプレゼンを行う。	授業内容	マーケティングの基礎を学ぶ。
授業形式	講義、グループワーク	授業形式	対面、ほぼ講義形式
単位数	3	単位数	3
サイズ	小	サイズ	中
難易度 Course No.	3	難易度 Course No.	
宿題の量	少ない	宿題の量	ほぼ無し
コメント	各週、会計/マーケティング等、ビジネスに必要な分野をそれぞれの担当の教授に習います。そこで習ったことを元に最後の授業で自分達のビジネスのプレゼンを行います。個人的には精神的エネルギーを一番使う授業でした。上級生が多く活発な議論が多かった+2,3人のグループワークで話し合う場面が多く、どうにか会話に参加するのに毎回超緊張&必死でした。	コメント	韓国出身の先生でとても優しい先生でした。授業形式としては完全に講義形式で、一回グループワークがあったかなという感じでした。とても丁寧な資料を投稿してくださるし、先生の英語も個人的に理解しやすい英語だったのととても理解しやすかったです。
科目名	American Economy	科目名	Composition 1
授業内容	American Economyとありますが、アメリカ経済のみに括られた物というより、経済学全般の基礎を学びました。	授業内容	学期間を通して3つのエッセイを書く。
授業形式	講義、時々グループワーク	授業形式	対面、講義形式、時々グループワーク、作業
単位数	3	単位数	3
サイズ	小	サイズ	小
難易度 Course No.	1	難易度 Course No.	1
宿題の量	やや多	宿題の量	普通
コメント	何人かの先生で開講されているので、私の授業は私が受講した先生の授業の感想になります。正直大変でした。経済という学問分野を日本で学んだことがない状態でのスタートだったので、出てくる概念や計算式を英語で理解するのに時間がかかりました。習った事を元に実践的に計算する等の課題も出たので毎回課題は大変でした。ただ、理解できるととても面白かったです。	コメント	この授業は個人的に「英語で文章を綴る事の面白さ」を知れたとても大事な授業でした。大学入学後は英語で書く物というレポートを含むAcademicな文ばかりで、英語で文章を書く事の面白さはあまり感じていませんでした。ですが、この授業では自分の考えをそのままに書くことができ、それが読み手に伝わる経験ができました。お陰で、英語で言葉にすることの面白さに気づけました。

科目名	.Introduction to Sociology	科目名	Speech Communication
授業内容	社会学の基礎を学ぶ	授業内容	スピーチについて学び、実践する。 Informative speech(個人)、Imptompt speech(個人)、Persuasive Speech(グループ)
授業形式	対面、講義形式	授業形式	対面、講義、グループワーク、実践
単位数	3	単位数	3
サイズ	大	サイズ	小
難易度 Course No.	1	難易度 Course No.	1
宿題の量	ほぼ無し	宿題の量	普通(スピーチの準備とクイズ)
コメント	とても面白かった。日本でも社会学に触れる機会が多かったので、日本で学んでいたことがアメリカではこう教えられるのか、他の学生はこう考えるのか、など、比較もできて面白かったです。また、先生の奥様が日本の方らしく、日本ではこう~など、例として日本が出てくることも多くより興味深かったです。とても素敵な先生でした。	コメント	英語で伝える楽しさ、自分の英語が伝わるということを実感でき嬉しかった授業でした。母語が英語のクラスメイトの前でのスピーチは毎回とても緊張しましたが、笑顔でGoodJob!とってくれたり、皆からもらえるコメントシートが本当に嬉しかったです。グループワークでは、スピーチだけでなくグループワークの面白さ、楽しさも感じられました。
科目名	Social Phychology	科目名	Interpersonal Communication
授業内容	社会心理学について様々なジャンルを学ぶ	授業内容	対人コミュニケーションについての授業。学ぶというよりクラスメイトそれぞれが自身の経験や考えを共有する事で理解を深めていく
授業形式	対面、講義形式	授業形式	対面、グループワークと発表多め
単位数	3	単位数	3
サイズ	中	サイズ	小
難易度 Course No.	1	難易度 Course No.	2
宿題の量	ほぼなし	宿題の量	少なめ
コメント	社会心理学を楽しく教えてくれる授業でした。その時授業で扱っているトピックに関連したYouTube動画などを沢山見せてくれるおかげで、理解しやすかったり興味をも落ちやすかったりしました。個人的には難しい分野も多かったですが、先生も楽しい先生で、楽しく受講できました。テストは毎回問題数が多く難しく大変でした。	コメント	親子関係、友情関係、恋人との関係等、色々な対人関係についてや「幸せ」について学び、考え、意見交換をする授業で、自分の交友関係を振り返れたり、心あったまる時がすごく多かったです。それぞれが日常で幸せを感じる瞬間や、身近な愛の話、愛とはなんだと思うか、等シェアしました。楽しく優しい素敵な先生でした。
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>授業で一番苦勞した事はグループワークだったかなと思います。グループワークでは、メンバーの話すスピードについていけず、ただ相槌を打つ人になってしまうことや、何がわからないかもわからないくらい置いていかれた時は質問がうまくできない事が何度もあり、すごく苦戦しました。ただ、英語力が急に伸びるわけではないので、それ以外でできる事をとにかく頑張りました。事前に資料を見てプロジェクト内容をしっかり理解し授業に挑む、参加する意欲はあるという意志を見せるためにも質問を考えてちゃんと聞く、事前に準備できる事や授業の後からでも間に合う事はまとめておく、等、をしてできる事を少しずつしていったら、メンバーに意欲が伝わったり貢献できたりする事も増えました。英語で心折れ苦勞する事はあるけど、英語以外でできる事も、英語力を補える事も沢山ある、とすごく感じました。</p>				
3	<p>授業以外の活動についてお書きください</p> <p>MSUMでは気軽に参加できるサークル活動やイベントが沢山あり、都合がつくものには積極的に参加していました。日本の子が運営していたJapan Clubや、Korean Club、Letters of Love(入院している子供にお手紙を書くサークル)等には頻繁に参加していました。そういった場を通して出会い、仲良くなれた友達も沢山いて、参加してよかったなと心から思います。</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</p> <p>1セメスター目(2023年8月-12月)-Nelson Hall/2セメスター目(2024年1月-5月)-John Neumeir Hall</p> <p>設備についての簡単な説明</p> <p>【Nelson】Nelsonは全室1人部屋で円形の寮です。円を一周する形で部屋が配置されており、中心部に、トイレ、シャワー、キッチン、洗濯室があります。各階キッチン、洗濯機、乾燥機は一つずつありました。部屋は大きくて、私は9階の部屋にしたので、とても景色が良くて、私はすごく気に入って過ごしていました。Nelsonは一定の単位以上を取得した人でないと住めないため、上級生が多く、騒音等で困ることも全くなかったです。選んだ理由:一番の理由として、最初の学期で慣れないことも多い中ルームメイトを持つことには不安があったため、1人部屋だけを検討していました。そして、1人部屋の選択肢の中で一番金額が低かったのでNelsonを選びました。</p> <table border="1" data-bbox="183 1131 1476 1176"> <tr> <td>部屋について</td> <td>2人部屋</td> <td>広さ</td> <td>畳くらい</td> </tr> </table> <p>ルームメイトについて</p> <p>Nelsonでは1人部屋、JNでは2人部屋でした。Nelsonは全室1人部屋です。JNは各部屋に二つ大きな部屋があるイメージで、その二つの部屋それぞれにベッドが二つあります。私の部屋の場合、私の方の部屋はともう1人のルームメイトでシェアし、もう一方の部屋は1人で使用していました。部屋は分かれていても、キッチンや各部屋の間にある少し広めのスペースは共有なので、実質3人部屋のような感覚で、よく3人で話をしていました。</p> <p>寝具や生活用品の入手方法</p> <p>寝具は大学が用意してくださるので心配しなくても大丈夫だと思います。入寮する日に、必要な寝具一式と、その他必要な雑貨(ハンガー数個、簡単な食器等)、食料を用意して部屋に置いてくださっていました。(写真参照)なので、結構必要な日用品という、少ないかなと思います。私は留学前、現地で購入となんでも高い、というイメージがあり、日本からシャンプー等、持っていけるものはほとんど持っていきましたが、Walmart等のスーパーで買うと安く手に入るものも多かったです。なので、無理に持っていかなきゃ!と思わなくても良いかなと思います。その都度必要なものが出てきた時は、基本バスでお買い物行ったり、車を持つ友人とお出かけするついでに買ったりしていました。</p> <p>生活の感想</p> <p>寮の補足(JNについて)→寮変更理由:「理由①:学期を終え、生活にも慣れ、ルームメイトを持つことでより現地の学生と関わったり英語で話したりする機会を増やしたい」「理由②:寮費を抑えたい」の大きく二つの理由でJNへの変更を決めました。※Nelsonに不満があったからという理由では全くなく、Nelsonもすごく好きでした。JNはアパートのような寮で、ルームメイトを持つかどうかで寮費が変わってきます。私はルームシェアを希望したのでNelsonよりも寮費を抑えられたし、快適に過ごせました。自分の部屋内に、キッチン、シャワー、トイレ等必要な設備が全て揃っていること、広いこと、がJNの大きなメリットかと思っています。</p>	部屋について	2人部屋	広さ	畳くらい
部屋について	2人部屋	広さ	畳くらい		
5	<p>食事についてコメントを書いてください</p> <p>食事は基本大学のDining Hall(KISE)で食べます。各学期で寮と同じくMeal Plan(何食つけるか)も選べると思います。私は1学期目は200meal、2学期目は50mealにしました。朝ごはんあまり食べないor自分で買った物で賄うとかであれば200で問題ないかなという印象でした。ただ、多くの津田生が利用しているUNLIMITEDプランには「いつでも入れる」という大きなメリットがあると感じました。KISEはただの食事の場ではなく、交友関係を広げられる絶好の場でした。空きコマにフラット立ち寄る学生やお話しながら長時間滞在している学生も多くそこで沢山の出会いがありました。KISEのおかげで友達を増やせたと心から思うので、いつでも入れるUNLIMITEDもとてもいいと思います。</p>				

6	<p>医療保険についてお書きください</p> <p>渡航前に加入した保険</p> <p>OSSUMA Plus</p> <p>留学先大学にあった医療保険制度</p> <p>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)</p> <p>なし</p>																																										
7	<p>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)</p> <p style="text-align: center;">(現地通貨)</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 60%;">渡航旅費</td> <td style="width: 20%;"></td> <td style="width: 20%; text-align: right;">300,000 円</td> </tr> <tr> <td>帰国旅費</td> <td></td> <td style="text-align: right;">100,000 円</td> </tr> <tr> <td>引越し(往復で)</td> <td></td> <td style="text-align: right;">0 円</td> </tr> <tr> <td>保険</td> <td></td> <td style="text-align: right;">56,320 円</td> </tr> <tr> <td>語学研修費</td> <td></td> <td style="text-align: right;">0 円</td> </tr> <tr> <td>留学先学費</td> <td style="text-align: right;">13,315</td> <td style="text-align: right;">2,000,000 円</td> </tr> <tr> <td>本学学費</td> <td></td> <td style="text-align: right;">200,000 円</td> </tr> <tr> <td>教材費</td> <td></td> <td style="text-align: right;">3,000 円</td> </tr> <tr> <td>住居費</td> <td style="text-align: right;">6,263</td> <td style="text-align: right;">940,000 円</td> </tr> <tr> <td>食費</td> <td style="text-align: right;">2,404</td> <td style="text-align: right;">360,000 円</td> </tr> <tr> <td>その他( 交際費、旅行 )</td> <td></td> <td style="text-align: right;">100,000 円</td> </tr> <tr> <td>( )</td> <td></td> <td style="text-align: right;">円</td> </tr> <tr> <td>( )</td> <td></td> <td style="text-align: right;">円</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td></td> <td style="text-align: right;">3,696,320 円</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">換算率 ( 1ドル = 150 円)</p> <p>受給した奨学金(留学用、給付)があれば記入してください</p> <p>津田塾大学海外留学(派遣)奨学金 50万円</p>	渡航旅費		300,000 円	帰国旅費		100,000 円	引越し(往復で)		0 円	保険		56,320 円	語学研修費		0 円	留学先学費	13,315	2,000,000 円	本学学費		200,000 円	教材費		3,000 円	住居費	6,263	940,000 円	食費	2,404	360,000 円	その他( 交際費、旅行 )		100,000 円	( )		円	( )		円	合計		3,696,320 円
渡航旅費		300,000 円																																									
帰国旅費		100,000 円																																									
引越し(往復で)		0 円																																									
保険		56,320 円																																									
語学研修費		0 円																																									
留学先学費	13,315	2,000,000 円																																									
本学学費		200,000 円																																									
教材費		3,000 円																																									
住居費	6,263	940,000 円																																									
食費	2,404	360,000 円																																									
その他( 交際費、旅行 )		100,000 円																																									
( )		円																																									
( )		円																																									
合計		3,696,320 円																																									
8	<p>留学前の準備について教えてください</p> <p>日本から持参すべきもの</p> <p>基本的に現地で調達できるので必ずこれは持っていかなければいけない、というものは「常備薬」以外あまり思い浮かばないです。生理用品は大きさが合わないため持っていた方がいいという声をよく聞いていましたが、個人的には大きさの大差を感じる事はなく、使い勝手に不満を感じることもなかったです。持っていておくべきものとして思いつくものは「常備薬」、持っていたら役立ちそうだなと思ったものとしては、「体温計」「ミニ扇風機」です。体温計に関しては、私は持参しており、体調を崩して自分で確認したい時に便利でした。ミニ扇風機は、夏場Nelsonの寮が本当に暑くて困ることがたびたびあったので持っていたら便利かなと思います。現地の生徒や4年間通う留学生は大きな扇風機を購入していましたが、夏期間も短く、一夏だけだと思うと購入は勿体無い気もしたので、ミニ扇風機を持っていると重宝するかもしれません。</p> <p>留学前にしておけばよかったこと</p> <p>「航空券を早く取ること」航空券は、留学が決まってすぐ取っておけばよかったと痛感しました。私は、渡航日を何日にするかなかなか決めきれず、取るのが遅くなってしまったことで、ものすごく高額になってしまいました。変更可のものを選んでおけば日程に変更が出て帰ることが可能なので、とにかく早めに取ることをおすすめします。</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>「学習面」前述しましたが、グループワークは苦戦しました。単に「英語」で苦戦したのではなく、津田塾で私がグループワークと一緒に経験してきた学生とアメリカの学生では学生の雰囲気やグループでの話し合いの雰囲気・進め方が違って、そこに慣れるのに時間がかかりました。こちらでは、一人一人の意見を聞き、互いにいいと思ったところに同意しながらゆっくりと進んでいく感覚でした。アメリカの授業では、全員にどう思う～？等の問いかけはなくとも皆自分の意見をはっきりと言う、違うと思ったらはっきりと言う(良いと思った場合も間髪入れずはっきりと言ってくれます)という感じで、これがすごいスピードで進んでいきました。なので、そのスピードについていけるほどの自分の考えを常に持つことも大変でしたし、「変な意見と言われたらどうしよう」という変な不安がよぎり、発言に時間がかかっているとそのまま死ぞびれる、ということもあり落ち込んでいました。話し合いのスピード感、意見の出る速さ等は最初は慣れませんでした。「生活面」私はあまりありませんでした。強いて言うならやはり冬の温度はこれまで感じてきたものとは全く違って辛かったです。</p>
10	<p>留学の成果(学習面・精神面)を教えてください</p> <p>「学習面」ビジネス、社会学系においても、アメリカでの視点で様々なことを学べたことはとても良い経験でした。英語に関しては、最後の数週間でやっと伸びたのかなと自分で思えるようになりました。これは自分での認識内だけの話で、きっとそれ以前から少しずつ成長はあったのだと思います。英語を母語として話す現地の学生、英語をペラペラに話す留学生たちに囲まれていると、「まだまだだ」と思うことの方が圧倒的に多く、成長を感じられたのはかなり後でした。でも、「話せる話せない」だけの英語力ではなく、英語を使うことへの抵抗感/不安が取れた、自分の英語で伝わるという自信を持てた、等の精神的な意味も含めて、英語力は大きく変わったと思います。「精神面」新しいことに挑戦する好奇心や、実際にそれを実行する際の度胸がついたと思います。限られた10ヶ月という期間があったため、やり残すことがないように、と思っていたこともあり、1人出新たな環境に飛び込むことを躊躇わなくなったように思います。</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>留学中11月頃から少しだけ就活をしており、留学中から数社面接を受け、帰国後直後にも面接を続け、内定をいただけたという流れで就活を終えました。一般的な就職活動時期と時期がかぶっている人は、やはり不安に思うことかもしれません。私もそうでしたし、就職活動を始めてからも色々な葛藤がありました。「せっかく留学に来ているのだから現地でのことにもっと集中したい」という気持ちや「かといって日本の友人はどんどん就活を進めているし、いろんな選考の情報を聞き、乗り遅れたらどうしよう」という気持ちなど迷った時期もつたし、時差で体力的に疲れる時もありました。結局12月頃からは基本的には「留学に集中」し、心から気になった企業だけ、説明会に参加したり選考に応募したりしました。今振り返って、自分ではそうしてよかったなと思っています。学習面では、ゼミで卒業研究プロジェクトを行なっていく予定です。</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>総合的に、本当に心から「行ってよかった」と思っています。私自身長年留学に行きたかった気持ちと、金銭的にも短期的にも自分の志望理由的にも本当に行っても良いのかとものすごく悩みました。ですが、楽しかったことも大変だったこともうまくいかなかったことも含め、総じて「本当に行ってもよかった」と思っています。悩んでいる方は、身近な人に話を聞いてもらいながら、沢山自分と向き合っ自分なりの答えが出せたらなと思います。素敵な留学経験になることを心から願っています。</p>
13	<p>その他、ご自由に意見を書き込んでください</p>

※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。