交換留学帰国報告書

記入｜2017 年 2 月
所属＆学年｜経済学部経営学科 4 年
卒業予定｜2018 年 3 月

留学先大学	イリノイ大学アーバナ・シャンペーン校
留学先国	アメリカ
留学期間	約 4 ヶ月　（4 年次に留学）
留学開始－終了	2016 年　8 月　12 日　－　2016 年　12 月　29 日

A．留学に至った経緯や留学準備について

①留学する大学や国、プログラムを決めた理由を教えてください。

イリノイ大学に決めたのは私の専門分野や、将来を考えるうえで学びたかった分野が幅広く学べ、質の高い講義が受けられると思ったからです。さらに、交換留学に決めたのは、実際に現地の大学の学生として長期間生活して味わいたいと思ったからです。

②留学を志したきっかけや経緯、動機などについて教えてください。

高校のときから、大学に入ったら海外留学をしたいと考えており、いろんな文化・背景を持った人間と共に生活をしたいと思っていたからです。

③留学前の海外渡航経験があれば教えてください。

渡航先	渡航時の学年	目的＆期間など
アメリカ	小学 1 年生	父の海外赴任　約 3 年間
シンガポール	中学 2 年生	父の海外赴任　約 5 年間

④実際に留学準備を始めたのは応募した時期からどのぐらい前でしたか？

半年くらい前からだったかなと思います。渡航先の大学一覧から希望の大学を選ぶために、インターネットを使ってたくさん調べたり、この先の将来について計画を立てたりしていました。

⑤海外留学室の個別相談を利用した方は相談回数や相談内容、参考になったことを教えてください（利用していない方は、利用しなかった理由や状況など）。

海外留学室の個別相談は何度も利用させていただきました。どの大学に留学するか、将来の計画の相談などをさせて頂きました。始めはぼんやりと「留学したいな～」と甘く考えていたので、相談したことで留学への考え方、向き合い方がガラっと変わりました。

B．留学前の語学対策や単位などについて

①留学前の語学対策、ＴＯＥＦＬなどの受験回数などについて教えてください。

TOEFL3 回、IELTS1 回受験しました。

②単位取得、単位互換、教職履修などに関してのアドバイスをお願いします。

単位を取るには講義をきちんと聞いて、わからないことは早めに解決して、なによりも頑張ることが大事だと思います。単位互換や教職履修はしていないのでわかりません。

C．授業や勉強について

①留学先で履修した科目と科目コード（例：MKG3001　Introduction to Marketing)、時間数、形態、授業の内容、履修方法、などについて教えて下さい。

CMN101 Public Speaking
週 2 回（80 分×2 回）/講義/毎回決められたテーマに基づいてスピーチを合計 5 回する/ネットから登録

BTW250 Principles Business Communication
週 2 回（80 分×2 回）/講義/ビジネスに使える書類の書き方のテクニック等を学ぶ、プレゼン 1 回/ネットから登録

PSYC201 Introduction to Social Psychology
週 2 回（80 分×2 回）/講義/社会心理学の基礎について学ぶ/ネットから登録

ART140 Introduction to Art
週 2 回（160 分×1 回、80 分×1 回）/講義・ラボ/アートの歴史や種類について学びつつ、毎回その講義に合った作品を自分で実際に仕上げる/ネットから登録

②授業を受けるにあたって、心掛けていたこと、どんな努力や工夫をしていましたか？

わからないことがあったらすぐに教授に直接質問することを心がけていました。また、教授に許可をとって、講義を録音させてもうことで復習しやすくしていました。

③学習面で困ったことはありましたか？どのように解決しましたか？

課題が多く、かつ難しかったので大変でしたが、友達に教えてもらいつつ頑張りました。

D．大学生活について教えてください。

①現地の雰囲気や大学の校風について教えてください。

白人さん・黒人さん・アジア人が同じくらいいた印象です。イリノイ大学だけに限ったことではないかもしれませんが、学生たちの学業への意欲が高く、講義でも積極的に発言をしている姿が印象的でした。

②ネット環境、施設、周辺環境などハード面について教えてください。

ネット環境は基本的には整っていました。スケートリンクや大きなジム、さらには病院等、キャンパス内には様々な施設がありましたが、大きなスーパーやショッピングモールに用事ができると、片道 40 分ほどバスに揺られなければならなかったので、それが大変でした。

③留学先でどのようにして現地の学生と交流を深めましたか（具体的にお願いします）？

とにかく始めはたくさんの人に積極的に声をかけ、友達を増やすことに努めました。日本人や日本のことが好きな外国人と仲良くなることで、徐々に慣れていきました。言葉が伝わらなくても、笑顔は世界共通なので大切だなと思います。

④余暇の過ごし方（授業後や長期休暇など）について教えてください。

授業後は宿題や課題をしたり、スポーツをしたりしていました。長期休暇は友人と旅行に行ったり、友人の家に泊めてもらったりしました。

E．健康管理、保険、予防接種など

①健康管理あるいは衛生面について注意していたことはありますか？

アメリカの食事はカロリーの高いもの中心でしたので、運動をすることに気を付けました。

②留学中に病院へ通った経験の有無、医療費などについて教えて下さい。

運動をしていたら足の裏に大きな水ぶくれのようなものができてしまったので一度キャンパス内の病院にいきました。キャンパス内のものだったので無料で診察・治療して頂けました。インフルエンザの予防接種も無料でした。

③加入した保険の種類について教えてください。

□留学先の大学が用意した「キャンパス保険」への強制加入

＊キャンパス保険でカバーされない部分は、個人保険に加入も含む

□個人の保険のみ

☒キャンパス保険と個人の保険の二重加入

④留学するにあたって、予防接種は必要でしたか？

☒はい（種類：髄膜炎のものなど）

□いいえ

F.住居、食事、マナーなどについて

①留学中の滞在先について教えてください。

形態	☒寮　□下宿　□アパート　□ホームステイ　□その他（　　）
何人部屋	（　2　）人

②生活（住居、食生活、服装など）や習慣の違い（マナー、対人関係）、安全面などについて、困ったこと、気をつけていたことがあれば教えてください。

寝る時間や起きる時間がそれぞれ異なっていたため、相手の邪魔にならないように配慮していました。部屋でなにか大きな音の出るもの（電話やドライヤーなど）を使うときは毎回一応許可取っていました。また、部屋に戻ってくる時間や、今日の予定は基本的には伝えるようにしていました。

③日本から持参するとよいもの、または持参しなくてもよかったと思うものは何でしょうか。

日本っぽいものを持っていくと、ルームメイトにお土産としてプレゼントできるのでよかったです。また、日本産のカイロは温かさが長時間続くので重宝しました。T シャツは新学期が始まってすぐに無料のものが 3～5 枚はもらえるので持っていく必要がなかったかなと思います。

④参考となる留学先国の情報（出版物、web サイト）を教えてください。

「地球の歩き方」を読みました。

G.留学費用について

①留学費用や支出の管理などに関してアドバイスがあれば教えてください。

奨学金には大変助けられたので是非もらえるのなら活用してください。

②奨学金はもらっていましたか？

☒はい　　（奨学金名：海外留学支援制度奨学金　支給額：月 8 万円）

□いいえ

③差し支えなければおおよその留学費用を教えてください。*内容の費目は自由に変えてください。

内容	金額	備考
渡航費	21 万円	
教科書代	3 万円	
予防接種・ビザ代	10 万円	
食費	30 万円	
住居費（寮費）	45 万円	

F.今後の進路や目標、就職活動について

①卒業後の進路（進学、就職、その他）について教えてください。

□進学

☒就職

□その他（　）

②今後の進路や目標があれば教えてください。また留学の前後で、進路や目標に対しての考え方や気持ちの変化があれば教えてください。

これから就活です。ありきたりですが、留学で得たことを大切に後悔の無いように頑張っていきたいです。

③留学中に就職活動を行った方は、具体的なエントリー、一時帰国の時期、感想などを教えてください。海外留学生用の就職活動を受けた場合はそれに関する情報もお願いします。

11 月ごろにボストンで行われるボストンキャリアフォーラムというものに見学しに行きました。基本的にはアメリカで育った日本人向けのものですが、休暇と被っており、大規模なものなので見学に行きました。

F.留学を終えて感じること

①留学を終えて今の率直な気持ちや感想、印象に残っていることなど教えてください。

あっという間でした。留学していたのが信じられないくらいです。短い間でしたが、いろいろな人に出会い、いろいろなことを体験出来て楽しかったです。これからも、交流を続けていきたいなと強く思っています。

②留学したことで、何がどのように変わったと思いますか？

世界の学生の頑張りをこの目で見られたので、自分へのいい刺激になりました。将来は海外で仕事をしたいという考えがより一層強くなりました。

③現在、留学を考えている学生へのメッセージをお願いします。

留学するかしないかで悩んでいるのなら、是非ぜひチャレンジしてみたらいいと思います！人間として大きく成長できると思いますし、なにより楽しかったです！頑張ってください！！

留学中の様子がわかる写真を 1 – 3 枚 (1 枚 1MB 程度) に貼り付けてください。この写真は、ウェブ上、印刷物として学生に公開する予定です。

以上