

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 2024年1月3日(YYYY

/MM/ DD)

ふりがな 氏名 / Name			学生番号/ Student ID
本学での所属学部・研究科 School/Graduate School at HU	教育学部/研究科 School/Graduate School		4年次(Year) (留学開始時点(When Started))
派遣プログラム Name of Program	<input type="checkbox"/> HUSA <input checked="" type="checkbox"/> USAAC <input type="checkbox"/> UMAP		
留学先大学 Host University	Boise State University		(国名/Country : アメリカ合衆国)
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	Intensive English Program		
在籍身分 Status at Host University	Exchange Student (ex. Exchange Student, Special Auditing Student)		
留学期間 Period of Program	2023年8月16日~ (YYYY/MM/DD)	2023年12月16日 (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	志望した理由は大きく2つあります。1つ目はアメリカの大学と日本の大学の違いを知りたかったからです。2つ目は、言語を含めアメリカの文化について知りたいと思ったからです。		
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	6ヶ月前。		
事前準備について（どのような準備をしたか、しておけばよかつたか） Preparation Completed Prior to Study Abroad	まずはIELTSに向けて準備しました。半年前には、派遣先が決まっていたので、ビザに関する手続きや航空券を予約しました。渡航3週間前からは、留学に必要なものを準備して、パッキングを始めました。留学直前では、留学での目標をたて、4ヶ月後の自分をイメージしました。ビザに関しては、なるべく早くとったほうが良いと思います。というのも、日本にアメリカ大使館が2ヶ所しかなく、ビザを取得するのに時間がかかります。		

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 : F-1		
	ビザ申請先 / Location of Visa Application : The United States		
	提出書類 / Required Documents : パスポート、残高証明書、派遣先受領書		
	手続きに要した日数 / Duration of Visa Application Process : 約1ヶ月		
その他必要な事前手続き Other Required Procedures			
出国年月日/ Date of Departure	2023年8月16日 (YYYY/MM/DD)		
経路（往路）/ Route (Outward)	関西国際空港→仁川国際空港→タコマ国際空港→ボイシ空港		

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 有の場合 期間/Period : _____ - _____ <input type="checkbox"/> 無/No (If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation 授業の内容説明や、キャンパスツアー、留学生間での顔合わせ
帰国年月日 / Date of Return	2023年12月19日 (YYYY/MM/DD)
経路（復路） / Route (Return)	ボイシ空港→サンゼルス国際空港→羽田国際空港→広島空港

3. 留学費用について / Expenses

支出額 / Expenses	総額 Total Amount		1,014,930	円/yen
内訳 Details	渡航費（往復） / Flight Ticket (Round Trip)		264,030	円/yen
	ビザ申請手数料/ Visa Application Charge		40,900	円/yen
	予防接種費用 / Immunization Charge			円/yen
	保険料 / Travel Insurance		20,000	円/yen
	教材費（授業料以外の学費） / Learning Material (Extra Tuition Fee)		0	円/yen
	宿舎費（住居費） / Accommodation Fee	400,000(光熱費込み)		円/yen
	光熱費 / Utility Cost		—	円/yen
	食費 / Meal Cost		100,000	円/yen
	通信費（インターネット・携帯） / Internet, Phone		0	円/yen
	交通費（宿舎－大学間） / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)		0	円/yen
	交際費 / Social Expenses		100,000	円/yen
	その他 / Others (トレーニングジム 費) (衣類購入費) (旅行費)		20,000 50,000 10,000	円/yen 円/yen 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)	プログラム：Intensive English Program 履修した科目：コミュニケーション、グラマー、ライティング 時間数：週5日授業（月・金は午前のみ、火・水・木は午前、午後両方）
単位互換希望の有無 / Credit Transfer from Host to Home University	<input type="checkbox"/> 有/Yes <input checked="" 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)	このプログラムでは事前に授業が組まれていたので履修に関するアドバイスはありません。授業に関しては、予習復習をすることで、授業内容を深くすることができると感じました。また、積極的に発言することが必要不可欠です。

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)	教師と生徒との関係性は、日本に比べてとても近いです。もちろん教師によりますが、ファーストネームで呼びあつたり、スマートトークをしたりするなど、日本ではそのような関係性は少なくとも自分は持っていないかつたのでティーチングスタイルの違いを感じました。
--	---

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 (3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 type="checkbox"/> シャワー/ Shower <input type="checkbox"/> 風呂/ Bathtub <input checked="" type="checkbox"/> 水洗便所/ Flushable Toilet <input type="checkbox"/> 暖房/ Heating <input 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 100,000 円/yen
留学先での住居全般に関するアドバイス Accommodation Advice	大学の寮はとても使いやすかったです。4畳くらいの大きさで、1人で使うのには十分な広さでした。バスルームはルームメイトと共有していました。ルームメイトは全員アメリカ人なので英語スキルを上げることができました。		

(2) 医療について / Medical Care

保険の加入先 Insurance (Who Designated)	<input 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 円 / yen, 入院1日 / per day of Hospitalization 円 / yen その他 / Others ()		
留学前後の予防接種の必要の有無 Immunization Requirement	<input type="checkbox"/> 有 / Yes (種類 / Acquired Immunizations : 医療機関名 / Location of Immunization : <input checked="" 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)	留学中は風邪や怪我をすることがなかったので、病院に通うことはありませんでした。友達によると、親切に対処してくれたそうです。しかし、日本に比べて治療費は高いです。		
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	夏は寮の設定室温が極端に低いので、体温調節が必要です。また、冬は平均気温が2度くらいなので、日本に比べて寒いです。		

(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

オンキャンパスは基本的安全です。夜間、学生だけで歩いていても危険を感じたことはありませんでした。オフキャンパスに関しては、特にダウンタウンや近くの公園が危険です。特に、あまり多くありませんが、ホームレスの方が多いので気を付ける必要があると聞きました。

(4) 食生活についてのアドバイス / Food – Related Advice

外食すると普通に1500円を超えます。そのため、基本的に自炊をしていました。フライパンなどの料理器具は現地で調達できるので持っていく必要はありませんが、お米に関しては、1合炊きができる容器を日本から持つていきました。

(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing

夏は40°を超えるが、湿度は低いので日本にいる時よりも、快適に過ごせます。日差しが強いのでサングラスや日焼け止めが必須です。秋は紅葉を楽しむことができ、過ごしやすい気候です。冬はマイナス5°Cまで下がることもあるので、冬仕様のコートやニット帽などあると便利です。

(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.)

学内の施設はとても充実しています。特に自分が頻繁に使用していた施設はスポーツジムで、バスケットボールをしたり、筋トレをしたりしていました。また、屋内プールが隣接しており、冬でも泳ぐことが可能です。基本的に学内に生活に必要な施設はすべて整っているので、学内で生活を完結することができます。

(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?)

セメスターの初めには、新入生対象のイベントがたくさんあり、入学式や、オリエンテーションを通じて友達を作る機会がたくさんあります。自分はソフトボールのサークルと部活動を通じて現地の学生と交流をすることができました。10月に一度日本フェスがあり、ボランティアとして参加できることも良い経験になりました。週末には、大学が主催するアウトドアアクティビティに参加してアメリカ人の友人を作ることができました。また、キリストンコミュニティに参加して、バイブルを勉強していました。

(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

特に寮でルームシェアをしている際、ゴミ捨てや掃除、食器洗いなど溜めるルームメイトがいたので、気になった際は促すことが必要だと感じました。また、洗濯機や乾燥機など共有する必要があり、時間が被った際は、待つ必要があり、ルームメイト間での情報共有をすることが必要です。日頃の暮らしでも言えることですが、ルームシェアをする際には、お互いに助け合う精神が必要だと感じました。

(9) 日本から持っていくべきもの、持っていくべきでないもの / What Should You Bring? What Should You NOT Bring?

持っていくべきだったものは、靴です。最低でも夏用、冬用、室内用の3足は必要だと思います。現地でも調達できますが、スーツケースの余裕がある限り、持っていくのが良いと思います。また、風邪薬も持っていくべきだと思います。持っていくべきでないものは、味噌汁です。日本食が恋しくなると思い、大量にインスタント味噌汁を持って行きましたが、結局大量に残して友達にあげました。

(10) その他生活等に関する参考となる情報・アドバイス / Other Useful Information and Advice about Life Abroad

寮はアメリカ人とルームシェアすることができるので、良い経験ができると思います。寮から学校までは歩いて5分ほどのところにあり、ジムに行くのも近いので立地は最高です。夏はラフティングや、キャンプなどをする機会があり、冬にはスノーボードをすることができます。都会ではないですが、自然の中でのびのびと留学生活を送ることができる素晴らしい場所だと感じました。

6. 帰国後の進路について / Your Career After Study Abroad

卒業予定年月 Expected Graduation	2025年 / year 4月 / month (当初の卒業予定年月 / Expected Month and Year before Studying Abroad 2024年 /
-------------------------------	--

Month and Year	year 3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 checked="" type="checkbox"/> 4年次に留学したため / Participation in HUSA during 4th Year <input checked="" 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	4年の後期に履修する予定の卒業論文を履修することができないので、2025年に卒業する予定になっています。来年は英語の教師を目指して必要な授業を履修する予定です。
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.	今後の予定として、来年度は英語教師になるために必要な授業を履修し、2025年4月に卒業する予定です。卒業後は大学院に進学し、コミュニケーションに関する研究したいと考えています。

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
アメリカビザの種類・申請方法	https://esta-center.com/nonimmigrant/index.html	まずはアメリカビザを申請することが必要です。申請に時間がかかるので、事前にこのサイトを見て準備していました。
アメリカに必要なもの41選	https://www.lalala-usa.com/info/proc/list/	アメリカに限らず、長期留学で必要なものがリストアップされています。チェックリストにもなっているので、直前の準備をする際に役立つと思います。

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

アメリカ合衆国に留学したいと考えている人は、留学する大学はもちろんですが、留学する州についてよく考えておく必要があると個人的に思います。アメリカ合衆国は広大で、州によって環境も、人種割合も全く異なるので、自分の留学プランに合った大学を選ぶことをオススメします。その中でも、ボイシー州立大学はアイダホ州において一番大きな大学で、自然豊かな場所に位置しています。カリフォルニア州やワシントン州ほど栄えていませんが、自然豊かな環境のもとアウトドアを楽しむことができます。また、キャンパスがとても綺麗で、快適な学校生活を送ることができます。都会が苦手で、アウトドアが好きな人には最適のキャンパスです。実際自分は自然に触れることに興味があり、アウトドアのアクティビティが好きなので、夏はラフティングやキャンプをし、冬にはスノーボードをして楽しむことができました。大学が提供するアウトドアアクティビティがあり、自分はそれを主に利用していました。アクティビティを楽しむことができただけではなく、アメリカ人と仲良く慣れたことが良かったです。留学を有意義にできるかどうかはすべて自分次第だと思います。留学する前に、留学後の理想の自分を想像し、それを達成するためには何をしないといけないのか、何を克服しないといけないのかについて深く考えることをオススメします。自分は迷った際にはまずは行動することを常に心がけていました。また、積極的に発言すること、自分の意見を相手に伝えようとしてすること、会話を膨らませることなど、個人的に意識していました。日本とアメリカは全く文化が異なり、コミュニケーションの取り方も異なるので、最初は慣れるのに少し時間がかかると思いますが、積極的にアメリカ人と触れる機会を意図的に作ることで慣れることができると思います。留学は自分を変えることのできる大きなチャン

スです。頑張れ！

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

- ・以下の点を踏まえ、記述して下さい。 / Please give your feedback including the following points:
 - ① 留学を終えての所感 / Please describe and evaluate your study abroad experience briefly.
 - ② 留学期間中、最も印象に残った体験・出来事 / What was the most impressive experience in your study abroad experience?
 - ③ 留学の成果、留学前と比較して成長した点 / What is your achievement through the study abroad experience?
 - ④ 今回の留学での経験や成果を今後どのように活かしたいか（将来のキャリアパスも含めて） / How do you want to make use of your study abroad experience in the future including your career?
- ・写真を2~3枚程度、貼り付けてください（写真1枚当たりの容量は、500KB以下に縮小して下さい）。
Please add 2-3 photos (within 500 KB per a photo).

12月19日、留学を終えてアメリカから日本に帰国しました。この4ヶ月はこれまでの人生の中で最も濃い時間だったと自信を持って言ることができます。一日一日が試行錯誤で、自分の思うようにできたことも、できなかったことも沢山ありました。落ち込むことも沢山ましたが、その分成長することができました。

言語の壁はもちろんありましたが、個人的に一番の壁はコミュニケーションの壁が大きかったです。アメリカと日本の文化や人の性格は全く異なっていて、アメリカ人と接する際の独特な距離感を掴むことに苦労しました。日本人に比べて人ととの距離感が近いため、まずはその方法に慣れることが必要でした。例えば、初対面の人と会った際、必ず握手をすることや、親しい友達とハグをするように、日本人と接する方法と全く異なるコミュニケーションの取り方をします。特に、男同士のコミュニケーションは本当に独特で、友達のことをBrotherと呼び合ったり、会うたびに握手をしたりするなど、日本ではないような接し方をアメリカ人ははるので、まずはそれ慣れることが大変でした。しかし、アメリカ人と意図的にできる限り多くの時間を過ごすうちに、徐々にアメリカ人同士が会話するようなコミュニケーションをとることができるようにになりました。アメリカ人のカジュアルなコミュニケーションに憧れていたこともあり、留学の一つの目標がアメリカ人のように会話できるようになるという目標を留学前に立てていました。100%ではありませんが、約95%達成できたと実感しています。

また、コミュニケーションに関して感じたことは、アメリカ人は常に喋る傾向があると思います。アメリカ人は沈黙を嫌うと言われているように、実際に話していると常に喋っている印象を受けました。会話する中で、質問の内容も独特で重箱の隅を叩くような質問を聞いてくれたり、自分が想像のつかないような質問をしてくれたりする会話を体験して、自分は話の展開がとても早く感じた。留学の1ヶ月目はアメリカ人の話の展開の速さについていけず、質問を考えている間に話が進んでいて結局発言できないことが多くありました。しかし、その経験を経るにつれて気づいたことがあります。それは、自分の思ったことを思った時に発言することが重要であると感じました。自分が知りたいと思った瞬間にその気持ちを言語化することが大切だと言うことに気づきました。日本人は相手に質問をする際に、質問の内容について深く考える傾向があると思います。相手のプライバシーのことを気にするあまり、質問をすることにナーバスになる傾向があると感じます。その一方でアメリカ人はあまりそういったことは考えず、相手のことをもっと知ろうとする傾向があると自分の経験上感じました。この相手のことを知ろうとする姿勢はコミュニケーションをとる上でとても重要なことだと学びました。実際、他人と話していて自分が質問をしているのに、相手が質問をしてくれないと、自分に興味がないのかなと感じるようになりました。だからこそ、質問をする行為は相手のことをもっと知りたいという行為の現れであり、人間関係を構築する上で必要な要素であると感じました。

大学の部活に所属し、アメリカの生徒と一緒にソフトボールをすることができたのは非常に良い経験になりました。実際に選手としてのプレーはできませんでしたが、ソフトボールを10年以上プレーしている経験を活かしてコーチングや、チームのサポートなどをさせていただきました。この経験で得たことは、今後のソフトボール人生において必ずプラスになると思います。アメリカ式のコーチング方法やプレー方式の違い、そして選手一人ひとりがチームの絆を大切にしていることなどこの経験を通じて実感することができました。また、留学生の自分をチームメイトとして受け入れてくれて、チームメイトとしていつも接してくれたことに感動しました。帰国する直前にはお別れパーティーを開いてくれて、チームメイトの優しさ暖かさを感じることができ、本当に感動しました。部活に所属して現地の学生とソフトボールをした経験を通して、ソフトボールの技術面を向上できただけではなく、一人の人間として大切なことに気づくことができました。お互いを尊敬し合うこと、コミュニケーションを取ること、他人を大切にすること、お互いを褒め合うこと、感謝の言葉を伝えることなど、人と関わる中で大切なことを再確認することができました。



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.