

## 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	Randolph College	氏名	
国名	アメリカ合衆国	学籍番号	
留学期間	2019年 8月 ~ 2020年 5月	記入年月日	2020年 8月 1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: Political Science			
科目名	International Relations	科目名	International Law
授業内容	国際関係論。外交・経済・安全保障を中心とする国際問題を思想を活用しながら研究する。具体的には、リアリズム・リベラリズムなどの思想、政府組織・非政府団体など。	授業内容	国際法。国際法の成り立ちと種類を学んだ後、国際法がどのように国際社会に影響をもたらすのかを学ぶ。国際法が行使力を持たないことや、主要大国の国際法への取り組みも学ぶ。
授業形式	対面	授業形式	対面
単位数	3	単位数	3
サイズ	教師1人に生徒約20人	サイズ	教師1人に生徒約20人
難易度 Course No.	普通	難易度 Course No.	やや難しい
宿題の量	やや多い	宿題の量	やや多い
コメント	小テストやプレゼンテーション・レポートが頻繁に出される。課題は大変だが、良いアウトプットの機会となり力がつく。評価は厳しくはない。	コメント	International Relations より難易度はやや上がる。国家管轄権や、個人管轄の分野が特に難しかった。小テストやプレゼンテーションなどが頻繁に出される。課題は大変だが、良いアウトプットの機会となり力がつく。評価は厳しくはない。
科目名	Introduction to East Asian Politics and Culture	科目名	Interdisciplinary Perspectives on Women
授業内容	日本・中国・韓国・北朝鮮について、政治・経済・文化・移民・民族などの観点から包括的に学ぶ。1国終了後にレポートを提出。	授業内容	女性学。フェミニズム運動の歴史や、男女差別問題、白人至上主義と男性中心社会の関係性などを、ディスカッションメインで学ぶ。
授業形式	対面	授業形式	対面
単位数	3	単位数	3
サイズ	教師1人に生徒8人	サイズ	教師1人に生徒約30人
難易度 Course No.	普通	難易度 Course No.	普通
宿題の量	やや多い	宿題の量	多い
コメント	歴史を辿りながら、各国の時事について学ぶので授業内容自体は難しくなかったが、宿題の教科書のページ数やレポートのページ数は多かった。現代の韓国・中国・北朝鮮しか知らなかったの、それらの国の歴史を学ぶのは面白かった。	コメント	アメリカという視点からの女性学で、同じカテゴリーの問題でもアメリカならではの人種差別問題が深く関係していた。非常に興味深い内容だった。ただ、毎授業に宿題の本のページに対する感想・見解のレポートが出されていたのでやや大変だった。

科目名	Sport Psychology	科目名	Social and Ethical Issues in Sport
授業内容	スポーツ心理学。スポーツ心理学で扱われる基本的な理論を学ぶ。内発的モチベーション・外発的モチベーション・イメージトレーニング・チームワークなどを学ぶ。	授業内容	スポーツ社会学。アメリカ社会で起こるスポーツ界の問題を学校・人種・経済・政治などの観点から分析する。
授業形式	対面	授業形式	対面
単位数	3	単位数	3
サイズ	教師一人に生徒約40人	サイズ	教師一人に生徒約10人
難易度 Course No.	普通	難易度 Course No.	難しい
宿題の量	やや多い	宿題の量	やや多い
コメント	スポーツ心理学の基礎的な内容を中心に勉強する。授業内では勉強したことを中心にアウトプットのワークをすることが多かった。学期に約4回テストがある。	コメント	アメリカスポーツ界で特徴的な問題は、大学スポーツの莫大な費用による大学の負担増加、パワハラ、黒人差別などだった。スポーツ界の男女格差の問題も詳しく勉強でき、充実した授業内容だった。
科目名	Public Speaking	科目名	Writing College
授業内容	スピーチの様々な理論を学びながら、学期末のスピーチ発表に向けてテーマの設定、活用するスピーチ方法の選定、発表を行う。	授業内容	論文作成の基礎事項を学び、指定されたテーマについての小エッセイを5-6回ほど書き、最終エッセイに向けて準備した。
授業形式	対面	授業形式	対面
単位数	3	単位数	3
サイズ	教師一人に生徒約15人	サイズ	教師一人に生徒約10人
難易度 Course No.	易しい	難易度 Course No.	易しい
宿題の量	少ない	宿題の量	やや多い
コメント	アリストテレスのスピーチ三原則、PS(problem-solution)型スピーチなど、幅広いスピーチ方法を学ぶことができた。学期後半はオンライン授業になってしまったため、準備がやや困難だったが、勉強になる授業だった。	コメント	論文作成の基礎事項は津田塾のcompositionでやった内容とほぼ同じだった。指定されたテーマがマイナーなトピックでそのテーマの本を読み、小エッセイを書く宿題はやや難しかった。先生が親身で留学生に対する理解も深かったので、安心して授業を受けられた。
科目名	Intermediate Dance Technique	科目名	
授業内容	毎週外部から講師を招き、モダンバレエのレッスンを週2~3回受講する。	授業内容	
授業形式	対面	授業形式	
単位数	1	単位数	
サイズ	教師一人に生徒約10人	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	毎週教師が変わるので、モダンバレエの中でも様々なスタイルのダンスを学ぶことができた。講師は学生のレベルに問わず親切に指導してくれる人がほとんどだった。	コメント	

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	
1. 課題の量が多い→Introduction と Conclusionを集中的に読む。時間がない時は各パラグラフの最初と最後の文だけ読む。 2. 授業内容についていけない。→本を読み返したり、オフィスアワーを活用して教授に質問する。 3. テストについての情報(範囲など)が聞き取れなかった→その場で友人・教授に聞く。	
授業以外の活動についてお書きください	
陸上競技部に入部した。大会にも4つほど出場した。学生スポーツに力を入れており、大学専属トレーナーやジム、大会遠征費用の負担など、手厚いサポートが学生に提供されており、先進的に発展しているアメリカの大学スポーツの世界が垣間見えた。休み期間はニューヨーク・アトランタ・チャールストン・ロサンゼルスを観光した。アメリカは広いだけあって、各地域雰囲気異なり興味深かった。	
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	
学内の「Wright」という寮に滞在した。新しい寮で、清潔感もあり非常に綺麗だった。	
設備についての簡単な説明	
キッチンと2つのランドリールーム、2つのコモンスペースがあり非常に快適だった。トイレとお風呂が男女兼用だったのは嫌だったが、他の寮も同様だった。部屋も広く、天井が高く窓が大きいので開放的だった。	
部屋について	2 人部屋 広さ 15 畳くらい
ルームメートについて	アメリカ人の3年生の女の子だった。とてもしっかりしていて気配りのできる人で、一緒に生活していて特に問題が起こることはなかった。彼女には考えていることを正直に話せし、一番信用していた。感謝祭の期間は彼女が実家へ招いてくれて、ご家族と一緒にターキーを食べたり港へ出かけたりして、楽しく過ごした。彼女にはとても感謝している。
寝具や生活用品の入手方法	
週1で街へのシャトルバスが出ているのでそれを利用してウォルマートに行ったり、徒歩圏内の小さいスーパーなどで生活用品は入手していた。	
生活の感想	
非常に快適だった。周りが森に囲まれているような緑に恵まれた場所だったので、空気も美味しく学内の自然もとても綺麗だった。寮も綺麗で、問題を起こす学生も少なかった。留学生活を乗り越えられた要因の一つは間違いなく、キャンパスが自然豊かであったからである。	
食事についてコメントを書いてください	
バイキング形式で、栄養素はバランス良くとれる。非常に不味いという訳ではないが、脂っこい食べ物が多かったので、滞在半年過ぎた頃からは少し飽きた。ウォルマートに日本食が少し売っていたので、味噌汁や日本のお米はよく食べていた。	

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	
	ジェイアイ傷害火災保険の海外旅行保険。契約プランは696。	
	留学先大学にあった医療保険制度	
	不明。	
	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)	
	特に無し。	
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	\$140.00      149,000 円
	帰国旅費	\$80.00      85,000 円
	引越し(往復で)	\$0      0 円
	保険	\$1,670.00      232,000 円
	語学研修費	0      0 円
	留学先学費	\$2,0260.50      2,152,000 円
	本学学費	0      0 円
	教材費	\$1000.00      107,000 円
	住居費	\$13,980.00      1,500,000 円
	食費	住居費に含まれ →      円
	その他( 生徒会費 )	\$210.00      23,000 円
	( 旅費・雑費 )	\$6000.00      640,000 円
	( 奨学金 )	- \$7530.00      -800,000 円
	合計	3,278,000 円
	換算率 ( \$1      =      106 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	
	日本学生支援機構(JASSO)の奨学金80万円(給付型)	
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	
	日用品は現地で調達可能。冬服を何枚か持って行っておくと急に寒くなった際に対応できる。日本食や家族・友人の写真など現地にないものを持参すると良い。	
	留学前にしておけばよかったこと	
	日常会話の英語の勉強。アカデミックな英語しか勉強していなかったので、現地の友人の話す崩れた英語(文法がぐちゃぐちゃ、スラング、発音の省略)が聞き取りづらかった。洋画を見たり、アメリカのトーク番組を見てシャドーイングをしておけば良かった。	

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>アメリカ南部出身の学生が多かったことから全体的に保守的な傾向が強く(大学はリベラル派)、留学生に対して無関心だったり、壁をもつ学生が多かった。積極的に色んな学生に話しかけて異文化理解に関心のある学生を見つけたり、そうでない学生に対しても相手の趣味や流行り(Tik Tokなど)などについて話題を振って交流を深めた。衛生面では日本が綺麗すぎるともいえるが、汚く感じることもあった。学習面ではオンライン授業になってからペーパーの課題が増えて、忙しくなった。</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)以前より英語を聞く・読むに対して抵抗感が減り、英語の動画やニュースサイトを頻繁に見るようになった。アメリカのニュースに以前より関心を持つようになった。(精神面) 1.トラブル(フライトのキャンセルなど)に冷静に対処できるようになった。また、課題の多い日々を過ごしたので一度に複数の物事を進める力が以前よりついた。2. 会話の中心は現地の学生だったことから、以前は中心で話すタイプだったが相手を立てながら会話を進められるようになった。3. 海外で生きることの難しさを知った。日本では周りが自発的に気遣ってくれたり、心配してくれたが、アメリカでは自分からヘルプを出さないと助けてくれないし、ある程度は自分で解決できるようになる必要があると学んだ。4. 無理をしなくなった。長期間の滞在だったので、疲れている時は友人の誘いを断ったり、学内イベントに行かなかったりして、自分の時間を作った。5. 状況を把握した上で適切な目標を持ち、少しずつステップアップするようになった。以前は何事にも大きな夢を持ちがちだったが、留学中は上手くいかないことが多く、理想を高く持つほど辛くなった。物事に取り組む際に無理せず、着実に前に進む道を考えるようになった。</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>英語を使って仕事ができる企業や、社員の英語教育に熱心な企業を中心に企業選びをしている。今後本気で海外で働きたいと考えたら、大学院へ進学することも考えている。</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>「頑張って、でも頑張りすぎないで」と留学生活が苦しくなった際に、現地の日本人の先生から言われました。留学生活は困難に直面することが多いので、自分を追い込みすぎず無理をしないことが大事だと思います。留学中は長いようで短く、友人と授業外で遊ぶ時も最初で最後になることが多いので、誘われたら積極的に参加すると良いと思います。現地の生活にどっぷりつかって楽しんでください！</p>
13	<p>その他、ご自由に意見を書き込んでください</p> <p>未熟な私に留学の機会を与え、留学先へのアプライから奨学金の手続きまで幅広いサポートをしてくださった国際センターの皆様には大変感謝しております。本当にありがとうございました。</p>



陸上部の皆と。



留学生支援団体のイベントにて。



大学構内のテラスからの眺め。