

広島大学短期交換留学プログラム 派遣留学報告書
HUSA (Hiroshima University Study Abroad) Program Report

記入日/Date 2020年1月15日(YYYY/MM/DD)	
派遣プログラム Name of Program	<input checked="" type="checkbox"/> HUSA <input type="checkbox"/> USAC <input type="checkbox"/> UMAP
留学先大学 Host University	ネバダ大学リノ校 (国名/Country : アメリカ合衆国)
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	Liberal Arts
在籍身分 Status at Host University	Exchange Student (ex. Exchange Student, Special Auditing Student)
留学期間 Period of Program	2019年8月19日 ~ 2019年12月18日 (YYYY/MM/DD) (YYYY/MM/DD)

1. 留学するまで / Preparation for the Program

留学への志望動機・ 派遣先大学を希望した理由 Purpose of Study / Reason of Host Choice	留学を志望した理由は、海外を経験することにより自分の考えを深め、広島大学での学習や大学生活をより充実したものとし、将来へと活かすためです。具体的にあげると、私は授業内の発言が多いなどの日本とは違う、アメリカのスタイルの授業を肌で感じるためにアメリカを志望していました。この理由かつ、自分の基準を満たしていたネバダ大学を選択しました。
留学準備を始めた時期（応募する 何か月前ですか？） Commencement of Preparation for Application	語学試験を受けなければならなかったため、10ヶ月前から準備は始めていました。
事前準備について(どのような準備 をしたか、しておけばよかった か) Preparation Completed Prior to Study Abroad	いつビザを取るか、保険はどう取るか、留学先に行く前にしておくことをしっかりリスト化し、ギリギリにしないことが大切だと思います。私はギリギリだったのでとても精神的圧迫感があり大変でした。

2. 渡航について / Visa and Flight Information

ビザについて Visa	ビザの種類 / Visa Type : J-1	
	ビザ申請先 / Location of Visa Application : アメリカ	
	提出書類 / Required Documents : パスポート、照明写真一枚、DS-160 確認ページ、DS-2019、面接予約確認ページ、SEVIS I-901 Payment Confirmation	
	手続きに要した日数 / Duration of Visa Application Process : 二週間程度	
その他必要な事前手続き Other Required Procedures	ビザのネット申請、ネットでの面接予約	
出国年月日 / Date of Departure	2019年 8月15日 (YYYY/MM/DD)	
経路(往路) / Route (Outward)	広島→羽田→成田→ロサンゼルス→リノ	
現地での出迎え Pick-up Service	<input checked="" type="checkbox"/> 有/Yes (大学関係者/Univ. Staff ・ その(他)/Others) <input type="checkbox"/> 無/No	
到着後オリエンテーションの有 無・期間・内容 Orientation, Period, Contents	<input checked="" type="checkbox"/> 有 /Yes <input type="checkbox"/> 無/No	有の場合 期間/Period : 2019/8/20 - _____ (If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation 学部施設や保険の説明
帰国年月日 / Date of Return	2019年12月29日 (YYYY/MM/DD)	
経路(復路) / Route (Return)	リノ→ロサンゼルス→成田→羽田→広島	

3. 留学費用について / Expenses

文 額 / Expenses	総額		1,221,910	円/yen
	Total Amount			
内 訳 Details	渡航費（往復） / Flight Ticket (Round Trip)		220,000	円/yen
	ビザ申請手数料 / Visa Application Charge		16,000	円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge		32,910	円/yen
	保険料 / Travel Insurance		60,000	円/yen
	教材費（授業料以外の学費） / Learning Material (Extra Tuition Fee)		40,000	円/yen
	宿舍費（住居費） / Accommodation Fee		350,000	円/yen
	光熱費 / Utility Cost		0	円/yen
	食費 / Meal Cost		260,000	円/yen
	通信費（インターネット・携帯） / Internet, Phone		18,000	円/yen
	交通費（宿舍～大学間） / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)		0	円/yen
	交際費 / Social Expenses		60,000	円/yen
	その他 / Others (寮費前払い費)		55,000	円/yen
	(施設利用費)		110,000	円/yen
(費)			円/yen	

4. 授業・修学について / Courses and Study

授業の概要について（カリキュラム、プログラム、履修した科目、時間数、履修形態等） / Brief Description of Courses (Curriculum, Program, Registered Courses, Study Hours, Course Style)	<p>THTR 100 - Introduction to the Theatre Online Discussion ありの週3</p> <p>GEOG200 World Regional Geography 週2</p> <p>ENG112B English as a Second Language 週2</p> <p>ENG112D English as a Second Language 週2</p>
単位互換希望の有無 / Credit Transfer from Host to Home University	<input checked="" type="checkbox"/> 有/Yes <input type="checkbox"/> 無/No
授業・勉強についてのアドバイス（留学前の履修、留学中、単位取得等） / Advice for Class and Study (Before and During Study Abroad)	ネバダ大学に行く場合、TOEFLscore75以上の力がないと大学の英語技能のテストの結果によって、留学生向けの英語の授業を取らざるを得ない可能性があるため注意。
日本と異なる授業形態などにおける困難や挑戦（ティーチングスタイル・先生と学生の関係性など） / Difficulties and Challenges Faced in Classes Different from Japan (Teaching Style, Relationship with Professors/Lecturers)	授業内の発言、発表が多い。日本人は慣れていない人が多いが、少しでも発言、発表できるように慣れて、発言できるマインドセットが大事です。

5. 生活等について / Lifestyle			
(1) 留学先の住居について / Accommodation			
住居の種類 Type of Accommodation	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の寮 / University Dormitory <input type="checkbox"/> アパート / Apartment <input type="checkbox"/> その他 / Others ()		
住居の広さ Size of the Room	約/approximately 30 m ²	同居人の有無 Roommate(s)	<input checked="" type="checkbox"/> 有 / Yes (1 人/People) <input type="checkbox"/> 無 / No
住居に附属する設備 Facilities in Accommodation	<input checked="" type="checkbox"/> 電気/ Electricity <input type="checkbox"/> ガス/ Gas <input checked="" type="checkbox"/> 水道/ Water <input checked="" type="checkbox"/> 給湯/ Hot Water <input checked="" type="checkbox"/> シャワー/ Shower <input checked="" type="checkbox"/> 風呂/ Bathtub <input checked="" type="checkbox"/> 水洗便所/ Flushable Toilet <input checked="" type="checkbox"/> 暖房/ Heating <input checked="" type="checkbox"/> 冷房/ Cooling <input type="checkbox"/> 台 所/ Kitchen <input type="checkbox"/> 食堂/ Dining Room <input type="checkbox"/> 固定電話/ Land-Line Phone <input checked="" type="checkbox"/> インターネット/ Internet <input type="checkbox"/> その他/ Others ()		
住居費 Accommodation Fee	1ヶ月当たり/ per month	(現地通貨/ local currency)	約/ approximately 87,500 円/yen
留学先での住居全般に関するアドバイス Accommodation Advice	寮に入ることが楽で安全ですが、馬鹿高いです。できる人は一人暮らしがお得です。		
(2) 医療について / Medical Care			
保険の加入先 Insurance (Who Designated)	<input checked="" type="checkbox"/> 本学指定の保険 / Hiroshima University <input type="checkbox"/> 留学先大学指定の保険 / Host University <input type="checkbox"/> その他 / Others ()		
保険の補償内容 Insurance Coverage	補償額 / Coverage 死亡 / Death 10,000,000 円 / yen, 入院1日 / per day of Hospitalization 不明 円 / yen <input type="checkbox"/> その他 / Others ()		
留学前後での予防接種の必要の有無 Immunization Requirement	<input checked="" type="checkbox"/> 有 / Yes (種類 /Acquired Immunizations : 髄膜炎、四種混合ワクチン (日本で奨励されているものと違う可能性あり)、おたふく 医療機関名 / Location of Immunization : おだ内科クリニック) <input type="checkbox"/> 無 / No		
留学先国の医療事情(日本と比較して) Difference in Medical Service (Compared to Japan)	医療はしっかりしていますが、国民全体の医療保険がないため、馬鹿高いです。		
留学先での健康管理、衛生面について特に注意すべきこと Healthcare and Hygiene	田舎、特に内陸部で寿司は食べないようにしましょう。都市に行けば比較的安全です。食中毒にあたり、1日嘔吐、一週間下痢に悩まされました。整腸薬を持っていると役立ちます。		
(3) 危険を感じた地域、状況、安全管理において注意したこと / Dangerous Situations and Locations Encountered, Possible Advice for Risk Management			
基本的に夜は一人で出歩かないということと、当たり前ですが、治安が悪いと言われているところには近づかないください。			

(4) 食生活についてのアドバイス / Food – Related Advice
ミールプランが26万円近くします。入ると便利ですがしっかり、熟考しましょう。
(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing
夏は皮膚が焼けるぐらい暑く、冬は極寒の快適とは程遠い気候です。9~11月ですと寒暖差が尋常ではなく20度以上変わります。冬には雪が降ります。
(6) 学内外の施設・設備環境について (インターネット環境含む) / Available Resources (Library, Cafeteria, Campus Wi-Fi, etc.)
図書館やジムなどの施設がしっかりしています。学内であればWi-Fiもいたるところに飛んでいます。
(7) 現地学生や地域との交流について (どのような、機会・きっかけがありましたか?) / Communication with Local Students and People (Available Opportunities?)
サークルがとても大事です。さらに留学生に向けての交流イベントがたくさんあります。日本人とばかりつるまずに、せっかく留学に来ているので、現地や違う文化から来た学生と交流を持ちましょう。
(8) 習慣やマナーの違いによる対人関係等、注意すべきこと / Care and Attention regarding Customs and Manners
チップの文化があります。マナーで言いますと、後ろに人がいればドアを開けて先に行かせてあげるような日本人がしないようなことも普通です。いい風習だと思います。さらに Bless you は言いましょう。目を見て話しましょう。『来た時よりも美しく』などの日本人が当たり前と思う考えは薄いです。清掃員がするという考えが多いです。
(9) 日本から持っていくべきもの、持っていきたくないもの / What Should You Bring? What Should You NOT Bring?
日本のお菓子喜ばれます。あと自分用に味噌汁、カップラーメン、カップ焼きそばなど、日本食が恋しくなるので持っていくといいでしょう。マスクは使いません。
(10) その他生活等に関して参考となる情報・アドバイス / Other Useful Information and Advice about Life Abroad
日本人には慣れていないと外国人にもものすごい低姿勢で行ってしまう人が多く見られます。アドバイスはリスペクトしすぎないことです。もちろんリスペクトは忘れては行けません。しかし、相手をいじったり、気兼ねなくお願いできるような図太さがあれば友達も作りやすいです。日本人の気遣いとアメリカのフランクさを併せ持つと完璧です。

6. 帰国後の進路について / Your Career After Study Abroad	
卒業予定年月 Expected Graduation Month and Year	2022年 / year 3月 / month (当初の卒業予定年月 / Expected Month and Year before Studying Abroad 年 / year 月 / month)
卒業が遅れる見込みの場合、その理由 Reason for Extension of Graduation Month and Year?	<input type="checkbox"/> 4年次に留学したため / Participation in HUSA during 4th Year <input type="checkbox"/> 単位不足のため / Amount of Credits <input type="checkbox"/> 新卒で卒業するため / In order to graduate as a “new” graduate <input type="checkbox"/> その他 / Others (具体的に / Specific reason:)
現在の状況および今後の予定・進路等 Current Situation, Plan and Career	今の進路は一般企業に就職するか迷っています。ミュージカル俳優に興味があり、就職しながら目指すのか、その道一筋で行くのか迷っています。
就職活動や留学前の単位取得、教育実習等についての工夫 Pre-arrangement by yourself for your future job hunting, acquisition of credits of required courses and practicum, etc.	留学前の単位はなるべく多くとりました。

7. 留学準備, 留学中に役立った書籍, ウェブサイト等
/ Useful Books and Website for Study and Life Abroad

書籍, サイト名 Name of Book or Website	詳細 (出版社, URL 等) Details (Publisher, URL etc.)	コメント Comments
Hapa 英会話	Youtuber	ネイティブがよく使う表現が学べます。

8. 後輩へのメッセージ / Message for Outgoing Students who Desire to Study Abroad

留学成功させたいならまず、自分のコンフォートゾーン（居心地が良い空間）から抜け出すことです。新しい環境ではコンフォートゾーンがないためストレスを感じるかもしれません。でも、どんどん積極的に人と関わりましょう。コンフォートゾーンができて満足せず、イベントや機会があれば面倒くさくても行くといろんな出会いが待っています。日本人には外国人に対して低姿勢で行き過ぎる人が多い気がします。案外リスペクトしすぎた人は友達になりにくいような気がします。ガンガンいじって、いじられ、物怖じせず接しましょう。ただリスペクトすることも大事ですが、そのマインドセットがあれば語学力に自信がなくても友達はいくらでも作れますし、それで語学力も自然に向上します。

9. 自由記述（日本語・1,200字程度） / Feedback (English about 600 words)

私はこの留学にすごく満足しましたが、心残りも多くありました。矛盾しているかもしれませんがそう感じました。自分自身の精神面と学力の面で得たものは多かったのです。

「留学の成果、留学前と比較して成長した点」と重なるのですが、この留学を評価する上で僕が最も重要に感じたのが、言語以前のコミュニケーションへの姿勢でした。確かに私は留学前、自分の語学力に自信を持っておらず、留学先のアメリカでのコミュニケーションをととても心配しました。しかし、アメリカで多くの人と会うたびに、人と親しくなれるコミュニケーションを取るための、言語以前にある大切なことに気がつきました。それは自分の心の何処かに相手が違う国の人というだけで怖気付いていた部分があったからです。さらに、日本特有の「遠慮」という文化が薄い国では、遠慮は人との壁を無意識に作ってしまい、人間関係の構築を阻害してしまうことがあるように感じました。だから私は、いつもなら遠慮しそうな場面で無理やりお願いをしてみたり、相手をいじるようにしました。すると相手も自分を頼ってくれることや、僕自身がいじられることも増え、より深い人間関係を持つことができました。それに気がついてからは友との交流が増え、アメリカ人などの違う言語、文化背景を持った人たちとも気兼ねなく話せるようになりました。もちろん語学力も大切です。しかし英語ができるからといって多くの友達を作ったり、いい人間関係を保つことも得意とは限りません。コミュニケーションは人間の基本的な部分にあると考えています。そのスキルを磨けたことは僕のこれからの人生にとって有利なものとなると考えています。

学力についていえば、アメリカの環境、教育システムの中に入られたことで、多くのリーディングアサイメント、レポートをこなしました。それにより、確実にリーディングとライティングのスキルが身につきました。しかし、冒頭で述べたように心残りも多くありました。スピーキングとリスニングは日常生活や授業で上達させることができましたが、自分の中ではまだまだでした。留学前は受験英語のためスピーキングにはなれていませんでしたが、アメリカでの生活を通して一切の抵抗はなくなり、リスニングも格段に上がりました。自分が思っていたよりも英語のスキルは格段に上がりましたが、あの4ヶ月あればもっと磨くことができた気がします。

留学期間中最も印象に残った体験は友達に連れられてもらった、レイクタホでの体験です。世界で美しい湖と言われる中の一つで夏と冬に行かせてもらいました。特に冬は雪とともに湖を見ることができ、雪も湖もない沖縄出身の僕としてはとても貴重な体験となりました。何も考えずに膝まで入水したのですが、足が凍傷になりかけました。もう二度としませんが、それも貴重な体験となりました。

今後はこの留学で得たコミュニケーション能力や体験、英語力を生かして、授業、日常生活ともに濃いものにしていきます。授業では自発的な発言を増やし、日常生活では人の輪を広げて人間力を高めていきたいと思えます。そのスキルは将来のどんな仕事にも行かせることができるので留学だけで終わらせず、磨き続けます。一学期という期間はとても短いです。いられるものならあと一学期居たかったです。

注1) 報告書およびその内容は、留学希望者への情報提供のため、HUSA ホームページおよび広島大学ホームページへの掲載、事務室での閲覧や大学の留学情報案内の作成のために利用させていただきます（氏名及び学生番号については、非公開とします）。ただし、公開にあたり不適切と判断された内容については、国際交流グループにて削除等させていただきますので予めご了承ください。 / This report and its contents will be uploaded on website of the HUSA and Hiroshima University, browsed at the office and used for information regarding study abroad at Hiroshima University in order to provide information to students who desire to study abroad. (Student name and student number are not published). If the report and its contents are included inadequate contents to be published, it would be deleted or amended it by International Exchange Group