

短期研修報告書

記入 | 2018年 3月

所属 & 学年 | 情報文化学部 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

今回の短期研修への参加を決断したのは2年生の10月頃でした。2年の夏までは所属していた団体のイベントが多くあり、有意義な時間を過ごすことができていたのですが、その団体での仕事も終わり、このままでは春以降やることがない、と焦りを感じたのがきっかけです。

もともと将来的な海外志向は高く、大学生の内にアメリカを経験しておきたかったのでこの研修に参加しました。とはいえ、スピーキング能力に不安があったので、事前に友人と英語で話す機会を少し設けていました。また、初め自分の成績ではぎりぎり奨学金がもらえないとの話でしたが、自己推薦書を提出することによって奨学金をもらえるようになったのも大きなきっかけとなりました。

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)

研修1週目: 1週目の授業聴講では、プログラミング、数学、スポーツビジネスといったような授業を受講しました。プログラミングや数学は日本における同等の授業を英語で行うといったような感じでした。スポーツビジネスの授業では、スポーツのチームが用いているロゴがそのチームは地域にもたらす経済効果を考えてみよう、といったようなことを行い、アメリカ特有の新鮮なディスカッション形式の授業でした。

研修2週目: 2週目のテーマは Sustainability でした。初めにオレゴン大学があるユージーンの Sustainability についての実情、背景などの理解を深めたのち、自分たちのグループは愛知県豊田市 (特に TOYOTA) が行っている Sustainability についてのプレゼン発表を行いました。

研修3週目: 最終週のサービスラーニングでは、ホームレスの方々のために新しくオープンする施設の掃除や、農業、一人で暮らしている病気の方や老人の方に料理を提供する施設の手伝いなどを行いました。先進的に見えるアメリカの中にも、多くの格差があること、多くの困っている方々がいることを知る機会となり、有意義な時間を過ごすことができました。また、ボランティアをすることにポジティブなイメージを強く持つことができるきっかけとなりました。

現地の学生との交流について、基本的に2週目までの大学で行ったプログラムでは、TAのような学生がいたので、その人たちと仲良く交流することができました。その他にも、授業後に初対面の学生とサッカーをしたり、「Coffee hour」と呼ばれる文化体験のイベントに参加して、多くの留学生とも交流ができました。

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）

ホームステイ先について：50代の両親と、もう一人他の大学から留学しているルームメイト、そしてオウムがいました。基本的には食事の時に、その日はどんなことがあったかとか、お互いの情報などを共有したりして会話をとっていました。また、ホストマザーの勤務先が大学の近くということで、毎朝大学まで車で連れてってもらっていました。週末にはスーパーに連れて行ってもらったり、車で1時間半くらいかかる先にあった滝スポットなどにも連れて行ってもらいました。基本的にほぼ毎日要望を聞いてもらっていたので恵まれていたのだと思います。

ホストマザーが魚を嫌いだっただということもあり、基本的に食事は毎日肉料理でした。また、2, 3日ほど来客があって、その際にはその人の出身国の料理を振る舞っていました。大学では、初めのうちはホストマザーに弁当をつくってもらっていたのですが、いろんな料理にチャレンジしたかったので、途中から外食をしていました。時間のあるときは大学の外へ出てご飯を食べていましたが、基本的には大学内のファストフード店であったり、大学寮のビュッフェを利用していました。基本的に1食10ドルくらいでした。

自分は現金で500ドルを持って行ったのですが、実際には現金はもっていなくてもいいのでは、と感じました。アメリカはほとんどクレジットカードで決済ができます。極力現金で払っていたのですが、ポートランドへ行く際のバス代、大学のバスケの試合を見るときチケット代などは基本カード払いだったので、最終的に現金が余ってしまいました。最終日に豪遊できると考えたとしても、500ドルは多かったなと感じています。

持って行った方が良かったもの、持って行かなくて良かったもの：部屋履きを持って行くべきでした。渡航前は部屋では靴下で生活してればいいやと思っていたのですが、ホストファミリー全員が部屋履きを履いていたので、自分も二つ持ってきた靴のうちの片方を使っていました。でも片方が汚れてしまったときに大変だったので、スリッパやクロックスなどを持参した方がいいと思います。

よく、アメリカでは日本の電化製品を使うことができない、変換プラグを持って行く米だと言われますが、今の日本の電化製品は海外対応しているので変換プラグは持って行かなくても大丈夫です。また、インターネット環境について、自分は特に準備をしていませんでしたが、大学構内やホームステイ先を初め、また外にも至る所にネット環境が整備されているのであまり心配しなくていいと思います。心配なら、一緒に行動することが多い人と割り勘でルーターを用意する、といったような感じでもいいのかもかもしれません。グーグルマップが、ネット環境がなくても地図を示してくれるので便利です。

4. 安全危機管理（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）

一人で大学外を行動する際には基本的にイヤホンをつけていました。駅周辺やホームレスの施設周辺、バス内にはいろんな人がいて、話しかけられることがよくあります。「タバコ買わないか？」といったようなことなら軽く謝るだけで大丈夫ですが、集団に見られながら「あいつはどうだ？」みたいなことが言われたときはものすごく怖かったです。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

ファストフード店で食事をする際の“for here or to go?”がすごく速くて初め何を言っているのかさっぱり分かりませんでした。あと、支払いが済んだ後にファーストネームを聞かれるのですが、最初はなぜかさっぱり分からず何回も聞き返してしまいました。料理ができたときに呼び出すためでした。大きいバス停でない場合、時刻表が書いてない場合があります。その場合、前後の大きいバス停の時刻表から到着時間を推測しないといけないので、2, 3度バスに乗り過ごすことがありました。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

留学する前は、リスニングはまあまあできるし留学もなんとかなるだろうと思っていました。しかしいざ蓋を開けてみると、ネイティブの言葉は完全理解ができないし、スピーキングに関しては自分の発音が悪くてうまく伝わらないことがあったり、自分の話したいことが表現できないなど、とても悔しい思いをしました。この思いを忘れずに、今後の目標として TOEIC のスコアをまずは 730 点、そして最終的に 800 点まで引き上げたいと思います。また、将来的に自分の専門科目の英会話もできるようにならないといけないと思っているので、普段の授業中に教授の言ったことを英語で表現してみる、といったことをやっていきたいと思います。今回の短期研修をきっかけに、海外に行くということに抵抗を感じなくなりました。自分の英語レベルの進捗確認も兼ねて、次の夏または春に、英語圏の国に旅行に行きたいと考えています。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

これはみんなが口をそろえて言うことになると思うのですが、留学するかしないか迷っているのならすべきだと思います。自分は将来つきたい職業とかがまだ鮮明ではなく、何かきっかけになればと思い今回の短期研修に参加しましたが、後悔がまったくありません。今はまだ実感が湧きませんが、この経験は後々大きな財産になると信じています。大異な事にチャレンジするために短期留学はいいきっかけになると思います。せっかくの一度きりの学生生活、楽しみなきや損だと思います。

8. 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
旅行会社に支払った金額	約 39 万円	プログラム費用、航空運賃、ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	約 4 万円	キャリーバック、ウォーターブルーフのジャケットなど
ホームステイ以外での食費	約 3.5 万円	
現地での交通費	約 3000 円	ポートランドへのバス
その他（小遣い、通信費など）	約 6 万円	NBA 観戦、お土産、衣類など
合計（研修のために払った費用）	約 56 万円	
備考 奨学金を月額 8 万円いただいた分は差し引いています。本来旅行会社には 55 万円ほど払うことになります。		

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

↓↓↓



①

オレゴンのレストランで食べた一番ボリュームミーな食事

ポートランドに行ったときに入ったレストランで食べたランチです。フランスパンに牛肉とチーズがびっしり詰まっていたり、かなり塩分が含まれているポテトチップスだったり、まさにアメリカって感じの味でした。



②

大学の授業後に行ったサッカー勝負

ある日の授業後に、名大の男子一同でサッカーをしていたところ、隣のグラウンドでサッカーをしていた現地の学生たちから試合をしようとの提案が。お互いまったく知らない関係の中、とてもフレンドリーな学生たちとサッカーをしたあとの集合写真です。



③

オレゴンで見た自然

この写真ではよく伝わりにくいかもしれませんが、車でこの景色が30分ほど続きました。それほど広い農地が続いていました。前に見える小さな木はクリスマスツリーとして用いられるそうです。

最後に

オレゴン大学研修は毎日が本当に新鮮で楽しく、実り多きものとなりました。このような最高の思い出を創ることができたのは、星野先生をはじめ、Li-Hsien、旅行会社の方、このプログラムに携わったTAの方々、そして一緒にプログラムに参加した名古屋大学のみんなのおかげです。本当にありがとうございました。この経験を活かして、これから先の大学生活を過ごしていきたいと思います。

短期研修報告書

記入 | 2018年 3月

所属 & 学年 | 農学部 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

友人が他のプログラムに参加して、とてもいい経験になったと言っているのを聞いて応募しようと思いました。海外旅行が初めてだったので大学のプログラムを利用したことで安心して申込手続きなどを行いました。事前授業では自分の興味のあるテーマについてプレゼンをしました。私はアメリカの大学生活について調べました。語学対策についてはもっと早いスピードのリスニングを勉強すべきだったと思いました。

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)

第1週目 自分の専門分野である化学、生物、オレゴン大学で
第2週目 Sustainability の授業は内容に関しては知っている、常識的なことでした。
名古屋市の Sustainability についてプレゼンしました。
第3週目 高齢者の人に食事を提供している施設で皿洗いや簡単な調理をしたり、その食事に使われる野菜を育てている畑で種まきをしたりしました。
現地の学生がボランティアとして授業に参加してくれることがあり交流することができました。

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)

ホストファミリーは夫婦2人暮らしで、以前にも日本人の留学生を受け入れたことがあり、日本の生活や文化にも詳しく理解してくれている方でした。昼食は前日の夕食を持って行ったり、自分で作ったりしていました。

4. 安全危機管理 (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)

事前授業で学んだように、荷物をしっかりみておく、夜に一人で出歩かないなどに注意していました。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

英語がよくわからないのに、適当に返事をしてしまうのはよくなかったと思います。聞き返すとゆっくり話してくれたり、違う単語を使ってくれたりするので遠慮しなくていいと思います。

6. 研修後の大学生活について (今後の目標など)

英語をもっと話せるようになりたいという気持ちが強くなりました。リーディング、リスニングだけでなくスピーキングの勉強も続けていきたいです。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

今しかできない経験だと思うので、ぜひ参加してほしいです。留学へ行ったら、間違っていることをためらわずたくさん話してほしいです。

8. 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
旅行会社に支払った金額		プログラム費用, 航空運賃, ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	5万円	
その他（小遣い、通信費など）	7万円	

短期研修報告書

記入 | 2018年 3月
所属 & 学年 | 工学部 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

私は一度海外の大学に行って日本との雰囲気の違いや外国人と日本人との性格の違いを自分の肌で感じてみたいと思い応募しました。長期間一人で海外に住んだことがなく持ち物や心構えなど全く知らなかったことが不安でした。しかし海外留学室の先生との面談や留学経験のある友人などと話すことで不安を減らすことができました。事前に語学対策を全くすることなく留学に臨んでしまったが、日常会話を学んでからいくべきだと反省しました。

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)

第1週目は大学専攻している化学と生物を中心に、高校の時に勉強していた地理や興味があった環境学など幅広く授業を聴講した。化学は200番代だけでなく300番代の授業を取りました。200番代の授業は高校~大学一年生の理系基礎レベル、300番代は大学二年生以降の専門分野レベルの授業でした。専攻してる分野は難しい授業でもチャレンジして聞いてみると意外と理解できたので積極的に授業を聴講するべきと感じました。周りの学生は日本の学生よりも集中して授業を聞いており、自分も周りに感化されて一生懸命聴講することができました。

第2週目はグループを作り調べ学習をして最後にポスターを作って発表するものでした。現地の学生がボランティアとして来ていただいて、アドバイスをくれたり一緒に考えてくれたりしました。普段、普通に生活していると気づけないようなことを考えることができる内容を学ぶことができました。

第3週目は現地のボランティアに参加しました。ボランティアの内容は部屋の野菜を切ったり、掃除をしたり、畑を耕したり多岐にわたっていました。このボランティアは日本人学生とともに作業をしていたので外国人との交流は少なかったが、普段アメリカ人はどのように働いているのかなどを垣間見ることができたのでとても良い経験ができました。また現地の学生とコーヒーアワーという現地学生との交流会でたくさん話すことができました。そこにはアメリカ人だけでなくアフリカ出身の方や中国出身の方がいていろんな人と話すことができ、現地学生の日常の話やいろんな国の文化の話聞くことができとても楽しく有意義な時間を過ごすことができました。またまたその時仲良くなった現地の学生と学校終わりに一緒にスポーツをしたり、ホームパーティーに行ったり楽しい時間を過ごすことができました。

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)

ホームステイ先の家族構成は父、母、娘(18)、息子(14)で日本人留学生が1人いました。母親がグルテンフリーの食べ物を好んで食べる健康志向の強い人だったので、食事は米、野菜、鶏肉を主に食べました。最初は少し味が濃いと感じていたがおいしく食べることができました。また週末は息子とその友達を含めた4人でハイキングに行きました。ハイキングといえど実際は山登りと同じくらいハードでしたが山を歩くことで気持ちがリフレッシュできました。大学にいるときは登校前に自分で作ったサンドイッチを食べました。大学内の食堂は日本よりも高く感じたので昼ご飯は持参することをお勧めします。大学内の自販機、コンビニ、食堂だけでなく外出先のほとんどのお店でクレジットカードを使うことができたので現金は5万円持っていきましたがもっと少なくても良い気がしました。

4. 安全危機管理（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）

大きな駅周辺ではホームレスがたくさんいてお金が欲しいと要求されることが数回あったので話しかけられたら無視をしていました。なので、夜遅くに一人で出歩かないようにするべきだと思います。また住宅街では、通行人が近くまで来ないと認識できないほど、街灯は少ないので少し怖く感じました。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

アメリカの人たちはとてもやさしく外交的な人が多いと感じました。バス停で待っているとおばあちゃんが話しかけてきてくれたり、大学で教室に入ろうとしていたら現地の生徒がドアを開けてくれたり日本ではあまり体験できないような良い出来事がありました。一方でバスが平気で遅れて来るなどイライラしてしまうような出来事もあった文化の違いからくる出来事なので受け入れる必要があると感じました。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

留学を通して自分の英語力の低さに気づかされました。ホストファミリーや現地の学生と話す時に自分の言いたいことや、自分の気持ちなどをうまく伝えることができずもどかしい気持ちになりました。また会話を聞き取ることも難しく時には話している内容が食い違ったこともありましたこの体験から、今までよりもさらに英語の勉強をしていかなければならないと感じました。

また現地の学生の授業態度をみて自分の授業態度の悪さや学習意欲の低さに気づくことができました。現地の学生は熱心に授業を聞いており、わからないところがあればその場で質問をしており将来の目標のために一生懸命努力しているように感じられました。今後、日本の大学生活に当たり何を学びたいのか明白にし、それらをどのように将来に結び付けるかを考えながら過ごしていきたいと感じました。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

私はこの留学に一人で申し込み、留学前の時点でほとんど友達がおらず出発前や到着してから数日間はとても不安でした。でも授業が始まったら日本人同士仲良くなったり、また現地の学生も親身になって話を聞いてくれたり、全員が優しく充実した3週間を過ごすことができました。現地の学生と直接かわりあうことで英語力不足や文化の違いに気づくことができ、それ以外にも英語を使ってお店で注文したり、バスを予約したり日本では絶対に体験できないことが多くでき、様々な面で成長できたと思います。少しでも興味があれば3週間絶対に楽しめると思うので参加してほしいです。

8. 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
旅行会社に支払った金額	570000 円	プログラム費用、航空運賃、ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	10000 円	
ホームステイ以外での食費	15000 円	
現地での交通費	8000 円	
その他（小遣い、通信費など）	15000 円	wifi
合計（研修のために払った費用）	約 600000 円	奨学金 16 万円受給

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

↓↓↓

特に印象に残っている 2 枚の写真について紹介します。



一つ目はハイキングの写真です。ハイキングといえど実際山登りと同じくらい大変でした。でも頂上からの景色は素晴らしいものでした。2月だと雪が積もった山を眺めることができるのでお勧めです。



二つ目は大学バスケの試合の写真です。アメリカの大学スポーツは盛んで日本のプロよりも派手な演出があったり試合の迫力がすごかったりするのでお勧めです。

短期研修報告書

記入 | 2018年 3月
所属 & 学年 | 法学部 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

大学に入学した当初から、外国に対する憧れ、自己成長などのために留学に興味があったがこれまで特に行動に移していなかった。二年生のうちに短期研修に行きたいと思い海外留学室のホームページでこの研修を見つけた。

留学初心者向けであること、ホームステイができるということ、アメリカの中でも田舎で治安が良さそうだということが参加の決め手になった。語学勉強に関してはまったく何も行わなかったが、最初は思ったように英語が出てこなかったり相手の話していることが聞き取れなかったりして大変だったので、英語を聞くなどして耳を英語に慣らしておくといいと思う。

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)

全体として3週間のオレゴン大学経験プログラムを受けた。基本的には一緒に名大から行った25人で現地の担当者による英語での授業を受けていた。

第一週目は、オリエンテーションということで、大学内を散策したり、現地の授業を聴講したりした。私は、自分の専門である法律学や政治学の授業を聴講した。現地の学生の様子を間近で見たり、日本での授業と同じ内容をアメリカの視点から見ることができたりして面白かった。教授の話の七割は聞き取れないが、スライドを訳したり、聞こえる部分から推測したりして聞いていた。ディスカッション形式の授業はあまり会話に入れず辛かった。

第二週目は、sustainability をテーマに、ユージーンとオレゴン大学が取り組んでいる持続可能性活動について学び、その後にグループで sustainability な都市について調べ、3分ほどのプレゼンテーションを行った。

第三週目には、現地でのボランティア活動を行った。料理や掃除をするものが多く、思っていたより現地の方との関わりが少なかったという印象であった。

現地の学生とは、毎週金曜に留学生交流目的で行われる coffee hour で話したり、私たちの授業にボランティアで来てくれる学生さんと話したりして交流することができた。英語に自信がなくても積極的に話しかけることで友達が増えていったことが嬉しかった。

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)

ホストファミリーは60代の夫婦と日本から来ていた留学生で、基本的に四人で生活していた。留学生には慣れており、親切ながらも干渉しすぎずの距離感でとても快適だった。週末になると孫たちが訪れ、一緒にボードゲームをしたりして賑やかだった。

食事はピザ、パスタ、チキンなどがメインで毎回サラダやフルーツがつくので思っていたよりヘルシーだったし、自分で取り分けるため好きな量に調整できた。昼食は毎回持たせてくれ、外食したいときは

断っていた。日本食が恋しくなるだろうと思い、サトウのご飯や味噌汁を持って行ったが、現地のアジアフードショップで割高にはなるがそれらが何でもそろふことがわかりびっくりした。

ネット環境は、大学やホストハウスの Wi-Fi を使い、それ以外の場所ではレンタル Wi-Fi を使っていた。もしもの時のために、自分でネット環境を用意することは必要だと思う。お金は、基本的にカードを使う場面が多く、現金は使うと小銭が増えて使い切るのに苦労するため緊急用の最小限でよいと思う。

大学へは家から 5 分のところにあるバス停を使い、バス一本で 30 分ほどかけて通っていた。同じ路線を使っている子がいたので時間を合わせ一緒に登下校していた。

4. 安全危機管理 (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)

何かあればすぐに走れるような服装をこころがけ、お金や携帯はリュックとは別に体の前における小さいポーチにいれていた。家の周りやバスの中はとてものどかで危険を感じたことはなかったが、駅の付近は少し治安が悪かったので、夜の駅には一人で行かないようにした。バス停から家まではどうしても一人で歩かないといけなかったので、あまり帰りは遅くならないようにし、遅くなった時はホストファミリーに連絡を入れ、バス停から家まで走って帰った。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

食べ物を注文するときに聞き取ってもらえず、頼んだものと違うものがきたり何回も聞き返されることがあった。

6. 研修後の大学生活について (今後の目標など)

この研修を通して世界が広がり、新しい視点や将来設計の幅が広がった。現地の学生を間近でみることは良い刺激になった。これまで日本での快適な環境を出たことがほとんどなかったが、この研修を通して経験値が増え、自分に対する自信がついたことは、とても大きな財産だと思う。外国の人とコミュニケーションをとれることが本当に楽しく、もっと多くの海外の方と関わりたいと思うようになった。そのために英語を勉強していきたい。また、機会があったらまた海外で勉強したいと思うようになった。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

私はこの短期研修に参加して本当に良かったです。研修直前は日本での安全な生活を出ることに対する不安が大きくなり行きたくないと考えることもありましたが、実際に行ってみると、毎日が本当に楽しくて、日本に帰りたくないと思うようになりました。外国に行くことで視野が広がり、その国ばかりでなく日本の良い面や悪い面も見えます。何より自己成長できると思います。言語に関する不安もあると思います。私は受験勉強以来まともに英語を勉強しておらず本当に英語ができませんでしたが、とりあえず行ってみようという気持ちでなんとか乗り切ることができたし、会話力の伸びを実感することができました。迷っている人には本当におすすめしたいです。

8. 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）

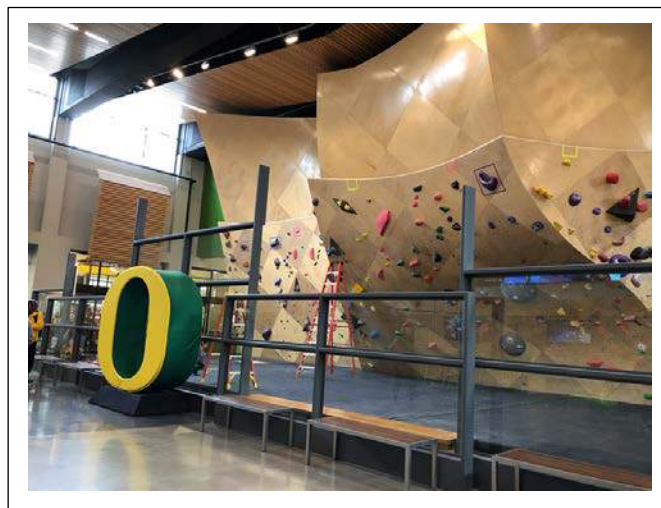
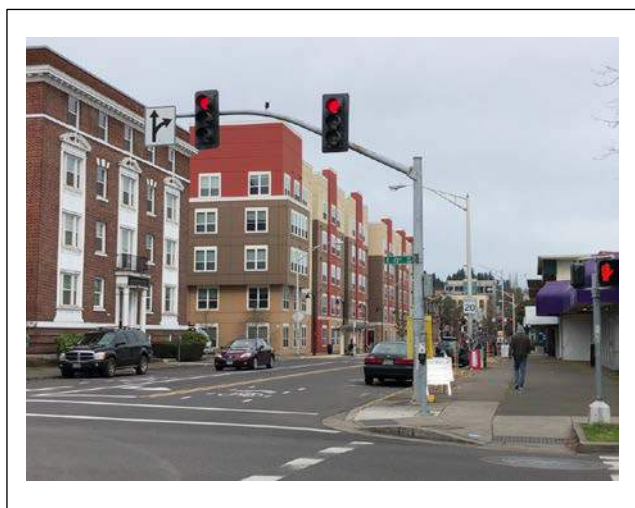
内訳	おおよその額	備考
旅行会社に支払った金額	55万円	プログラム費用、航空運賃、ホームステイ費用（1日3食）、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	5万円	現地が雨期であるとのことで、防水用のレインジヤケットを購入した。
ホームステイ以外での食費	1万円	大学内のピュッフエや、ダウンタウンにあるハンバーガーショップ、メキシカンレストランなど
現地での交通費	0円	大学から路線バスのバスが渡されるため、通学には交通費がかからなかった
その他（小遣い、通信費など）	9万円	
合計（研修のために払った費用）	70万円	JASSO 奨学金給付有

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。

↓↓↓



大学の設備はとても充実しています。
とても大きなボルダリング場があり、授業でみんなでボルダリングをしたことは良い思い出です。
アメリカの町並みはとっても可愛いです。



短期研修報告書

記入 | 2018年 3月

所属 & 学年 | 工学部 3年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

今まで海外にいったことがなく、大学生活中にしっかりと文化と言語に触れる体験をしたいと思ったので旅行ではなく留学を選びました。費用に関しては、バイトで貯めていたので親と話して半分出しました。準備は、パスポートを発行するところから、大きいスーツケースの購入、プリペイドSIMの用意などしました。学部の友達に海外留学室や名大の短期留学プログラムを紹介してもらって、説明会に参加し、留学を決めました。事前授業ではアメリカをいろんな面から知れたし、同じプログラムの友達もできてよかったです。

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)

オレゴン大学での研修が基本で、第一週目は、専攻である Chemistry をはじめ、興味のある Geography, Environment studies, Astronomy, Academic English for International Studentsなどを聴講しました。またオレゴン大学の教員や、生徒ボランティアの方に大学の案内をしてもらいました。第二週目は、sustainability について大学の処理施設で働いている方のお話を聞いたり、映画をみたり、自然公園に行ったりして学びました。プレゼンでは、オレゴン州と日本を比較して sustainability について考えました。第三週目は、ボランティアとして家がない方への食事作りや、大学生徒への食材の配給、土を耕す仕事などしました。現地の学生とは、ボランティアとして来てくれた授業や交流イベントで会話をしました。

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)

ホームステイ先は、お父さんと息子さんの2人暮らしで、十分なスペースの部屋があり、ユニットバスも2つあって生活に不便はありませんでした。朝ごはんは自分で食べ、夜ご飯はハンバーガーやピザなど作ってくれました。日本とアメリカの違いに関する話がしやすいし、多いので写真や正しい日本の情報を知っておくとよいかと思います。大学にいるときは、お弁当を持たせてくれる日もあったし、自分で食べるものを持って行ったり、大学内にたくさんお店もあるし、付近においしいお店もたくさんあったのでそこで食べたりしました。お金は両替したドルから使いましたが、クレジットカード基本でいけたなと思いました。

4. 安全危機管理 (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)

現金を多く持ち歩かないよう分けることと、スマホや財布などの荷物を適当にしまわないでチャック付きのかばんに毎回しまうように心がけました。予想よりはるかに安全な街でしたが、危険を感じる人とは近づいたり、目を合わせたりしないようにしました。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

外国人がいるのが当たり前なので、お店の人などは容赦ない英語で話されるので、注文で聞かれることや、流れなど事前に知識が少しでもあるといいのかなと思いました。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

大学に行かせてもらうことがどれだけ恵まれていることか分かったので、学ぶことに積極的になってどんな分野でも無駄にしないで繋がる勉強にしたいと思います。専攻で学んでいることがアメリカでも同じだと分かったし、多くの日本のものがアメリカで使われているのを見て、世界に役立つものを開発したいなと思いました。そのためにも英語に慣れたいし、英語学習を趣味感覚でとらえられるようにしたいです。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

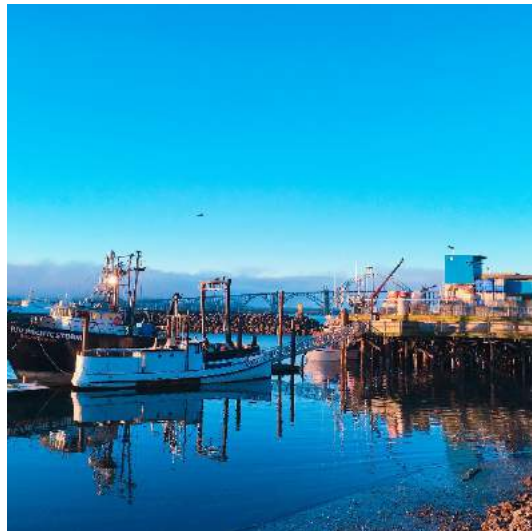
観光地を巡る旅行もいいけど、人と関われる留学のメリットは大きいと思います。この3週間で出会ったホストファミリーのことは忘れることはないと思うし、海外で自分を家族として扱ってくれるやさしさを知れるのは留学だけだなと思います。また、オレゴン大学という発展して、きれいで、刺激のある大学を使わせてもらったことは貴重なことだと思います。

8. 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
旅行会社に支払った金額	56万円	プログラム費用、航空運賃、ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	1万円	
ホームステイ以外での食費	1万円	
現地での交通費	1万円	
その他（小遣い、通信費など）	6万円	
合計（研修のために払った費用）	65万円	

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。

↓↓↓



短期研修報告書

記入 | 2018年 3月

所属&学年 | 経済学部 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

留学にもともと興味があり、交換留学が決まった友達がまず短期でいってみるといいというアドバイスをくれて、短期プログラムの説明会に行き、この研修を知った。旅行ですら海外に行ったことがなかったため、海外独特の雰囲気など何も知らないままいくのが不安だったため、耳だけは慣らそうと出発前にリスニング対策を少ししていた。事前授業でオレゴンについて基本的な環境などを知ることができたためそれも不安解消につながったと思う。

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)

1週目に実際の授業を聴講させてもらい、私は自分が専攻している経営学科の授業に参加した。英語ばかりで理解できないであろうと予想していたけれど日本の講義で学習した内容と同じ内容が扱われていて英語での復習のようなものとなり、良い経験になったと感じている。2週目の sustainability は環境に対してオレゴンの人々が気をつけていること、世界の環境保護の現状などについて知ることができたが、私にとっては日本も環境に対して多くの取り組みを行っているという再確認にもなったと感じている。3週目に行ったボランティア活動ではその内容からユージーンのさまざまな人たちの暮らしを知ることができたと思う。裕福でない人々も安心して暮らせるような町作りはとてもすてきだと思った。

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)

ホームステイ先はマザー一人で仕事を退職されている人であった。キリスト教を強く信仰していて、それについて多くのことを教えてくれたが、無理矢理信仰を強要してくることはないため、知識を与えてくれて良い学習になったと感じている。大学ではホストマザーが作ってくれた弁当を食べていたため、昼食代はほとんど使っていない。支払いはほとんどがカードであったためそれほど現金はいらないが、友達と割り勘などをする場合、現金が必要になる。私はポケット wifi を持っていったが、SIMカードの方が安く済むと思った。バスパスを無料でもらったため、どこへ行くにもバスが使えるとても便利だった。

4. 安全危機管理 (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)

海外は治安が悪いというイメージから始めはおびえていたが、オレゴンは比較的治安がいいと思う。しかし油断はしないように貴重品の管理は怠らないようにしていた。ホームレスの人がよく話しかけてくるが、気にしないようにするべきだと教わった。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

私はほとんどの食べ物を好き嫌いなく食べることができたが、どうしても口に合わないものはしっかりと我慢せず伝えるべきだと思う。そこから生まれるコミュニケーションなどもあるため、日本人特有の気遣いはむしろ必要ないなと感じた。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

コーヒーアワーなどに参加して英語に触れる機会を増やしたい。また TOEIC などに向けて勉強を続け、自分の英語能力を高めていきたい。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

自信を持ってこの研修をおすすめするので迷っている方はぜひ留学に行ってほしいと思います。

8. 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
旅行会社に支払った金額	559,490円	プログラム費用、航空運賃、ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	1万円	生活用品
ホームステイ以外での食費	1万5千円	
現地での交通費	0円	
その他（小遣い、通信費など）	3万円	wifi
合計（研修のために払った費用）	614,490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。

↓↓↓



短期研修報告書

記入 | 2018年 3月

所属&学年 | 情報学部 1年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

大学入学当初から1年生の春休みには短期の海外留学に興味があって、調べている内に見つけました。自分の英語力の向上と米国の生活に興味があったのでこのプログラムを選びました。

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)

三週間のプログラムで、第一週は大学生活、二週目はサステナビリティについての勉強、三週目はボランティア活動を行いました。

第一週目：私はコンピューターサイエンスと社会学、ビジネスを聴講しました。コンピューターサイエンスは日本での授業で知っていた背景知識があったことや、プログラミング言語は世界共通であることもあり、理解しやすいものでした。社会学とビジネスは専門用語や自分の知識がなかったことによりほとんど理解できませんでした。

第二週目：ユージーン、またオレゴン大学で行われているサステナビリティに関連する取り組みについて、現地の団体の方から講義を受けました。大きな日本との違いとして食品に関する廃棄物を堆肥化するために分別しているというものがあり、印象的でした。

第三週目：いくつかの施設でボランティア活動を行いました。ユージーンミッションというDVなどの事情によりホームレスになった母子を受け入れる施設があることに驚きました。

毎週金曜日にコーヒーアワーという、留学生や国際交流に興味のある学生が集まって話をする会があり、毎週それに参加して、現地学生と関わりを作りました。そこで出会った学生と一緒にバドミントンをしました。

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)

私のホストファミリーは両親と息子三人という構成でした。他の参加者と比べると大家族だったと思います。留学生の受け入れには慣れている様子で、現地についてすぐに家でのルールのようなものも説明され、スムーズに生活に入っていました。毎日決まった時間にディナーがあるのですが、週末はディナーのあとにみんなでボードゲームをして遊ぶ時間があり、コミュニケーションの良い機会でした。お金に関しては4万円分ほどドルに替えて持って行ったのですが、あまり使う機会はありませんでした。現地はクレジットカード支払いが普通で、私もそれに倣ってカードで主に支払いをしていました。持参してよかったものは特別なく、私は現地でシャンプーなど生活必需品を買いそろえました。

4. 安全危機管理 (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)

ダウNTOWNに出た際には知らない人に声をかけられることもありましたが、無視してやり過ごしました。個人的に一番怖かったのは、オレゴンは大麻が合法なので、吸わないかと現地学生に誘われたことです。断固拒否することで避けることができました。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

一か月くらい持つだろうと思っていた髭剃りの充電が二日目にして切れました。日本でも使ったこと
のなかったカミソリを使って残りの日々を過ごしました。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

自分のスピーキング、リスニング能力の無さに挫折したので、英語をさらに勉強しようという気にな
りました。また、長期の留学を試みたいと思うようになりました。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

最終的には長期の留学を目指している人も、一度短期研修に参加することで海外の生活がどんなものか
を知れたり、自分に合っているかを考えたりする良い機会になると思います。

8. 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
旅行会社に支払った金額	50万円	プログラム費用、航空運賃、ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	円	
ホームステイ以外での食費	円	
現地での交通費	0円	バスパスを配布されました
その他（小遣い、通信費など）	10万円	
合計（研修のために払った費用）	60～70万円	JASSOの奨学金支給されました

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。



ホストファミリーと手巻きずし



ピトックマンションから一休日に留学メン
バーとポートランドへ



ボランティア活動

短期研修報告書

記入 | 2018年 3月
所属 & 学年 | 医学部 1年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

このプログラムの担当をしていらっしゃる星野先生の授業を受けており、その授業でこの留学について知りました。授業中にプログラムの説明をしていただいたので、すごく参加しやすかったです。

高校の頃から海外に非常に興味があり、大学では留学をして異文化を学んだり英語力を向上させたりしたいと思っており、初めて海外留学する私にとってぴったりのプログラムだったので参加しました。また、今回の留学では、自分自身が人としてさらに成長することも目的としていました。

ホームステイは初めてだったので、何か漠然とした心配はありましたが、終わってみるとホームステイというのはとても良いものだと感じています。

事前授業は、班ごとに分かれて一つのテーマを調べる取り組みが良かったです。アメリカについて調べられました。また、他の班の発表からアメリカについてたくさん学ぶことができました。

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)

1週目では、オレゴン大学の実際の授業を見学しました。生物、物理、化学、天文学、生理学、環境学を聴講しました。どの授業も日本と様子が違って興味深く、さらに、本当のアメリカの授業を受けることで自分の英語力を実感できました。そして、一番印象に残っているのは天文学です。日本では学んだことのない分野だったので非常におもしろかったです。一年を通して授業を受けて、もっと学んでみたいなと思いました。

2週目では、Sustainabilityについて学びました。高校の頃から持続可能性については注目していたのでとても楽しみにしていました。授業では、先生にオレゴンの Sustainability について教えてもらったり、ゴミをなくすための大学の取り組みについて学んだりしました。また、私は、日本の田舎の町において持続可能性を維持するための対策を考え、プレゼンしました。貧困や平等などのもっと幅広い Sustainability を学ぶことができればよりよいと思います。

3週目は、ボランティアをしました。住む家のない母親と子供のための新しい建物の掃除をしました。部屋の掃除を名大の仲間とともに一生懸命しました。これからあの建物を利用する人たちが幸せになってくれたらうれしいです。

現地の学生とは、アクティビティで一緒に話しました。Coffee Hour というインターナショナルな集まりでも話す機会がありました。自分から話すかどうかが大事だと思いました。

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）

ホストファミリーは、おばあさんが一人と犬が一匹でした。早稲田大学と麗澤大学からの留学生が一人ずついました。ホストマザーにビーチとサファリパークに連れて行ってもらいました。両方ともアメリカでしかできないおもしろい体験でした。食事は毎日違ったおいしい夕ご飯をいただきました。いろいろな種類の料理を食べました。朝もベーコンエッグとトーストを作ってもらっていました。昼はサンドウィッチのお弁当を食べました。お金は現金を使用しましたが特に問題なかったです。大学へはバスを用いました。3週間を通して、ホストファミリーにはとてもお世話になりました。私が快適に過ごせるようにすぐサポートしてもらえました。感謝しています。

4. 安全危機管理（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）

パスポートは、家のスーツケースの中にきちんとしまっておきました。とても安全な大学や町であったので特に危険であったことはなかったです。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

おもしろいと思ったことは、アメリカの私の家ではオレンジジュースをたくさん飲むということです。一日に大きな容器一つがなくなるくらいでした。また、愛犬が家の中を自由に歩けていて、家族の一員のようにでした。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

毎日暮らしていけることに感謝して、一瞬一瞬今を大切に生きていけるように、成長していきたいです。今回の留学で学べたたくさんのことと得られた自信を生かし、これからも毎日こつこつ進歩していきます。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

思ったより何事もうまくいくものでした。そして、新しい経験をたくさん積むことができました。行ってみれば、きっとそれぞれの新しい気づきがあると思います。

8. 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
旅行会社に支払った金額	56万円	プログラム費用、航空運賃、ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	0円	
ホームステイ以外での食費	2000円	大学のお店
現地での交通費	0円	
その他（小遣い、通信費など）	2万円	お土産
合計（研修のために払った費用）	41万円	JASSOからの奨学金がありました

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

↓↓↓



オレゴン自然がとてもきれいで雄大でした。すごく感動しました。晴れた日のビーチは広く美しく最高でした。リラックスでき、自然を全身で感じました。ビーチ以外にもたくさんある大きなパークでは山や森の自然を感じられ、普段の道の周りにも広大な草地や木々、川があります。家の近くすら、家の周りや道路沿いに大きな木がたくさん生えていてとてもリラックスできる空間でした。日本ではあまり味わうことのできない美しく雄大な自然を感じられたことは、非常に素晴らしい経験でした。



印象に残ったのは、美しくきれいで落ち着いた雰囲気のあるオレゴン大学です。古風でレンガ造りのきれいな建物や、最新式のかっこいい建物、そして、大学内にもあるたくさんの自然、とても居心地の良い大学でした。そして、その中をいろいろな人が一人一人歩いていました。日本の大学とは全く異なるアメリカのオレゴン大学を味わうことができ感動しました。そのスケールや美しさには、本当に驚かされました。

名大の友達たちの支えや、先生方のサポート、そして、オレゴン大学と私の住んだスプリングフィールドの美しい雰囲気、すべてに支えられて安全に楽しく生活できました。本当に感謝しています。その中でも、やはり一番私を支えてくれたのはホストマザーでした。毎日優しく見守ってくれました。本当にとてもありがたかったです。ホームステイは初めてのことで最初は少し心配な感じはありましたが、家族の一員として過ごすホームステイをして、ホストファミリーと一緒に過ごすことができ本当に良かったと思っています。

今回の貴重な体験を生かして、ありのままの自分で、すべてに感謝して生きていこうと思います。

短期研修報告書

記入 | 2018年 3月

所属&学年 | 教育学部 4年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

短期研修について海外留学室の先生に相談した際に、紹介していただきました。アメリカでの大学生活を体験してみたいと思い、参加いたしました。持病があつて受け入れていただく際に大学の担当者の方と情報交換をする必要があつたので、海外留学室の先生にお力添えいただきました。

参加費用は両親に工面してもらいました。また、JASSOの奨学金も利用させていただきました。事前授業はオレゴンやアメリカの大学についてリサーチしてプレゼンしたり、ホームステイや現地での危機管理についてご指導いただいたりしました。事前に現地での生活について知ることができたので、有意義な授業だったと思います。

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)

アメリカの大学生生活についてボランティアの学生の方と学ぶとともに、ユージーンのsustainabilityへの取り組みや世界が抱えるsustainabilityの課題について学びました。また、現地でボランティアに参加させていただきました。

第1週目：大学案内やアメリカの文化についての授業を受けました。また、授業体験があり、現地の授業に参加させていただきました。私は Counseling psychology, Sociology, Philosophy, Economics, Human physiology, Family & human services を受講しました。

第2週目：PragmaticsとSNSでのハッシュタグの運用方法についてディスカッションを交えた講義を受けました。また、sustainabilityについて議論したり、講義を受けたり、ビデオや映画を見たり、ユージーンで活動されている方のお話を聞いたり、ゴミ処理場を見学したりしました。最後に、好きな都市のsustainabilityについてグループでリサーチしてプレゼンしました。

第3週目：現地のボランティアに参加しました。がん患者のための食事を作るキッチンで現地のボランティアの方が使いやすいように備品を整理したり、お年寄りの方のための食べ物を作る農園で作物のための土を作ったり種を植えたり、学生に無償で食べ物を配るフードバンクで来てくれた学生を誘導したり、ホームレスの方のための宿泊施設でトイレ掃除や雑草抜きをしたりしました。

授業に参加してくれたボランティアの学生と話したり、金曜日に開催されたコーヒーアワーの参加者と話したりしました。また、Mills international centerで月曜日に開催された会話サークルに参加したり、現地のイベント(映画鑑賞会、詩の鑑賞会、ヨガ、不安のマネジメント講座など)に自主的に参加したりして現地の学生と交流しました。どのイベントでも現地の学生が温かく迎えてくださったので、ありがたかったです。

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）

ホストマザーとその恋人と、息子さんと一緒に生活しました。ホストマザーは大学で勤務していたので、大学の話をよくしました。ホストマザーは日本のアニメやゲームが好きだったので、日本のアニメやゲームの話をよくしました。息子さんは編み物が好きなので、作品を見せてもらいました。土日はホストファミリーと買い物に行ったり、テニスをしたり、サファリや射撃場に連れて行ってもらったりしました。

食事は一般的な家庭料理でした。量は丁度良かったです。週末はお店で注文することが多かったです。大学にいるときは、ホストファミリーが用意してくれたランチを食べていました。何か食べたくなくなったときは学内の売店に行きました。

お金は基本的にはクレジットカードで支払っていました。服を4日分しか持っていかなかったのですが、もう少し持って行っても良かったと思います。大学まではバスで行きました。

4. 安全危機管理（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）

当たり前のことですが、かばんのチャックは閉めるようにしたり、外では絶対にイヤホンをしていないようにしたり、財布はかばんの奥の方に仕舞ったりしていました。大学に行くバスに乗っている途中でナイフを持った不審者に遭遇しました。次のバスに乗るべきではない、そのバス停から離れるべきだとは思ったのですが、結局バスに乗ってしまったのは迂闊でした。その後運転手さんに伝えて対応していただいたので、事なきを得ました。不審者に遭遇したときは、安全な場所に避難した方がいいです。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

ポケットに入れていたホームステイ宅の鍵を無くしてしまい、ホストファミリーに新しいものを用意していただかないといけませんでした。鍵は落ちるようなところに仕舞ってはいけなかったと反省しています。

皆でバスで海岸に行ったときに、迷子になって集合時間に遅れました。Wi-Fiの接続も悪く、電話が繋がらなかったため、現地の方に電話を借りて大学担当者の方と連絡が取れました。

現地の学生と会話をしているときに、意思疎通がうまくできず、相手が怒って立ち去ってしまいました。ニュアンスをうまく伝えにくい話題は避けた方が良かったかもしれないと思います。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

現地の大学生と交流した際、英語が全然聞き取れなかったため、将来的にアカデミックな場で英語を使いこなせるように、もっと英語を勉強したいです。名大で開講されている“G30 for everyone”や特別英語セミナーを受講したいです。また、現地の学生の学ぶ態度にとっても刺激を受けたので、また海外で学習したいと思い、海外留学室の先生の力を借りて海外で学習する計画を立てています。そして、もっと英語で海外の方と交流する機会が欲しいと思ったので、名大図書館の“Let's talk in English”や国際交流センターのコーヒアワーに参加したいです。また、‘Tandem’という言語交換アプリを始めて、海外の方と交流しています。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

自主的に機会を得ないと、現地の方と交流する機会は思ったよりも少ないかもしれません。交流の機会を得る上で有用な情報を以下に掲載しておきます。

- ・ 大学で開催されているイベント情報が知りたいときは、オレゴン大学ホームページの Events のページを開けば調べられます。

<https://calendar.uoregon.edu/>

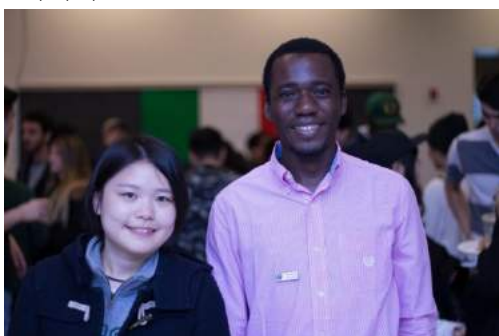
- ・ Mills International Center では、毎週会話サークルが開催されています。英語と日本語のサークルもあります。Mills International Center は EMU の Duck Store 付近にあります。
- ・ EMU の Multicultural Center を訪ねれば、職員の方がイベントを紹介してくださります。文化や社会問題に興味のある方はぜひ。

8. 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
旅行会社に支払った金額	563850 円	プログラム費用, 航空運賃, ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	15000 円	スーツケース用ベルト、ウォータールーフのジャケット、ショルダーバッグ、日用品、ホストファミリーへのお土産など
ホームステイ以外での食費	5000 円	軽食代
現地での交通費	0 円	
その他（小遣い、通信費など）	15000 円	ジム利用料、お土産
合計（研修のために払った費用）	598850 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。

↓↓↓



コーヒアワーでの写真です。現地の学生は本当に親切で気さくに話してくれました。



フードバンクのボランティアでの写真です。現地のボランティアの方が丁寧にサポートくださったおかげで、安心して活動できました。フードバンクに来てくれた人の顔が見られて楽しかったです。



ホストファミリーに射撃場に連れて行ってもらいました。本物の振動と銃声が伝わってくるので、びくびくしながら発射していました。

短期研修報告書

記入 | 2018年 3月
所属 & 学年 | 医学部 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

学部の電子掲示板で短期研修の説明会の日程の連絡を見つけたことでこのプログラムを知った。前年度の同じ時期に1ヶ月間留学した経験があり、このプログラムも同じ日程での研修だったので興味を持った。

以前からアメリカへの渡航に興味があったが危険が多い印象であったため、大学から渡航できるという事で安心して留学する事が出来ると思い参加した。参加費用はアルバイトの収入と奨学金から支払った。事前授業ではオレゴンがどのような州か、オレゴン大学はどのような大学かなどを学習した。

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)

第1週目:授業見学では、Geography, Human Physiology, Linguists, Family Service, History, Classicsに参加した。

第2週目:Sustainabilityについての授業では、オレゴン州が行ってるリサイクルシステムについてや、オレゴン大学内での再利用可能物質についてなどを学習した。授業内で自分が暮らしている街である名古屋での環境改善策について調べ、プレゼンをした。

第3週目:ボランティアでは、ホームレスの女性と子供に家を提供する団体に参加し、提供前の家を掃除した。

授業には現地の日本語学を専攻している学生がボランティアとして参加してくれており、その学生と交流したり、Coffee Hourで他の留学生や現地学生と交流した。

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)

ホストファミリーはホストマザーが1人と猫が2匹で、マザーとの交流は夕食と夕食後の雑談が主だった。1週目はオリンピックを一緒に見て、その後もテレビを見ながら話したり、アウトドアが好きなマザーが今まで撮った写真を見ながら話をした。最終週末にはマザーお気に入りのアウトドアスポットに連れてってもらい、一緒にハイキングをした。大学に在る間の昼食は自分でサンドイッチを作ったり、前日の夕食の残りを持って行ったりしていた。

お金の支払いは基本カードだったが、現金は手持ちを使い切るためと、友達と割り勘するために使っていた。大学までの交通手段はバスのみだった。

4. 安全危機管理 (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)

財布は小さいものを2つに分けたり、貴重品は肌身離さず身につけるようにしていた。カバンを置くときは隣の席や足元に置くのではなく、膝の上に寄せたり目に見えるところに置くようにしていた。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

特にありません。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

研修で知り合えた学生やホストファミリーとの関係を無駄にしないように連絡を取り続けて行きたい。また環境を考えて、プラスチック製品を使わないようにしていきたいと思った。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

現地の大学生と同じように授業をしたことで、アメリカの大学生活を感じることができて、とてもいい経験になるので、ぜひ参加してみるといいと思います！

8. 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
旅行会社に支払った金額	55万円	プログラム費用, 航空運賃, ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	8千円	
ホームステイ以外での食費	1.5万円	
現地での交通費	4千円	
その他（小遣い、通信費など）	10万円	
合計（研修のために払った費用）	67.7万円	

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。

↓↓↓



↑オレゴン大学バスケットボールゲーム



↑ホストマザーと一緒にいった国立森林公園

短期研修報告書

記入 | 2018年 3月

所属&学年 | 経済学部 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

入学前から留学を経験したいと考えており、実際に大学のキャンパスで現地の授業を聴講したり、英語を学べるこのプログラムに興味を持ちました。またホームステイとボランティアのプログラムに惹かれました。

ホームステイやボランティア活動を通じて生の英語に触れる時間が増えたり、実際の家庭で現地の生活を体験することで日本との違いを学び、身につけた英語を使って活動できることは日本では経験できないことであり、参加する大きな決め手になりました。

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)

第1週目

Economics や Business など自分の専門に関する授業だけでなく、Classic など専門外の授業も含めて合計6コマ聴講しました。専門分野の授業は名古屋大学で受講した授業と範囲が似ていて、日本の授業との違いを比べることができました。教室の大きさや講義時間の長さも授業によって異なっていました。

第2週目

ボランティアの学生さんたちと一緒にアメリカの大学生生活や sustainability について学びました。ユージーンのごみの分別やリサイクルについての授業が興味深かったです。2週目の最後にはグループで選んだ都市の sustainability についてポスターを作り、発表しました。また仲良くなったボランティアの学生さんと一緒にランチを食べに行ったり学内の美術館を案内してもらうなどの交流もできました。

第3週目

地元のボランティア団体の活動に参加させていただきました。私は病気の人と家族のために食事を作り届ける団体、学生のためのフードパントリーを運営する団体で活動しました。作業を一つひとつ親切に教えて頂き、初めての場所でもしっかり活動することができました。活動の目的や、どのように運営されているかなど、質問にも丁寧に答えていただきフリーフードやフードパントリーの活動に興味をもちました。

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）

私のホストファミリーは両親と16歳の女の子、13歳の男の子の4人家族でした。また同級生の日本人留学生が1人暮らしていました。大学までのバスの乗り方は、留学生の子が教えてくれてとても助かりました。

私のホストファミリーはアウトドアが好きでとても健康志向な家族でした。休日是一緒にハイキングやビーチに行ったり、泊まりでキャンプに連れて行ってもらいました。また夕食後は、その日にあった出来事を家族で話したりカードゲームをしたりして過ごしました。家での食事は野菜中心の健康的な食事で量が多すぎて困るなどの問題もありませんでした。

お昼は家から夕食の残りや冷凍食品を持参したり、学内のカフェテリアで買って食べたりしました。学内には電子レンジがあり、便利でした。少額の買い物でもレストランでもクレジットカードで頻繁に支払っていたので、現金を持って行き過ぎない方がよかったですと感じました。

4. 安全危機管理（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）

毎日帰る時間をホストマザーに伝えておく、遅くなりそうな時は連絡した。荷物を置いて席を離れないようにした。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

1週目に風邪をひいてしまいました。風邪を移さないためにマスクをしたかったけれど、アメリカの人は誰もマスクをしていなかったので付けづらかったです。必死に咳をするのを我慢しました。ホストマザーに「マスクを付けるのはもっと重病のときだけ、何で日本の学生はマスクを付けてるのか」と言われて驚き、文化の違いを感じました。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

3週間の研修を通して英語のリスニング力とスピーキング能力を高めたいと強く感じました。ホストファミリーや現地の学生と話している時に自分の考えをうまく言葉に出来ず、もどかしかったからです。また今回の研修でそれぞれのボランティアの目的や支援の方法を聞き、ボランティア活動に興味を持ちました。名古屋でもそのような団体があれば参加してみたいです。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

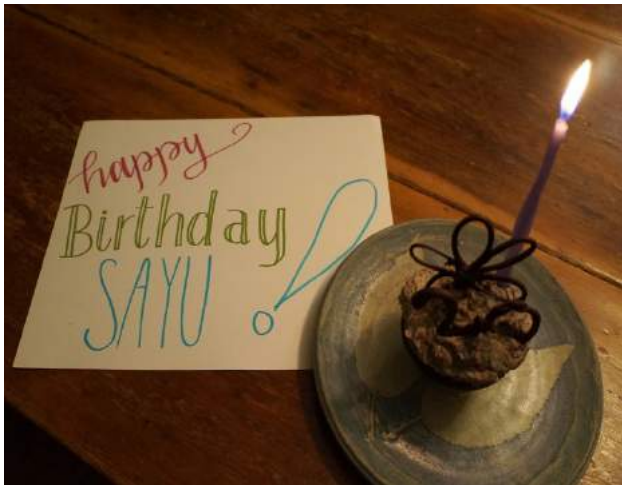
ホストファミリーと過ごしたり現地の学生と交流することは、旅行に行くだけでは経験できないことだと思うので是非このプログラムに参加してみてください。

8. 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）

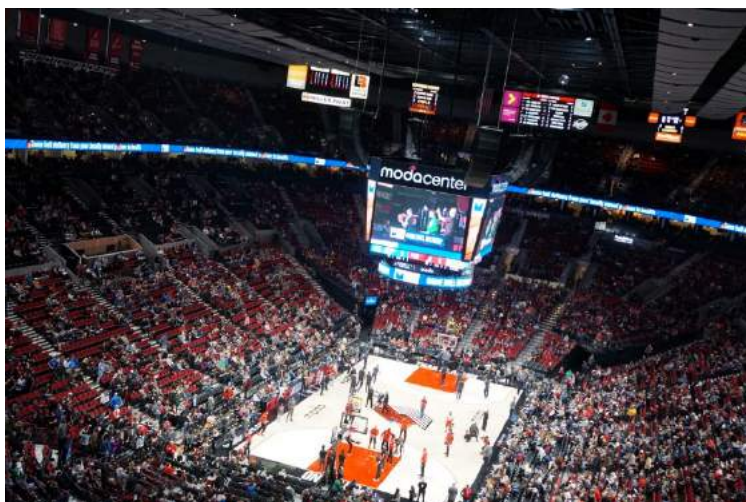
内訳	おおよその額	備考
旅行会社に支払った金額	560000円	プログラム費用、航空運賃、ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	4400円	海外SIMカード
ホームステイ以外での食費	約10000円	
現地での交通費	約4000円	ポートランドへのバス代
その他（小遣い、通信費など）	約60000円	
合計（研修のために払った費用）	約640000円	

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

↓↓↓



研修中に誕生日を迎えた私を
ホストファミリーがお祝いし
てくれました。ファミリーが
カップケーキやアメリカで定
番のプルドポーク・サンドイ
ッチを作ってくれました



週末に研修メンバーたちと、
ポートランドへ泊二日で旅
行に行きました。NBA 観戦や
ショッピング、おいしい食べ物
など、ポートランドを満喫し
ました。Boltbus に乗って行き
ました。



最後の週末にサウスビーチ州
立公園へホストファミリーと
キャンプに行きました。天気
が良かったのでビーチを散歩
したり星を観察したりとオレ
ゴン州の豊かな自然に触れる
ことができました。オレゴン
州はハイキングができる場所
がたくさんあったり、夏には
クレーターレイクを見に行く
ことができたりと、自然豊か

短期研修報告書

記入 | 2018年 3月
所属 & 学年 | 文学部 1年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

大学生活の中で海外の大学に通うことを目標にしており、それとホームステイが一度にできるいい機会だと思ったから。海外での生活を経験したことが無かったので1か月という少し長い期間を前向きに過ごしかどうか不安だった。名古屋大学の留学プログラムを調べているうちに見つけて、フランスとドイツ研修と迷ったが、英語圏であることやより期間が長かったことなどからオレゴン大学研修のほうへの参加を決めた。

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)

幅広く三週間の中で体験することができた。

第一週目：自分の専攻である社会学や、文学部の専攻に含まれている言語学、歴史学、文学部ではないが経済学などを聴講した。全体的に100,200番台だったからか全くわからないということはなく理解ができる部分もあった。

第二週目：正直に言うとアメリカの中では進んでいるのかもしれないがあまり日本などと比べて特筆することが見いだせず、授業を受けた意義をあまり見いだせなかった。ボランティアの現地学生が多くいたので彼らと交流する機会にはなっていた。期間が短かったこともあり、全体的に浅く内容が薄いという印象を受けた。

第三週目：種まきや枝拾いニンジンカットを行った。雨で寒い中での室外活動はモチベーションが下がるし、ひたすら日本人のみで固まって三時間作業をし続けていたときは自分が今どこにいるのか何のために来たのか見失いそうになった。ただ、従業員による説明などを聞いているとホームレスなどへのアメリカならではの対応が見えて面白いと感じた。

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)

私はたぶんただ一人ヒンドゥー教の家庭にホームステイをした。お父さんお母さんの二人暮らしで、日本人の留学生がもう一人いた。移民なのでトランプの移民政策に危機感を抱いており、テレビ番組もトランプ政策の批判番組など政治色が思ったよりも強かった。ほとんど毎日カレーが食卓に出た。味付けは基本スパイス。

昼食は名大の人と近くのレストランやEMUで食べた。家にあるパンを焼いてもっていったりした。ハムやソーセージが使えないので味気ないサンドイッチしか作れなかったがしょうがない。お金は初めのほうはクレジットを使っていたが途中からは換金しすぎたことに気づいて現金で支払っていた。最終的に800ドル換金して100ドルほど余った。ホストファミリーにはシアトルにつれて行ってもらった。

4. 安全危機管理（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）

パスポートのコピーなど重要書類は首から下げて肌身離さないようにした。夜一人で出歩くときは周囲に気を配っていつでも逃げられるようにした。特に夜のバスの雰囲気怖かった。日没が早くアクティブに活動しようとする夜一人で出歩くことは不可避だと感じた。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

ホストファミリーが Yes なのか no なのかをはっきりさせようとするので、質問を聞かれたときに迷っていたりどちらでもいいというような答えを出すという顔をされず、“Yes, or no?” と聞き返されることがよくあった。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

短期研修を通して違う文化の中でも自分が思っていた以上にうまく生活していくことができるのではないかと少し自信をつけることができた。じぶんの英語を使う能力として、圧倒的にスピーキング能力が足りていないことを痛感したので残りの大学生活で英語でのコミュニケーションを念頭に置いた英語の勉強をしなければいけないと思った。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

海外での生活が向いてない人も向いている人もいるし、嫌なことをやらなくてはいけないときもあるのをしっかりとわきまえて、すべて前向きに受け入れられる人が行くべき。1 か月は思ったよりもあっという間なので自分を見極めるという意味でもいいチャンスだと思う。迷っているならぜひ参加してみてください。

8. 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
旅行会社に支払った金額	600000 円	プログラム費用、航空運賃、ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	80000 円	換金した金額
ホームステイ以外での食費	一食約 1000 円	日本よりも高いと感じた
現地での交通費		ユージーンとスプリングフィールドはバスバスで無料、ポートランドは 2.5 ドルほどで一日乗れた。ユージーンからポートランドまでは往復 210 ドル
その他（小遣い、通信費など）	50000 円	アウトレットや、シアトル旅行費に多く使った
合計（研修のために払った費用）	約 70000 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自由にご利用ください。写真添付なども歓迎します。

↓↓↓

インド料理です。右上の黄色いのがロティというナンのようなもので、黄色いけどスパイシーではありません。ほぼ毎日ロティと一緒にお米が出ました。日本米のような米からタイ米まで色々でした。



スプリングフィールド出身の方が作者のアメリカで
人気なアニメの記念壁紙です。日本人も一度は見た
ことがある人が多いのではないかと思います。さらっ
と立っているので知らない人は見過ごしてしまいそ
うですが、スプリングフィールドの数少ない写真ス
ポットではないかと思います。



短期研修報告書

記入 | 2018年 3月
所属 & 学年 | 文学部 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

もともとアメリカに留学したいと考えていた。夏の研修は都合が悪く参加できないため他の英語圏の留学を考えて留学説明会に参加し、この研修があることを知った。英語力の向上、自分がどれほど適応できるか力試し。

参加にあたっての不安:携帯電話をどうするか。

自費で全てまかなうことは厳しいので奨学金制度を利用した。

事前授業:アメリカについて、オレゴン大学とはどのようなところか、危機管理について等

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)

第1週目:FHS,LING,INTL,CLA,ENVS(トラウマ、意味論概論、古典、環境学)100番台の授業は比較的簡単だった。自分の専門の授業は特によく理解できる。日本の講義の雰囲気とはかなり異なるということを感じることができる。

第2週目:環境への取り組み(主にゴミ処理)の話聞く機会があった。プレゼンはグループ発表。テーマに沿った国や地域を選択しインターネットを利用し調べポスターにまとめる。名古屋の工業を環境に絡め、名古屋が環境に配慮しながらもさらに住みやすく発展するための案についてのプレゼンを行なった。

第3週目:ボランティアワーク。ホームレスの親子が住む施設の掃除や農作業。日本人の学生とのみ行う。雨の中で作業を行う場合もある。

現地の学生との交流:ボランティアで参加してくれた学生と友達になり一緒にご飯に行ったりスポーツをしたりした。またコーヒーアワーに参加することで、様々な国の人と話したりSNSで繋がったりして交流することができた。

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)

ホームステイ:ファザー、マザー、小学生の娘、留学生2人
毎日の出来事や週末の予定、本が好きなファミリーだったのでいろんな本のあらすじなどについて話すことが多かった。日曜の朝は教会に連れて行ってくれたし、外食に連れて行ってくれることもあった。ホームパーティーを開くことも多く、たくさんの人と交流することができた。食事はほとんど毎食お米を出してくれて日本食が恋しくなることはなかった。シャワーの使用時間に少し制限があるのが大変だった。

大学での食事:毎日お弁当を持たせてくれたが、友達と外食することも多かった。

お金の支払い:現金も使用する機会はあったが、カード払いが基本だった。小さなショップだと\$5以上の支払いじゃないとカードが使えないというところもあった。

持っていてよかったもの:爪切り、小わけの袋

必要なかったもの:パソコン(携帯で全てまかなえる)
大学に行くための交通手段:Emx(バス)

4. 安全危機管理 (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)

たびレジなど学校から勧められたものに登録した。常備薬は携帯するようにした。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

アメリカの文化やスラングがわからないため会話においてなぜみんなが笑っているのかわからなくなることがあった。

6. 研修後の大学生活について (今後の目標など)

今回の研修を通して英語の勉強を継続していきたいと思った。自分の意見を正確に伝えることの難しさを感じた。会話のスピードや表現力の豊かさなど日本で英語の授業を受けるだけでは学べないことに気がつくことができた。また専門の授業を聴講することもでき、自分の日頃受けているものと比較することができた。日本の講義で英語のテキストを使用しているためせつかくならそのまま理解できるように学習したいと思った。自分がその時興味を惹かれたものに全力で取り組みたいと考えるようになった。どうかと迷っていてはせつかくのチャンスを逃してしまうかもしれない。何事においても意欲的に取り組みたいと思う。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

ぜひ参加してみてください！長期留学を考えているならまずは短期で行ってその国や海外での生活が自分に合っているかを試すいい機会だと思います。わずか1ヶ月の滞在でも日本との違いに気がついたり、アメリカの文化や、良さを知ることができます。日本には気づくことができなかった日本の良さにも気がつけます。

もちろん交友関係や視野を広げることも可能です。ホームステイという特別な環境にあるためアメリカの生活様式を肌で感じることができます。日本との違いを見ることは物事を多面的に考えるきっかけをあたえてくれると思います。行って損をすることはありません。少しでも迷っているのなら今までの自分や周りの友達とはちょっと違う春休みを今年は過ごしてみてください！

8. 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
旅行会社に支払った金額	560000 円	プログラム費用, 航空運賃, ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	8000 円	海外 SIM
ホームステイ以外での食費	20000 円	学校内や周りの飲食店 おいしいアイスクリームがたくさんあるよ！
現地での交通費	4000 円	ボルトバス
その他 (小遣い、通信費など)	100000 円	ポートランド 旅行、NBA の試合、化粧品や洋服、お土産
合計 (研修のために払った費用)	700000 円	JASSO 奨学金

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



一泊二日のポートランド 旅行。一日目の夜にみんなで NBA の試合を観た後。応援の迫力や盛り上がりがすごかった!! □ 海外で自分たちだけでホテルやバスの予約は大変だったけどいい経験になった。



Springfield station のすぐ近くにあるシンプソンズが描かれた壁。街のいたるところに様々な絵が描かれた壁がある。Eugene station の周りにもいくつかあり晴れた日に巡ってみるのも楽しい!

短期研修報告書

記入 | 2018年 3月
所属 & 学年 | 文学部 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

応募したきっかけは学内のチラシからこのプログラムを知ったのがちょうど交換留学に興味を持ち始めていたタイミングと重なりこのプログラムで海外の大学の様子を肌で感じてみたいと思い応募しました。

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)

研修は24日間で主に3つの期間に分かれていました。最初の一週間では実際に現地の学生の受ける授業を観察しました。英語で授業を受けているというのがモチベーションとなって普段よりも真剣に聞くことができました。2週目では現地で行われている環境保護の取り組みについて学び、自分たちで発表を行ったりするものであった。これに関してはあまりアメリカに来て行うべきものとは思えなかったが、アシスタントの大学生と話げた点は良かったと思う。最後は現地でボランティア活動を行ったが、あまり現地の人とのコミュニケーションをとる機会もなく作業をしていたのが残念だった。

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)

ユージーンは私が想像していたアメリカの治安よりもとてもよく安心して暮らすことができたものの周りに何もなく休日の自由な活動などに困った。金銭についてはカード社会かがすすんでおり、現金の持参は必要ないと感じた。

4. 安全危機管理 (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)

誤解を避けるために意思表示をはっきりすることを意識したのと、日本にいるとき以上に身の回りのものの管理などは気を遣った。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

政治についての話題をホストファミリーにふったら快く私見を話してくれ、熱弁してくれた。日本ではあまりなじみがなかったのととても面白いと感じた。

6. 研修後の大学生生活について (今後の目標など)

今後は是非交換留学に行きたいと考えている。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

短期留学であれば何も迷うことなく気軽に応募したら良いと思う。
その気軽さも短期留学の魅力の一つであると思います。

8. 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
旅行会社に支払った金額	約 50 万円	プログラム費用, 航空運賃, ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	5000 円	
ホームステイ以外での食費	円	記録しておらず不明
現地での交通費	0 円	
その他（小遣い、通信費など）	円	
合計（研修のために払った費用）	60 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。

みんなでサッカーしました。



短期研修報告書

記入 | 2018年 3月

所属 & 学年 | 理学部物理学科 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

留学に少し興味があり、海外留学入門セミナーに行ったのがきっかけでこのオレゴン大学研修に興味を持ちました。このプログラムではホームステイをするとのことだったのでホームステイ先の家族とうまくやれるかとても心配でしたが、海外留学質の先生のお話を聴き参加することを決心しました。

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)

第一週目はオレゴン大学の授業を実際に聴講しました。私は理系の授業を中心に聴講し、内容は高校と大学の間ぐらいで少し簡単ですが、英語で聴くにはちょうどいいと思います。

第二週目はオレゴン州やオレゴン大学が行っている持続可能性に関する活動について学び、また、班に分かれて持続可能性についてのプレゼンも行いました。

第三週目は自分たちで選んだボランティア活動に参加しました。私は主に清掃のボランティアに参加しました。なかなか大変な仕事も多かったですが、その分やりがいもありました。また、実際にボランティアに参加して、オレゴンについてさらに良く知ることができました。また各週の金曜日には coffee hour があり現地の学生とも交流することができました。

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)

ホームステイ先の家族はホストマザー一人でしたが頻りにホストマザーの友人が訪ねてきました。ホストファミリーとは日本の映画のことやアメリカについてなどいろいろな話をしました。特に印象に残っているのは野菜と果物との違いはなにかとの話題になったときにアメリカと日本で定義の仕方が違うことがわかり少し驚きました。

また、休日などは estate sale に連れて行ってもらいました。Estate sale では日用品を主に売っているのでお土産にはあまり向きませんが、アメリカの生活をじかに触れられたと思います。平日のお昼もホストファミリーがつくってくれましたが、サンドイッチにリンゴ、バナナ、オレンジ、クッキーと少し量が多かったです。

持って行ってよかったものとしては、Wi-Fi のルーターやスリッパ、ホームステイ先にあげるお土産などです。

4. 安全危機管理 (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)

お金は分けてもっていました。街中でホームレスなどに話しかけることがあり、少し危険を感じましたが、無視すれば大丈夫だと思います。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

バスが時間通りに来ないので少し注意が必要でした。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

今後は、できれば長期の留学を目指していければいいと思います。また、これからも英語の勉強を続けていき TOEIC などにも挑戦していこうと思います。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

留学に対して不安があるかもしれませんが、このプログラムなら一緒に学べる仲間がいるので安心です。思い切って参加してみてください。短期でも留学すれば、つぎの長期の留学にもつながりますし、交友関係も広がると思います。長期休みなどで時間があるのであれば参加してみるのも悪くないと思います。

8. 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
旅行会社に支払った金額	56 万円	プログラム費用, 航空運賃, ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	9 万円	スーツケースなど
ホームステイ以外での食費	1 万円	ハンバーガー、ピザ等
現地での交通費	0 円	
その他（小遣い、通信費など）	4 万円	海外 Wi-Fi など
合計（研修のために払った費用）	70 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。

↓↓↓



これは最終週で行ったボランティアの時に撮った写真です。ここはユージーンミッションと呼ばれるところで、ホームレスなどに寝床などを提供しているところです。私はここでは主に掃除をしていました。



これは、第二週の初めに行ったロッククライミングの写真です。運動不足の私には少しきつかったですが、とても楽しかったです。

短期研修報告書

記入 | 2018年 3月
所属 & 学年 | 工学部 1年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

交換留学に向け、今の自分の英語がどれだけ通じるか、どれだけ授業を理解できるか確かめなかったことが動機の一つです。また、実際にアメリカの大学生活を体験することで、交換留学の目的を詳細に考えられると思ったため、この研修に申し込みました。

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)

1週目は、各自で聴講したい授業を選び、レギュラーの授業を聴講しました。2週目は、この研修に参加している学生だけで sustainability について学びました。3週目は、大学外でボランティア活動に参加しました。授業の中で TA の学生と話す機会はありませんでしたが、TA の人と仲良くなったり、その他のイベントに参加するなど、自分から積極的に機会を作ろうとしないと、現地の学生との交流は少なくなってしまうと思いました。

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)

ホームステイは、ホストファミリーが1人だけでしたので、研修前は不安でしたがホストファザーがとても優しく、とても快適な生活を送れました。ホストファザーにインスタントラーメンを作ってあげると喜んでくれました。

4. 安全危機管理 (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)

駅にいるホームレスの人が少し怖かったので、目を合わせないように注意していました。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

買い物に行った時に、お釣りの硬貨がレジにないから1ドル返してもらったり、逆にお釣りの1セントがないからお釣り無しで良いか聞かれたことがあり、おおざっぱな国だと感じました。

6. 研修後の大学生活について (今後の目標など)

オレゴン研修を通して、長期の交換留学に行きたいと改めて感じました。自分の英語の力が足りないと痛感したので、英語の勉強を頑張りたいと思いました。また、日本でも留学生との交流を通じて留学に似たような経験はできると思ったので、より積極的に交流しようと思いました。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

オレゴン大学研修はとても楽しかったです。特別な準備や学習をして行かなくても、なんとか生活出来ることが分かりましたが、ヒアリングやスピーキングを練習してから行くと、より収穫の多い研修になると思います。

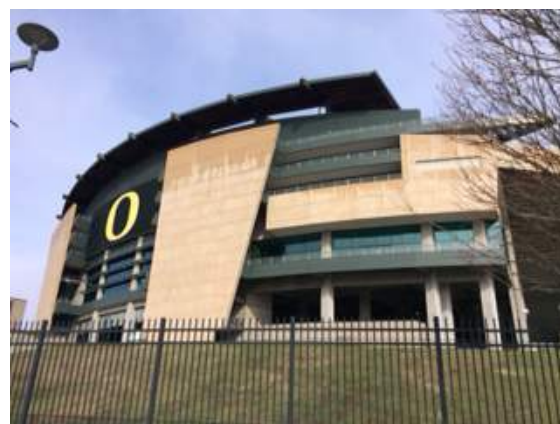
8. 研修費用（さしつかえなければおおよその金額を教えてください）

内訳	おおよその額	備考
旅行会社に支払った金額	56万円	プログラム費用, 航空運賃, ホームステイ費用 (1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
ホームステイ以外での食費	1万5千円	
現地での交通費	5千円	ポートランドへ
合計（研修のために払った費用）	67万円	奨学金の支給あり

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。

↓↓↓

大学のバスケットボールの試合が圧巻でした。アリーナもすごく大きく、雰囲気も最高でした。あと、スタジアムの中には入れなかったのですが、アメフトのスタジアムもすごく大きく興奮しました。滞在中ピザをたくさん食べましたが、MOD PIZZA という自分でトッピングをカスタマイズできるピザが1番おいしかったです。現地の学生とお喋りしたい人は、コーヒーアワーや月曜日の夕方に EMU のミルズインターナショナルセンターで行われる様々な言語を用いて話すイベントもおすすめです。



短期研修報告書

記入 | 30年 3月

所属 & 学年 | 教育学部 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

夏季のノースカロライナ研修に行っていた友人からの勧めで、オレゴン研修に応募しました。大学生でしかないことをしたいと考え、自己成長の一助になればよいなと考えていました。参加費用は自己負担でしたが、JASSOの奨学金のおかげでだいぶ負担は軽くなりました。事前授業は研修先のオレゴン州について調べて発表を行い、私自身はポートランドの観光と食を取り扱いました。

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)

第一週目には、オリエンテーションと授業聴講がありました。内容は、心理学・歴史学・社会学・宗教学・古典学など様々な分野にわたり、日本とは異なる授業形態のものがあったり、現地の学生と日本の学生の違いが体感できたり、新たな自分の興味関心が発見できたりととても充実したものであったと感じています。

第二週目には、sustainabilityをテーマにして学習を進めていきました。Zero wasteのプロジェクトの関係者の方から講義をして頂いたり、実際にごみを処理している施設の見学をしました。名古屋市の環境改善に関するプレゼンを行い、公共交通機関の充実、公園数の増加、企業への環境税等に焦点を当てて述べていきました。

第三週目には、ボランティア活動を行いました。ホームレスのための施設の清掃を行ったり、食べ物を取り扱う施設のお手伝いをしたり、学生への食糧配布の手伝いなどを行いました。

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)

家族構成は、マザーと犬と猫が2匹でした。マザーは、リベラルであることにこだわりの強い人だったので、人種の話、ジェンダーの話、自分の専攻している心理学の話など学問的な話をすることが多かったです。マザーの友人と一緒に日本料理を食べに行ったり、メキシコ料理を食べに行ったこともありました。

食事は朝はセルフで、お昼ごはんには前日の残り物をランチとして持っていくことが多かったです。夜はほとんどマザーの作ってくれたオーガニック料理を食べていたので、食事に対しての不満はなかったです。

お金は現金・クレジットカードのどちらも持っていきましたが、クレジットカードで払うことが多かったです。洗面用品などの日用品はアメリカでも手に入るので必要ありませんでした。日本食も現地で調達することができるので必要ありません。

4. 安全危機管理（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）

夜遅くに外出することがないように極力気を付けていました。またできるだけ大人数で行動するようにしていました。夜の Eugene Station は危険だと自分は感じたので、気を付けたほうが良いと思います。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

最初のうちは、物を買う時に正しく英語が伝わらなくて失敗してしまいました。また、日本人に比べて口調がきついので、アメリカ人がしゃべっているのを見ると怒っているように感じてしまったこともありました。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

海外に対する親しみが変化しました。もっといろいろな国に行って、様々な人に出会いたいと考えるようになりました。また、行動を起こせば必ず得られるものがあると今回の研修で実感したので、自分がやりたいと思ったら即時に行動を起こす必要があると強く思うようになりました。来年の夏季休業は海外でボランティア活動をしてみたいと思っています。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

自分が置かれている環境の外に飛び出すということは勇気が必要ですが、必ず得られるものはあるので、研修への参加をお勧めします。短期間なので、思っている以上に負担は少ないので、一回体験としていくのも悪くないかなと思います。

8. 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
旅行会社に支払った金額	54万円	プログラム費用, 航空運賃, ホームステイ費用 (1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	3万円	防水ジャケット等
ホームステイ以外での食費	4万円	
現地での交通費	0円	バスパスがもらえます
その他（小遣い、通信費など）	6万円	買い物・ポートランド旅行費など
合計（研修のために払った費用）	67万円	

自由記述欄

Weekend trip でとった一枚。曇っていてビーチは寒かった。Mother の誕生日に手作りでケーキをつくった。喜んでくれてよかった、ホームステイしてよかった。DUCKS の試合を見たとき一枚。バスケットボールが上手すぎて、日本との大学スポーツの違いを実感した。



短期研修報告書

記入 | 2018年 3月
所属 & 学年 | 法学部 1年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

ヨーロッパの研修に興味を持っていた友達が法学部にいて、その子から似たような研修があると聞いてこのプログラムの存在を知りました。その後、説明会があると聞いたので参加してみたら参加するか否かを決めようと思い、説明会に参加しました。心配した点は命の危険がないか、治安が悪くないかなどです。参加費用は自分のバイトのお給料と親からの借金、JASSO 奨学金で工面しました。事前授業ではアメリカについての学習やプレゼンテーションを行いました。

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)

第一週目にはアメリカの大学生活を経験しました。具体的にはキャンパス内を散策したり、授業を聴講したりしました。授業は英語、法律2つ、宗教学、心理学を受講しました。自分は専門分野が法律なので法律の授業2つに特に力を入れました。気候変動に関する国際法や刑法を扱う授業でしたが、理解できる部分とできない部分がありなかなか難しかったです。

第二週目には sustainability についての学習をし、その後プレゼンテーションを行いました。プレゼンテーションの内容としては名古屋市の環境についての改善策を3つ提案するというものでした。車の利用を減らし公共交通機関を推奨する、公園を増やす、環境税を企業にかける、といったものを提案しました。

第三週目にはボランティアワークを行いました。食材を切ったり、草を抜いたり畑を耕したりしました。ほぼ肉体労働でしたが、周りのボランティアワーカーと身体を動かして良かったです。現地の学生とは会うたびにお昼ご飯を食べにいたり、サッカーの試合をしたり、バレーの試合をしたりして積極的に関わることができました。

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)

ホストファミリーの構成としては、ホストマザー、ホストシスター、ホストシスターの交際相手、中国からの留学生のホストブラザーでした。一緒に夜ご飯をつくったり、レストランに行ったり、買い物に行ったりしました。話した内容で多かったのは法律や政治に関する話です。大学にいる時の食事はホストファミリーが作ってくれた弁当や外食をしていました。

お金の支払いは基本現金を用いていました。持っていきべきだと思えるものとしては Wi-Fi ルーターで、不必要だと思うものは日本食のインスタント食品です。大学に行くためには15分ほど歩いてバス停まで行き、バスで10分ほどかけて大学に行きました。

4. 安全危機管理（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）

お金を三箇所に分散して持ち歩くようにしていたことと、パスポートはどこに行くときにも必ず持って行くようにしていました。他にもバックパックを前に背負ったりしました。危険だと感じたことは連絡が取れない状況でポートランドに行った際、迷子になった時にどうしようもなかったことです。迷子になって授業を遅刻したことは失敗でした。面白いと感じたことはフリーサッカーといって見ず知らずの大学生たちと一緒にサッカーをするというもので、体でわかり合うという感覚がアメリカにもあって嬉しかったです。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

迷子になって授業を遅刻したことは失敗でした。面白いと感じたことはフリーサッカーといって見ず知らずの大学生たちと一緒にサッカーをするというもので、体でわかり合うという感覚がアメリカにもあって嬉しかったです。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

授業内での発言が活発なアメリカの大学生活を経験してきたことから、ゼミなどの授業で積極的に発言をしていきたいと思います。加えて、日本の法律、政治、歴史を深く学んで日本人としてのアイデンティティを確立していきたいと思います。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

普段の生活を頑張れる学生さんなら全然やっていけるので、積極的に参加して頂きたいと思います。海外に行ってみたくといった単純な動機でも、きっかけとなるには十分なので、まずは説明会などに参加してみてください。

8. 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
旅行会社に支払った金額	54万円	プログラム費用, 航空運賃, ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	0円	準備にお金を使ってません
ホームステイ以外での食費	2万円	レストランやフードコート
現地での交通費	5千円	ポートランドへの交通費とバスパス
その他（小遣い、通信費など）	8万円	お土産や服、NBA観戦費用
合計（研修のために払った費用）	65万円	JASSO奨学金を頂きました

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

↓↓↓



授業後に日本人で集まってサッカーをしていたらアメリカ人の学生が参入してきて試合をすることになった。試合中は荒っぽかったが、試合後には友情が生まれていた。



NBA を見にポートランドへ行った時の写真。自分たちでバスのスケジュールを調べたり、チケットを手配したりホテルを予約したりする貴重な経験ができたし、なにより素晴らしい思い出になりました。

短期研修報告書

記入 | 30年3月

所属 & 学年 | 工学部 1年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

もともと大学在学中に短期でも長期でも1度は留学をしたいと考えており、両親が5月に保護者向けの名大生の留学についての説明会に行き、両親も留学をしたほうがいいと、後押ししてくれるようになっていた。そのため、両親はお金の面では心配しなくて良いと言ってくれていたため、大学生活も落ち着いてきたこの春休みにまずは短期研修に参加しようと思った。また、初めて海外に3週間という長期滞在をする私にとって、20人程度の名大生と一緒にいけること、事前授業が充実していることが安心材料となり、いくつかの短期研修の中からこの研修を選んだ。

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)

第一週目は、実際にオレゴン大学の学生が受けている授業を聴講した。私は物理、化学、数学の授業を受講した。これら3つの科目は、日本では高校でやるようなレベルの内容であった上に、理系科目は記号が日本と同じだったので、8割方理解ができた。

第2週目は、sustainabilityについて、前半はオレゴン大学でのゴミ削減、またユージーンにおけるゴミの再利用について学んだ。さらに後半は、小グループに分かれて各グループ環境に配慮した取り組みをしている都市を一つ選んでその都市についてプレゼンをした。

第3週目は、サービスラーニングの週で、自分たちで食事を作ることが困難なお年寄りのために食事を提供する団体で実際に野菜を切ったり、その野菜を作っている畑で農作業をしたりした。

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)

私のホームステイ先は老夫婦で、とても優しい方たちであった。食事は、なんとなくイメージでは食べられないほどの量を出されるだろうと思っていたが、きちんと断ることで自分の食べたい量だけを食べることができた。内容はやはり、日本と違って品数も少なく、質素なものであった。

また、昼食は、自分でサンドイッチを作ったり、大学で食べたりした。オレゴン大学には、Subway やスターバックスといった日本でもよく知られたお店のほかにも10ドル以内で食べられるお店がたくさんあり、毎日大学で食べても飽きることはないと思った。

研修中のお金は、私は日本の銀行で作ったクレジットカードとデビットカード、また現金は500ドル持って行ったのだが、行ったお店でカードが使えないお店はなく、現金は不要だったと思う。

4. 安全危機管理（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）

事前授業でスリが怖いと聞いていたので、日本から、ポケットにチャックのついたコートを持って行った。ここにずっと入れていたので、出し入れも楽だったし、チャックがついており、自分の体の前側だったので常に気を配れて、このコートが正解だったと思う。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

ポートランドのレストランで16ドルのハンバーガーを頼んだ。その際、店員との会話でトッピングについて質問されていることに気づかず YES と答えてしまったので、追加のトッピングがされており、会計では25ドルを請求されるという出来事があった。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

この留学をきっかけにアメリカ以外の国々のさまざまな文化にも興味を広げ、学んでいきたいと考えている。つまり、この研修では、アメリカのホストファミリーや大学生など、さまざまな人々とのふれあいを通じて、私たち日本人とは全く違う見方考え方、生活様式を実感した。そこで、研修後には、名古屋大学に留学している留学生を中心に、いろいろな国の留学生たちと積極的に関わることで、それぞれの国民性や、彼らの独特の文化を学んでいきたいと思う。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

今回の留学では3週間という短い期間であったし、テーマもアメリカの大学生活を体験するというものであったので、語学力を伸ばそうと思っている人には、物足りないものになるであろう。しかし、初めて海外に行く人や、いずれ交換留学を考えている人にとって、事前授業も充実しているので、飛行機の手配や、入国に関する手続きなどは教えてもらえるので無駄な心配はしなくていいので自分自身の英語力を試すいい機会になると思われる。

8. 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
旅行会社に支払った金額	約60万円	プログラム費用、航空運賃、ホームステイ費用（1日3食）、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	約1万円	ホームステイ先へのおみやげなど
ホームステイ以外での食費	約1万5千円	
現地での交通費	約9千円	ポートランド、ウッドバーン
その他（小遣い、通信費など）	約5万円	現地での買い物
合計（研修のために払った費用）	約65万円	

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

↓↓↓



キャンパス内にあるオレゴン大学のバスケットボールチームのスタジアム。大学のものとは思えないほど派手だった。



週末にほかの子のホームステイ先に行って、ホストファミリーに日本の手まり寿司を振る舞った。材料は、日本食をたくさん販売しているスーパーに買いに行った。



短期研修報告書

記入 | 30年 3月

所属 & 学年 | 法学部 1年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

友達が別のプログラムに応募する際に、海外留学室のWEBページを教えてもらい、本プログラムを知りました。海外に出て客観的な視点から日本を見てみたいと思っており、いい機会だと考え参加しました。費用の問題、自分の英語力が不安でした。疑問に思ったことがある時は海外留学室に聞きに行きました。祖父から教育資金という形で援助をもらったので、そのお金でまかさないました。事前授業では、各グループに分かれオレゴンの様々な点についてプレゼンをし、また留学における基礎知識や注意事項などを学びました。

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)

最初はオレゴン大学の見学を行い、その後実際にオレゴン大学で行われている授業を聴講しました。私が受けた授業は、Law, Couple therapy, Astronomy, Sociology などです。

二週目は sustainability をテーマとした授業を受け、その内容は安価な洋服ブランドの壁に潜む大きな問題などを扱いました。また、名古屋市を sustainability の観点からどのように改善すべきかについてのプレゼンを行いました。

三週目は様々なボランティアに参加し、社会的弱者や虐待などが原因で家を失ってしまった母子を支援する取り組みが行われていることを知りました。授業後にグラウンドで行われているサッカーに飛び入りで参加したり、一緒にランチを食べに行ったりして現地学生と交流しました。

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)

私のホストファミリーはアメリカ人の父と日本人の母という構成でした。日本人の奥さんだったので食事に困ることはありませんでした。ホストファミリーとはその日の活動について、彼らの息子さんの話、ときにはアメリカや9条など日本の政治についての話もしました。大学ではホストファミリーがつくってくれたサンドウィッチを毎日食べていました。

私は基本的にはクレジットカードではなく、キャッシュで支払いをしていました。オレゴン大学では授業後グラウンドでサッカーが行われていたので、スパイクを持ってきて参加するのも面白かったなと思います。大学にはバスを利用して通学していました。

4. 安全危機管理 (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)

街灯がほとんどなく、夜になるととても暗いので注意が必要だなと感じることはありました。また、ダウンタウンにはホームレスもたくさん道などに座っているので、一人で行動しないなどの工夫はしたほうが良いと思います。

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

店で注文する際、店員の人が出ていることがわからず適当に返事をしていたら自分の意図しないものがトッピングされていたりしたので、わからなかった時には聞き返すなどすべきだと思いました。

6. 研修後の大学生活について（今後の目標など）

授業を聴講した際、多くの学生が手を挙げ教授に質問する姿に衝撃を受けました。アメリカではローンなどを自ら組んで大学に来ている人がいることがこのようなモチベーションの高さの理由だと思いました。私も彼らの姿勢を見習い、今までより積極的に授業に取り組んでいこうと思いました。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

留学に行ったことで、自分の英語力不足を痛感し、勉強しなければならないと強く思うようになりました。また、海外に出ることで今まで以上に国際的な問題などに興味を持てるようになったと思います。費用はかかりますが、多くのことを学べるいいきっかけになると思います。

8. 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
旅行会社に支払った金額	54万円	プログラム費用、航空運賃、ホームステイ費用(1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	3万円	
ホームステイ以外での食費	3万円	
現地での交通費	1万円	
その他（小遣い、通信費など）	6万円	
合計（研修のために払った費用）	67万円	奨学金がもらえた

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。

↓↓↓

留学にはただお客様気分で行くのではなくて、自発的に行動してこそ多くのことが学べるというのが留学が終わってからの率直な感想です。私はNBAの観戦を含め自分がやりたいと思ったことをなんとかやり遂げようとしたことで、色々経験することができました。ただ何かを与えられるのを待つのでは、限られた時間を最大限活用し有意義に過ごすことができないと思うので、留学中は積極的に行動すべきだと思いました。



ユージーンステーションにあるワッフル屋さん。
結構有名な店みたい。生地もトッピングもおいしかった。
買うと、このイラストつきステッカーがもらえる。



オレゴン大学の BUSINESS COMPLEX という建物。
ガラス張りのきれいな建物で、大きいのでとても目立つ。
中の作りも吹き抜けみたいになっていて、開放感がある。
カフェも入っている。



ポートランドにあるモダセンター。
NBA のブレイザーズの本拠地。
ユージーンからボルトバスに乗ると二時間かからないぐらいでポートランドにいける。
レベルの高いプレーが見ることができたし、
スタジアムの雰囲気も良くて、最高だった。

短期研修報告書

記入 | 2017年 3月
所属 & 学年 | 工学部 2年生

留学先大学 (国名)	米国 オレゴン大学
短期研修のプログラム名	全学教養科目特別講義「米国の大学生活」(2018年度は米国現代事情Ⅱ)
留学した期間	2018年2月17日(土)~3月13日(火) 25日間

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)

もともと海外留学に興味はあったが、英語力に自信もないし、具体的なイメージはできなかった。応募のきっかけは友人の誘いであった。研修に参加することを決めてからは、漠然と参加するのではなく、現地で何をするのかを自分で考えるようにした。語学対策としては大したことはできなかった。書店で英会話フレーズの本を一冊購入しそれをこなしていた。

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)

だまかに一週目は聴講、二週目は sustainability などに関するプレゼンやディスカッション、三週目はボランティアであった。聴講では自分の専攻のものではないものもとった。英語がとても早く聞き取るのが困難であったが、学生の雰囲気はつかめた。ディスカッションでは現地の日本語専攻の学生とよく話せたことは自分にとって財産となった。そこで仲良くなった人の中には今も連絡を取っている人もいる。

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)

食事はそこまで苦に感じなかった。ホストファミリーの味覚が自分に近かったのはとても助かった。ただ外食をするときはなんやかんやハンバーガーとポテトになってしまうのは苦しかった。全体的にドライフードが多かった印象だ。ユージーン気候は雨がしとしと降るものだったので、ブーツ型の靴を持って行ってよかったと思う。毎日、目まぐるしく新しいことが起きるので、それを毎日日記に残すようにした。金銭感覚もおかしくなりがちなので日記になんぼ使ったかを記すようにした。

4. 安全危機管理 (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)

常にパスポートと財布とiphoneは、手放さないようにした。一度だけ、抜身のナイフを持った男性に話しかけられたときは怖い思いをした。(何事もなかったが。。)

5. 研修中の失敗談や言語や文化違い等からくる出来事

一度だけリーシェンの言っていたことを誤解、早とちりしてしまったことがあった。その結果、一時間ぐらいのプログラムに参加できなかったのは失敗したと思った。

6. 研修後の大学生活について (今後の目標など)

まずは英語力を強化したいと思った。日常会話レベルならこなせることがわかったが、自分が目標にしているのはプレゼンなど人前で流暢に話すことなので、それを達成するために引き続き英語の学習は続けていきたいと思う。また、名古屋大学にいる外国人留学生とかかわる機会があったら、積極的に参加していきたいと思う。

7. 留学を考えている学生へのメッセージ

確かに言語が通じるかわからない見知らぬ土地で生活するのは簡単なことではない。しかし、経験するとそこまで難しいことでもないのかなと思う。

8. 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
旅行会社に支払った金額	約 5 4 万円	プログラム費用, 航空運賃, ホームステイ費用 (1日3食)、海外旅行保険を全部含めて
渡航準備のために購入したもの・費用	5 万円	
その他 (小遣い、通信費など)	1 0 万円	ドルに換金して持って行った分 正直多かった
合計 (研修のために払った費用)	約 7 0 万円	お昼ご飯を持たせてくれるホストファミリーが多いので、本当にお金を使わないようにすれば 全然使わなくても生活できる。

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。

↓↓↓



この写真は三週目の月曜。クラスが終わったあと、夕方にO E Pのメンバーでサッカーをしていた。そしたら、現地の学生らが一緒にミニゲームをしようと誘ってきてくれて、一緒にサッカーをした、とても楽しかった。



これはO E Pのメンバーでポートランドへ遊びに行ったときの写真。N B Aを生で観戦できたのはとても楽しかった。また、自分達でバスを予約したり、ホテルをとったり、チケットをとったりするのもいい経験だった。