

九州大学海外派遣留学生 最終報告書		※ 帰国後15日以内に提出してください。 ※ 提出された情報は、海外留学HPに掲載します。(色のついた部分は掲載しません)
留学先大学名	サンノゼ州立大学 (国名: アメリカ合衆国)	
留学先学部名(またはプログラム名)	大学間協定 交換留学	
留学期間	28年8月 ~ 28年12月	
学部/学府・年次	文学部	2年後期
留学により卒業または修了が遅れる見込みの有無とその期間	無	
遅れる見込みの方はその理由を書いてください(NO.に○印をつける)	1. 4年次に留学したため 2. 単位が不足するため 3. 新卒で就職したいため 4. その他(具体的に記入)	
卒業を遅らせないためにどのような配慮や工夫をしましたか?	期間を1年ではなく1学期間とし、また、1年次と2年前期に単位を少し多めにとっておきました。それから教員免許を取りたいと思っているので、実習や専攻で忙しくなる前の2年次に留学することにしました。	
進路の予定	1.就職 (時期: 平成31年 4月から)	
前項で1と答えた方は、就活時期と方法を教えてください(予定を含む)	教員免許は取得するつもりですが、これから一年間自分が将来何をしたいのかも一度しっかり考えて、就活をするか教員採用試験を受けるのか決める予定です。他の同級生と同様に三年の前期から就活情報を集め、後期から就職活動をする予定です。	
進学先や就職先の選定に、留学経験が影響しましたか?	人と関わる仕事がしたいと思うようになりました。また、まだまだ勉強は必要ですが、英語に関わらず語学を使った職に興味がわくようになりました。	
留学経験は就職活動の際に役立ちましたか?	就職活動はまだですが、経験したという事実よりも、そこで学んだことが今後生かされるのは確実だと思っています。就職だけでなく、これからの自分の人生にプラスになったと思います。	

1. 留学先大学について

授業(カリキュラム等)の概要について

大学間の交換留学だったので、留学先の大学の授業は基本的に何でも取ることができ、九州大学にその授業内容に近いものがあれば、単位を換算することもできました。私は一学期間のみの留学で、単位も足りそうだったので、単位換算をせず、自分の興味がある授業を取りました。九大とは違い、一学期間に履修する授業は少ないのですが、一週間に同じ授業が二回あり、より深く学ぶことができました。文系は留学生が比較的になく、私一人が留学生で残りの生徒はみなローカルの学生であるクラスが多かったです。授業についていくのは大変でしたが、先生のメールに質問したり、クラスメイトと連絡先を交換して助けってもらったりしながら、何とか授業内容を理解して一学期間をおえることができました。Film history など、九大にはない授業もあり、面白かったです。理系の授業に関しては、日本人を含め留学生が多かったので、専門的なことを学ぶのであれば日本語で助け合えるという点では良いのかなと思いました。

留学先大学のサポート体制について
(語学面／勉学面／精神面／住居・生活面など)

サンノゼ州立大学では、私たちのプログラムの留学生のために2人の先生がサポートをしてくださいました。留学前から資料などの手続きの際のメールのやり取りもしていただき、到着後最初に行われたオリエンテーションから留学期間を終えるまで、単位に関する質問や奨学金のサインなど、常にサポートしていただきました。また、私は留学中、学校が推奨していた international House というところに滞在したのですが、そこで語学面、精神面に関してかなり助けられました。この international house というところには、留学生とローカルの学生がどちらも一緒に住んでいて、話す言葉が違う人同士がルームメイトになる仕組みになっていました。私のルームメイトは中国人とタイ人の女の子だったのですが、共通語はもちろん英語でした。同じ部屋で生活し、同じ部屋で寝るため嫌でも英語を話さない日は一日もなく、これによって日常会話がスラスラ出てくるようになりました。しかしそれと同時に、言語や文化、考え方の違いから初めはストレスも多かったのも事実です。しかし、この状態から助けてくれたのも、結果的にはルームメイトや international House に住んでいたハウスメイトたちでした。私は用心深く、何をやるにも比較的物怖じをしてしまうタイプだったのですが、そんなことしてられないくらい周りの環境が猛スピードで私を挑戦する道に常に引っ張ってくれました。そのなかでもとても印象に残っていることがあります。私が文化の違いから、ルームメイトのやめてほしいことがあったのですが、その子がワザとしていないことも分かるし波風立てたくないからストレスだけど我慢しているとハウスメイトに話したところ、「ちゃんと思っていることをルームメイトに伝えないと、留学期間が終わってからも本当の友達としての交友を続けられないよ」と言われました。確かにその時の私は、この留学期間さえ何とか頑張れば良いと思い、その後のつながりに焦点を当てていませんでした。日本人の感覚からしたら言わずに済むことは言わないのかもしれませんが、こういう時は伝える勇気も必要なのだなと感じました。カリフォルニアは日本と比べたら時間がゆっくり過ぎていく感じはしましたが、私にとってはこのように日々新しいことの連続で、毎日が新鮮でした。

<p>留学先大学に対する感想</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・サンノゼ州立大学はカリフォルニアにあるため、親世代にアジアから移ってきた人も多く、いろいろな見た目の人がたくさんいます。そのため、私が留学しても、日本にいる留学生のような“留学生感”があまりなく、よくも悪くも周りになじむことができます。黙っていればローカルの学生と同じように接してもらえるという点はとても嬉しかったです。また、日本に興味がある人が多く、そういうつながりでも友達ができ面白かったです。日本のサブカルチャーにもっと詳しくなっておけばよかったと思いました。 ・授業に関してはレベルが分かれており、自分に合うものを選ぶことができます。しかし私はレベルによって内容が違ったためシラバスを見て面白そうだと思ったものを始めは履修していました。そのためいざ授業に行ってみるとレベルが高すぎてさっぱり分からないということもありました。その時は授業を変えることができるので大丈夫でしたが、その時点で席の空いている授業しかも履修できないので、やはり自分のレベルにあったものを取るのが良いと思いました。 ・建物や敷地はとてもきれいでした。図書館などの環境も整っており、暇な時間や家で集中できない時はよく行っていました。また、ジムや体育館もあったので、向こうでできた友達とバドミントンなどをして遊んでいました。ラケットなども学生証で借りられるので、いつでも運動できる環境でした。
<p>同じ大学への留学を希望する人たちへのアドバイス</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・とりあえず英語で話すこと。 先ほども書きましたが、サンノゼには見た目がアジアっぽい人がたくさんいます。もちろん留学生もたくさんおり、初めのオリエンテーションで知り合いになるので友達作りに困ることはないと思いますが、もしローカルの学生と普通の友達になりたいなら、ひたすら英語で話すことだと思います。私はネイティブと話すことを怖がったせいで、留学期間の初めの一か月をほぼルームメイトやハウスメイトのみと過ごしてしまいました。それはそれで学ぶこともありましたが、せつかくアメリカにいたのにもったいないことをしたと思います。しかしある授業がきっかけでローカルの学生とも話せるようになりました。それは、教員になりたい学生たちが取る少人数クラスでした。このクラスでは基本的にグループワークで話し合いをしたり、最後には模擬授業も行なったりしなければならなかったので、グループの人たちとは必然的に会話をしなければならず、気が付くと普通に喋っていました。いざそうなると、どうして初めの頃は怖がっていたのだろうと思うくらい、ネイティブと話すことはアメリカにいればごく自然なことでした。基本的にみんないい人たちなので、よくわかっていなくてもとりあえず話してみるといいと思います。そうすれば、言いたいことを言ってストレスはないし、正しいをもらえるし、相手との距離感もより近づくと感じます。 ・international house(学校から徒歩2分ほどのところにある建物で、留学生とローカルの学生が住んでいる)で毎週行われるコーヒーマットに行くこと。 住んでいる場所や取っている授業によっては友達をつくりにくいこともあるかもしれませんが、ここに行けば必ず友達ができると思います。お酒は出ないので安心ですし、みんな友達の輪を広げて楽しむことが目的で来るので、一人でも思い切って行ってみてください。また、この international house 自体に日本人が住んでいることが多いので、その人と知り合いになっておくともしもの時に助け合えたり情報交換をしたりできると思います。 ・毎日日記を書くこと。 留学期間中はバイトをする人も少ないでしょうし、基本は授業だけですからぼーっとしていたらあっという間に終わってしまいます。私が留学していたときも、あれ、今日何かしたかな、という日がありました。もったいないですね、、。しかし、少し時間をかけて振り返ってみると必ず何かしら日々学ぶことはあります。ただ、毎日がどんどん過ぎていくと残念ながら

忘れてしまいます。そのため私は留学期間中は毎日日記を書きました。学んだこと、感じたこと、何でもいいです。覚えた英語表現でも、レポートの内容でも、書くことで頭の中で整理できます。その上今後振り返ることのできるなんて、いいことしかないと思います(笑)

- ・ルームメイトの出身国のこと調べる。
私の留学期間中タイの王様が亡くなり、タイ人のルームメイトが泣いていました。こういうこともありますし、調べておけば文化の違いも受け入れやすくなることも多いので、これは本当にお勧めします。
- ・同じ時期に留学している友達と連絡を取ること。
留学期間は多かれ少なかれ誰だって悩みがあります。そんな悩みを相談できるのは、今同じ状況にいる人です。私はイギリスに行っていた同じ研究室の友達と連絡を取り、日時を決めてテレビ電話などもしていました。落ち込んでいてもたくさん元気をもらえました。
- ・つらいときは日本にいる家族や友人と連絡を取ること。
留学生の中には、留学期間中は英語しか話さないと決めている人もいますが、個人的には、毎日英語ばかりの環境にいるんだからたまには日本語で息抜きしてもいいんじゃないかなと思います。英語は私たちの母語ではないので表現が限られます。限られた表現の中で自分が言いたいことを伝えるのには多少のストレスが常にかかります。それで頑張っていくのもいいかもしれませんが、私は日本語で話したときに、この表現は英語でどういふのかなと思うことも多かったですし、自分にプレッシャーをかけすぎないことも大事な、と思います。

何かあったら連絡してください(o^—^o)

2. 事前手続き(ビザ申請など)

ビザの種類	J1
ビザ申請先	アメリカ領事館
必要書類、手続き方法パスポートのコピー	DS-160 ビザ申請書を作成しオンラインで提出。面接日の予約を行う。この時に必要な情報と予約確認ページを印刷。ビザ申請料を支払い、面接の一週間前に以下の資料を送る。面接を受ければビザが届く。 ≪必要な資料≫ パスポートのコピー SEVIS 支払い証明書 印刷した面接予約確認書 DS-160 フォーム確認ページ 証明写真
手続きに要した時間	面接日の予約が取れないと困るので出発の一か月半前くらいには動きはじめました。
その他必要な事前手続き	航空券も早めにとっておいた方が良くと思います。帰りの日程はまだ分からないと思うので、オープンにしておくか、とりあえず往路だけでとるかにするとよいと思います。渡航費支援を受ける場合はその手続きもあるので、学務に行って何が必要かを確かめておくとスムーズだと思います。また、JASSO などの奨学金も同様です。場合によっては箱崎キャンパ

<p>お金の管理や受け取り(銀行口座開設や海外送金、またはクレジットカード持参など)について、貴方の留学先国で最も適当な方法を教えてください。</p>	<p>私の留学先ではほとんどの人が基本的にクレジットカードを使っていました。そのためほとんどのお店でカードが使える、むしろ現金を出すと嫌な顔をされたりもしていました。しかし中には現金しか受け付けないところもあるので、常にカードと少額の現金を持つようにしていました。新生銀行でカードを作っておくと、円で入金していても現地の ATM からドルで引き出せるので便利です。友達と割り勘するときなどは現金が必要なので、かなり重宝しました。</p> <p>お金の管理については、ルームメイトは同じ部屋にいましたが、普通に引き出しに鍵もかけずに入れていて大丈夫でした。外を歩くときは肩掛けバッグなどはしっかり持つようにした方がいいみたいです。</p>
---	--

4. 住居、生活環境

<p>住居の種類(○印をつける)</p>	<p>・寮</p>	
<p>住所／電話番号</p>	<p>360 S 11th St, San Jose CA 95112 アメリカ合衆国 408-924-6570</p>	
<p>費用(月額)</p>	<p>17万円前後(1学期ごとの支払い)</p>	
<p>どのようにして見つけたか</p>	<p>受け入れ先のサンノゼ州立大学から来た住居先の選択肢の中でも特に勧められていた。ホームページも参照した。</p>	
<p>次期留学生に推薦できるかどうか、およびその理由。</p>	<p>かなり勧めます。住居費は高いですが、食事も光熱費も込みですし、何よりたくさんの人とつながることができます。学校からも近く、治安も比較的に良いため安心です。支えてくれる人がたくさんいますし、自分なりの役割も見つけることができます。イベントも多く、international house 以外の人たちとも多くの交流を持つことができますし、イベントを開催する側としてみんなを楽しませるのも面白かったです。</p>	
<p>留學生活を送る上で次期留学生に伝えたい地域情報、生活情報</p>	<p>サンノゼは都会でも田舎でもなく、天気も良く気持ちが良いところです。人も素敵で日本人としてはすごく暮らしやすいと思います。ただ、日本では見ないくらいホームレスの人が多く、学校やスーパーの周り、また図書館の中などにたくさんいます。そこに関しては少し驚いてしまうかもしれません。一人で歩いていたりすると話しかけられたりもするので、悪い人たちではないかもしれませんがさっと歩いた方が無難です。</p> <p>ですがサンノゼはロサンゼルスやサンフランシスコなどにも気軽に旅行できる居場所ですし、いろんな経験ができていいところだと思います。おすすめのスポットはヨセミテ国立公園です。壮大な自然の景色に圧倒され、心が洗われた気持ちになりました。ぜひ行ってみてください！</p> <p>治安がとてもいいというわけではないですが、自分でしっかり危険を避ければ安全で楽しいところです。限られた留學生活、たくさんの経験をしてきてください。</p>	

5. 準備段階や留學中に役に立ったウェブサイト

サイト名	URL	コメント
<p>米国ビザ申請</p>	<p>http://www.ustraveldocs.com/jp.jp/jp-niv-visatypeinfo.asp</p>	<p>ビザの申請の際に役立ちます。福岡と札幌は他の地域と違うようなので間違いのないように気を付けてください。</p>

<p>(サイト名ではありませんが)仲良くなった留学生の出身国の文化や情勢を調べる</p>		<p>その人と仲良くなるうえでマナーですし、知っているにより近くなることができます。</p>
--	--	--

6. その他の特記事項

4か月間の留学でしたが、振り返ればたくさんの方々に来ていただきました。まだまだ未熟ですが、留学期間中には精神面でも学習面でも多くのことを学んだので、これからはそれを社会に還元しつつ私自身もっと成長していこうと思います。ありがとうございました。