

短期研修報告書

記入 | 2018年 10月
所属 & 学年 | 法学部 4年生

留学先大学 (国名)	南イリノイ大学 (アメリカ)
短期研修のプログラム名	Intensive English Immersion Program
留学した期間	2018/8/15~2018/9/14

1. 留学前の準備 (応募のきっかけや動機、申込手続、語学対策など)

以前から短期留学に興味があり、就職活動も終わり時間に余裕が出来たため参加しようと思った。準備では、ビザの申請や飛行機の予約など想像以上に手続きが多く手間がかかった。

2. 研修内容や学校 (内容と時間数・形態、授業の感想、学生同士の交流など)

平日は1日4時間程度の授業があり、私のクラスでは主にリーディング、ライティング、TOEFLの対策を行った。クラスメイトはサウジアラビアや中国の方が多いが、大学では様々なイベントが行われるため色々な人と交流することが出来る。このプログラムでは大学の授業に参加するのではなく、大学内にある語学学校に通うことになるため初めて留学をする人も授業に関してあまり心配する必要はないと思う。また1か月という短い期間で教科書を買うのはもったいないため、先生に確認をとった上で該当ページだけをコピーして授業を受けていた。

3. 生活 (住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど)

大学から歩いて10分ほどの寮で生活した。部屋は一人か二人を選ぶことが出来るが、どちらにしてもバスルームは隣の部屋と共有になる。寮には様々な国からの留学生が住んでいて、キッチンや共有スペースで交流することもできる。キッチンの設備は充実しているが、お皿やカトラリーは少ないため持参してもいいと思う。(特にお箸はあった方が便利。) また、寮の周りには飲食店も多く、無料のバスを使えば買い物にもそれほど困ることはない。

4. 危機管理 (身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど)

普段の生活では特に気を付けていたことはなく日本と同じくらいの注意で大丈夫だと思う。しかし、セントルイスに旅行に行ったときに知らない人に話しかけられたことがあったので旅行に行く際には単独行動は避け、無視するようにした方がいいと思う。

5. 留学を終えて感じること & 留学を考えている学生へのメッセージ

たった一か月ですが旅行するだけではわからない、知ることのできないことをたくさん経験することが出来た。授業の内容や生活に不安はあったが、他の国や日本からの留学生や様々な人に助けをもらいながら充実した日々を過ごせた。大変なこともあるかもしれないが、これもよい経験だという気持ちでいるんなことに参加してほしいと思う。

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	24万円	
海外旅行保険	3万円	
授業料（教材費含）	16万円	
滞在費（寮費など）	4万円	
食費など	5万円	
計	52万円	

自由記述欄 *現地のおすすめ情報や留学エピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

寮



寮の近くにある人気のピザ店



大学内



短期研修報告書

記入 | 2018年 10月

所属 & 学年 | 人文学研究科 博士二年生

留学先大学 (国名)	Southern Illinois University Carbondale (SIUC)
短期研修のプログラム名	Intensive English Immersion Program
留学した期間	August,14,2018---September,14,2018

1. 留学前の準備 (応募のきっかけや動機、申込手続、語学対策など)

I applied for this program because I want to experience the different academic environment of American university and the diverse culture of American society. I think the visa application procedure takes time and you should do it early. As for the language preparation, I think it is better to read and practice English before leaving, otherwise you may feel unfamiliar with a totally new English environment.

2. 研修内容や学校 (内容と時間数・形態、授業の感想、学生同士の交流など)

The classes I attended were academic ones. They mainly focus on spoken and written English. Also there were TOEFL classes teaching some skills about TOEFL test. I think the classes are good and teachers are nice and responsible, but don't expect to improve your English greatly in only one month. It is more important to learn the way of studying English and use it in your study every day. Communicating with other foreign students is very interesting. I made friends who are from Saudi Arabia, Thailand and America.

3. 生活 (住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど)

We lived in the dormitory, which is convenient and clear. But if you apply for a single room, you had better confirm with them to make sure they give you a real single room as sometimes they messed up. American food has much fast food like hamburgers, tacos, and gyros, which are delicious and cheap. But when going to a restaurant one needs to pay tips which are about 15%-20% of the meal price. Making food by yourself will be fun and less expensive, especially if you make and share it with friends. Taking some seasoning which you like will be nice. Also a coat or sweater will be useful as it is much cooler and drier than Japan in summer.

4. 危機管理 (身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど)

They said that it is not safe to go outside at night or don't accept a free drive on road. I did not experience any dangerous things, but it is better to be careful about your safety.

5. 留学を終えて感じること & 留学を考えている学生へのメッセージ

Experiencing a different culture is fun and exciting. You will learn amazing things. You will meet different people with different thinking. If you want to go just go, don't worry about anything. It is worth it.

6. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	182,000 円	
海外旅行保険	18,000 円	
授業料（教材費含）	145,000 円	
滞在費（寮費など）	55,000 円	
食費	60,000 円	
交通費	20,000 円	
その他（小遣い、通信費など）	20,000 円	
計	500,000 円	

自由記述欄 * 現地のおすすめ情報や留学エピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。



現地チューターと一緒に！ - 大学寮「Ambassador Hall」の前で -

短期研修報告書

記入 | 2018年 10月
所属 & 学年 | 理学部 2年生

留学先大学 (国名)	南イリノイ大学カーボンデール校 (アメリカ)
短期研修のプログラム名	Intensive English Immersion Program
留学した期間	2018年8月15日~9月14日

1. 留学前の準備 (応募のきっかけや動機、申込手続、語学対策など)

学部生の間に海外での生活、実践的な英語を経験したく参加しました。自分のレベルにあった授業が受けられるというのも決め手の一つでした。
申し込みのための相手校とのメールのやり取りや航空券の手配、ビザ申請の手続きなどはすべて自分で行わなければならないので、出発前はとても忙しかったです。

2. 研修内容や学校 (内容と時間数・形態、授業の感想、学生同士の交流など)

プログラム開始前にクラス分けテストを受けます。私のクラスは基礎が中心で、Listening、Speaking、Reading、Grammar の授業を受けました。授業はクラスによって開始時刻、コマ数など多少異なり、私の場合は1コマ50分の授業が毎日4コマという時間割で、1時間目は朝8時からでした。クラスは10人程度の少人数制です。学生はサウジアラビアや中国などアジア出身の方が多く、日本の他大学からプログラムに参加された方もいました。
どの授業もクラスメイトとのグループワークが豊富で、異なる文化を知る良い機会になりました。毎日同じ授業を受けるので、出された宿題はその日のうちに終わらせるようにしていました。Speaking & Reading の授業ではグループで行うプレゼンの課題があったり、Grammar の授業ではカードゲームをしながら英文法を教わったりと実践的に「使える」英語を学ぶことができました。

3. 生活 (住環境、食生活や健康管理、金銭管理、持参して良かったものなど)

滞在場所は Ambassador Hall という寮になります。私は一人部屋に滞在しましたが、部屋は広く、生活には全く不自由しませんでした。朝食、夕食は基本自炊で共同キッチンを使用しました。昼食は学校内のフードコートで食べることができます。
学校周辺に2つの大型スーパーとショッピングモールがあります。そこで食材、生活用品等を買そろえることができます。
空きコマや授業後の時間は図書館や校内にあるジムをよく利用しました。
休日はシカゴへ観光に行ったり、CESLのセントルイスへの遠足に参加したりしました。
アメリカはカード支払いが基本なのでクレジットカードは必須です。現金で支払っていると小銭が溜まってきてしまうので注意が必要です。会計の際、小銭を受け取ってもらえないこともありました。
滞在中、突然の頭痛に襲われ、持参した頭痛薬が役に立ちました。常備薬は携帯しておくといいです。
寮と学校内は Wi-Fi が利用できます。シカゴやセントルイスなど校外へ行く場合はポケット Wi-Fi があると便利だと思いました。

4. 危機管理 (身を守るために気を付けていたことや危険を感じたことなど)

パスポート、お金など貴重品を入れたポーチを常に身に付けていました。また現金は少量を二つの財布に分けて持っていました。夜に外出する際はなるべく2人以上で行動するようにしました。

5. 留学を終えて感じること&留学を考えている学生へのメッセージ

留学は短期でも様々な国の人や言語に触れることで、ものの見方、考え方が大きく変わるきっかけになると思います。つたない英語でも自分の気持ちを相手に伝えようとする意志が大切だと感じました。また、自分が興味をもっている分野の話をするとう Listening や Speaking の力が大きく向上すると思います。将来海外で学ぶことを考えている方はぜひ参加してみてください。

6. 研修費用 (さしつかえなければおおよその金額を教えてください)

内訳	おおよその額	備考
航空運賃&ビザ申請料	270,000 円	
海外旅行保険	27,000 円	
授業料 (教材費含)	200,000 円	
滞在費 (寮費など)	55,000 円	シカゴ、ニューヨークでの宿泊費を除く
食費	30,000 円	
交通費	18,000 円	シカゴ、ニューヨークでの交通費を除く
その他 (小遣い、通信費など)	50,000 円	
計	650,000	円

自由記述欄 * 現地のおすすめ情報や留学エピソードなどご自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

校内は自然がとても豊かです。野生のリスが毎日のように見られました。

自分の専門科目や興味のある分野を研究している教授と週に一度会話させていただける機会も設けてもらい、将来の自分の進路を考える上で大変貴重な経験となりました。

準備には大変苦労しました。留学の申し込みやビザの取得などほとんどの用意を自分自身で行う必要があります。早め早めの情報収集が大切です。航空券も自分で手配することになります。そのぶんプログラム終了後にアメリカ国内を旅行するという選択もできます。(私はニューヨークへ立ち寄ってから帰国しました。)

