

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	ウエスタンワシントン大学	氏名	
国名	アメリカ	学籍番号	
留学期間	2021年 9月 ~ 2022年 6月	記入年月日	2022年 7月 15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、国際ビジネス、心理学			
科目名	Gender and Society	科目名	Race and Ethnic Relation
授業内容	アメリカ社会の中での女性の社会的立場や扱われ方の変遷について、当時の広告を参考に、幅広いトピックから学ぶ。(例: 教育、仕事、家事、美の定義、恋愛、友情など) 歴史的にどうfemininityとmasculinityが定義されてきて、その考えがどう社会に反映されてきたかなどを学ぶ授業。	授業内容	各人種ごとの歴史的に受けてきた差別や暴動について、現代の平等への取り組み(法改正や社会運動)などについて学ぶ。
授業形式	対面	授業形式	対面
単位数	5	単位数	5
サイズ	中(40人ほど)	サイズ	大(100人以上)
難易度 Course No.	中 /SOC268	難易度 Course No.	中 /SOC268
宿題の量	少	宿題の量	少
コメント	講義内容自体がおもしろく、教授も熱心で、毎回説得力のある講義だった。アメリカでの女性の社会的地位や描写のされ方がどのように変遷していったのか、現代のジェンダーの考えが社会にどう反映されているのかを学べて興味深かった。学生も積極的に発言できる環境があり、アメリカの学生がどのように考えているのかも知れたのは有意義だった。	コメント	アメリカ国内で歴史的に特定の人種がどのように扱われたのか知らないことが多かった為、広くそして詳しく学べたのはとても良かった。その後の学期の授業にも活用できる情報・知識が多く、最初のセメスターに履修して良かった。現代のアメリカで起こっている人種差別・偏見、不平等、差別是正運動なども関連しているため、現在の社会運動について関心が高まり、視野も広がった。
科目名	Introduction to Global Studies	科目名	Communication, Diversity and Controversy
授業内容	地球環境、貧困問題、人道問題、ファストファッション問題、サステナビリティへの取り組みなど国境を越えたグローバル課題について学ぶ授業。	授業内容	3つのトピック(人種多様性、基本的人権、reproductive rights)についてグループで議論する授業
授業形式	対面	授業形式	対面・オンライン(コロナ流行の為)
単位数	5	単位数	4
サイズ	小(20人ほど)	サイズ	小(全体で20人ほど)グループは4、5人
難易度 Course No.	中 / INTL201	難易度 Course No.	中 /Comm225
宿題の量	多	宿題の量	多
コメント	課題が重かったが、毎回の講義内容はとても興味深く、教授も授業に意欲的でかつ優しく、とてもいい方だった。グループ内での意見交換が多く、いろいろな人の意見を聞くことができた。日常生活のなかで忘れがちなグローバル問題について自身の知識と考えをアップデートでき、社会の中で取り上げられる関連トピックに敏感になったため、この授業の履修はいい経験となった。	コメント	基本的に先生は授業をしなく、グループで自分のリサーチした内容を資料にグループないで議論する授業スタイルだった。授業では①diversity ②basic rights ③reproductive rights の3つをカバーした。Winter blueのせい、生徒の出席率がよくなかった。だがこの授業を通して、現代のアメリカで注目を浴びている社会課題について、アメリカで生きてきたそれぞれの経験や境遇を元に、お互いに考え方をシェアできた点がよかった。履修中は常々自分の知識や関心が周り比べて足りていないなと思っていたが、履修後に銃乱射事件や妊娠中絶の権利等の問題がアメリカで大混乱を生み出した際に、このような社会問題に対して自分の関心と知識がとても向上していて、自分事にして考えるマインドができたのを実感でき、履修してよかったと感じた。

科目名	Media Studies	科目名	Intorduction to Internaitonal Business
授業内容	メディアの歴史や進歩、その意義について検討する。またマスメディアについて批判的に考える能力を養う。	授業内容	マーケットの違いや特徴について、貿易と投資のパターン、国際ビジネスの戦略立案
授業形式	オンライン	授業形式	対面
単位数	5	単位数	4
サイズ	中(30人ほど)	サイズ	中(40人ほど)
難易度 Course No.	高/COMM240	難易度 Course No.	中/ INBUS370
宿題の量	多	宿題の量	テストとファイナルプロジェクトのみ
コメント	リーディングの課題がとても多く、内容自体も理解しにくい読み物だった。あまりメディア研究の授業がある大学が多くないため、特に期待していたクラスの一つで、シラバスや他の口コミサイトも確認して履修を決めたが、正直イメージとは少し違ってあまり好きな授業ではなかった。(私がオンライン授業が苦手なだけかもしれないが。)だが、興味がある広告の分析・解釈のセクションはおもしろく、勉強になった。	コメント	世界経済・ビジネス関連であることから興味があり履修を決めた。ビジネス系の授業は基本専攻に入っている人しか履修できないが、この先生の授業は2年生以上なら誰でも履修できた為ラッキーだった。この教授もとてもいい方で、日本や韓国で勤務していた過去があるため、授業内でも日本の有名企業が複数社出てきて、それらの企業の国際的な貿易の戦略等々を学べたのがとても面白かった。ビジネス系の知識は一切なかったがしっかりと授業についていける難易度であり満足度が高かった。学期末に日本の企業についてグループプレゼンをしたのもいい経験になった。
科目名	Cross-cultural Management	科目名	Social Psychology
授業内容	複数の国の文化の違いを理解し、多国籍の人材と関わるビジネス上でどのように対処していくのかについて学ぶ。	授業内容	社会心理学をデータを元に理論的に、なぜ人は特定の態度や行動をとるのかについて学ぶ。(例. 選択と行動、向社会的行動、攻撃的行動、説得、偏見と差別などその他多数)
授業形式	対面	授業形式	対面
単位数	4	単位数	5
サイズ	小(25人ほど)	サイズ	大
難易度 Course No.	中/IBUS372	難易度 Course No.	中/PSY240
宿題の量	テストとファイナルプロジェクトのみ	宿題の量	中
コメント	INBUS370と同じ教授のクラス。複数の国々の文化の違い(例.コミュニケーション、信頼の築き方、タイムマネジメント、反対意見への対応、リーダーシップ、評価方法、意思決定の方法など)についてどの国がどの位置づけにあるかを学ぶ。各国の文化や価値観について学ぶため、コミュニケーションの授業の内容要素が強く、それにマネジメントという点でビジネス要素が加わっている感じだった。私にはとても合っていて面白い内容だった。	コメント	冬学期に精神面で悩んだため、春学期からは心理学に興味があり、せっかくの機会だと思いこのクラスを履修した。なぜ人はこう考えるのか、なぜこう行動するのかについて理論的に学べた。学習内容はとても面白く、なぜこう思うか・感じるかについてプロセスで説明されていて、理論的であるかつ実体験もからめて考えられる内容で、いつも合点がいった。オンラインプラットフォーム上での課題も他学生がどのようなことに好奇心を持っていて、それを各学生なりに解析し言語化する課題で、読んでいても非常にためになることばかりだった。
科目名	Intoroduction to Abnormal Psychology	科目名	
授業内容	心理的・身体的な障害(例. 不安障害、解離性障害、多重人格障害、躁うつなど)やストレスとのコーピングについて取り上げられた。	授業内容	
授業形式	対面	授業形式	
単位数	5	単位数	
サイズ	大	サイズ	
難易度 Course No.	低/PSY250	難易度 Course No.	
宿題の量	中	宿題の量	
コメント	自分自身の精神面に向かい合うことにもつながったが、やはりこの授業で扱った障害はもう少し程度が高いもので、授業内容もセラピストやメンタルカウンセラーに興味のある学生用なのかなと思った。だがこのような障害をもつマイノリティーの人も一定数おり、その人たちを社会の中でどう取り残さず、包括的なインクルージョンを行うか、どうしたらマイクロアグレッションや間違った認識を取り除けるかについて、学習内容の延長線上で考えられたのは有意義であった。	コメント	

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 東京海上日動																																																								
	留学先大学にあった医療保険制度 利用していないため不明																																																								
	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)																																																								
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>_____</td> <td>100,000 円</td> </tr> <tr> <td>帰国旅費</td> <td>_____</td> <td>_____</td> <td>100,000 円</td> </tr> <tr> <td>引越し(往復で)</td> <td>_____</td> <td>_____</td> <td>円</td> </tr> <tr> <td>保険</td> <td>_____</td> <td>_____</td> <td>150,000 円</td> </tr> <tr> <td>語学研修費</td> <td>_____</td> <td>_____</td> <td>円</td> </tr> <tr> <td>留学先学費</td> <td>9000ドル</td> <td>_____</td> <td>1,230,000 円</td> </tr> <tr> <td>本学学費</td> <td>_____</td> <td>_____</td> <td>200,000 円</td> </tr> <tr> <td>教材費</td> <td>_____</td> <td>_____</td> <td>円</td> </tr> <tr> <td>住居費</td> <td>4314ドル</td> <td>_____</td> <td>600,000 円</td> </tr> <tr> <td>食費</td> <td>_____</td> <td>_____</td> <td>450,000 円</td> </tr> <tr> <td>その他(携帯費)</td> <td>_____</td> <td>_____</td> <td>60,000 円</td> </tr> <tr> <td>(旅行費)</td> <td>_____</td> <td>_____</td> <td>200,000 円</td> </tr> <tr> <td>()</td> <td>_____</td> <td>_____</td> <td>円</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>_____</td> <td>_____</td> <td>3,040,000 円</td> </tr> </table>	渡航旅費	_____	_____	100,000 円	帰国旅費	_____	_____	100,000 円	引越し(往復で)	_____	_____	円	保険	_____	_____	150,000 円	語学研修費	_____	_____	円	留学先学費	9000ドル	_____	1,230,000 円	本学学費	_____	_____	200,000 円	教材費	_____	_____	円	住居費	4314ドル	_____	600,000 円	食費	_____	_____	450,000 円	その他(携帯費)	_____	_____	60,000 円	(旅行費)	_____	_____	200,000 円	()	_____	_____	円	合計	_____	_____	3,040,000 円
渡航旅費	_____	_____	100,000 円																																																						
帰国旅費	_____	_____	100,000 円																																																						
引越し(往復で)	_____	_____	円																																																						
保険	_____	_____	150,000 円																																																						
語学研修費	_____	_____	円																																																						
留学先学費	9000ドル	_____	1,230,000 円																																																						
本学学費	_____	_____	200,000 円																																																						
教材費	_____	_____	円																																																						
住居費	4314ドル	_____	600,000 円																																																						
食費	_____	_____	450,000 円																																																						
その他(携帯費)	_____	_____	60,000 円																																																						
(旅行費)	_____	_____	200,000 円																																																						
()	_____	_____	円																																																						
合計	_____	_____	3,040,000 円																																																						
	換算率 (1ドル = 137 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																																																								
	業務スーパーの給付奨学金(120万)																																																								
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 常備薬など。(特に必須なものはないと思う。経験上、シアトル・バンクーバーで日本系のものは不自由なく買った。)																																																								
	留学前にしておけばよかったこと 英語力を上げる。初めてのコミュニティにも怖じ気づかないで一人で行って、誰かと話して帰ってくる経験(練習)をする。(はじめのうちは友達も少ないので、自分ひとりでイベントごとに参加する勇気と度胸がいる。)留学に対する期待や偏見(キラキラしたアメリカ大学ライフなどのイメージ)をなるべく捨てる。(私の留学は、私自身そういった場所に好んで行くタイプでもなかったのも、実際はもっと控えめでした。勉強も忙しかったため、SNSで他の人のキラキラ留学ライフを比べると萎えてしまうことがあった。)他人と比べる習慣を無くす。(これは私が留学中苦しんだ自分の悪い癖でした。他人の生活や苦勞を全てを知っているわけでもないのに、見た一部分だけを切り取って自分に劣等感を感じたり、自信を無くすのは逆効果だと学びました。)																																																								

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>冬の環境への適応</p>
10	<p>留学の成果(学習面・精神面)を教えてください</p> <p>英語力や会話力もあがったが、それよりも視野を広げることが一番できたと感じる。いろいろな考え方や現地学生の高いレベルに触れることで、日本にいるときよりも数倍知識が付き、濃い時間を送れた。自分の視野を広げ、情報量を最大化できたのは大きな財産となった。精神面では、人と比べて一喜一憂してしまう自分の悪い癖に向き合い、精神的によりタフになったと思う。辛かった経験も含め、自分の成長材料になった。自分の個性を大切に、自分の歩幅で進むことを意識できるようになった。そして、反骨精神でどんどん自分の個性を出すこと、失敗を恐れず行動を起こすことができるようになった。</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>就職活動</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>①自分が必要な時間を逆算して、早めから行動を起こすこと。私は1年生のころから国際センターにいたりして情報を集めていました。もともと英語のスコアが低かった為、早くから準備をしたことで応募に間に合いました。②留学に行きたいと思う気持ちがあればぜひ経験してもらいたい。留学に迷っている方がいれば、ぜひ背中を押したいです。良い思い出・大変だった思い出も含めて、長期留学に行けたことは私をとっても成長させてくれたと思います。③留学費用について。私自身留学費用が悩みの一つでしたが、業務スーパー奨学金をいただけたことで、実際に日本で大学に通う費用と差異がほぼありませんでした。経済的な負担がネックだと感じている人もぜひ諦めず、チャレンジしてほしいです。④5年での大学卒業について。最初は4年での卒業にこだわっていましたが、留学もして4年で卒業はかなり就職活動の面で大変になると思いました。就活にしっかり時間を割き、選択肢を狭めないためにも5年での卒業を選択してよかったと思っています。</p>
13	<p>その他、ご自由に意見を書き込んでください</p> <p>ウエスタンへの留学を考えている方へ。(秋出発or春出発)私は秋学期から留学しましたが、日本人で春学期から留学している人もいました。その人たちと話す中で春留学に関してメリット・デメリットがあるなど感じたため、ぜひ参考にしてほしいです。＜デメリット＞春・夏・秋の3セメスターを履修することになるが、夏は大学はoffシーズン。期間が短い&授業数がかかなり限られる&現地の学生はキャンパスを離れている。実質学べる学期が春・秋の2学期分しかない。別の寮への引っ越しも伴うため、いろいろ大変。＜メリット＞夏のペリンハムは気候が最高でとても美しいのでリラックスする時間が欲しい人にはお勧め。</p>

ha

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)

※写真の掲載を許可する場合は、写真に写っている全員の許可をとってください。

※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で入力してください。

※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。