

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 2023 年 5 月 23 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	法 学部/研究科 School/Graduate School	3 年次(Year) (留学開始時点(When Started))
派遣プログラム Name of Program	☒ HUSA ☐ USAC ☐ UMAP	
留学先大学 Host University	フロリダ州立大学 (国名/Country : アメリカ)	
所属学部・学科等名 School/Graduate School at Host	なし	
在籍身分 Status at Host University	Exchange Student (ex. Exchange Student, Special Auditing Student)	
留学期間 Period of Program	2022 年 8 月 18 日 2022 年 5 月 5 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	英語を母語とする国に行きたかった。アメリカの協定校の中で比べてみて、授業展開の幅が広く、レベルも高かったから。
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	約半年前
事前準備について(どのような準備 をしたか、しておけばよかったか) Preparation Completed Prior to Study Abroad	資格試験を中心とした英語の勉強をした。

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 : 在大阪・神戸米国総領事館
	提出書類 / Required Documents : パスポート, DS2019, 広島大学の在学証明書, 成績証明書など
	手続きに要した日数 / Duration of Visa Application Process : 約一か月
その他必要な事前手続き Other Required Procedures	ワクチン接種, 保険加入, 寮の契約
出国年月日/ Date of Departure	2022 年 6 月 29 日 (YYYY /MM/ DD) その前に英国でサマースクールに参加したため

経路（往路） / Route (Outward)	パリ→アトランタ→タラハシー		
現地での出迎え Pick-up Service	☐ 有/Yes（大学関係者/Univ. Staff ・ その他/Others） ☒ 無/No		
到着後オリエンテーションの有無・期間・内容 Orientation, Period, Contents	☒ 有/Yes ☐ 無/No	有の場合 期間/Period : 2022/8/19 （一日） - _____ (If Yes) 内容/ Indicate Content Covered during Orientation 生活, Visa についての注意点, FSU のリソースの紹介等	
帰国年月日 / Date of Return	2023 年 5 月 7 日 (YYYY /MM/ DD)		
経路（復路） / Route (Return)	タラハシー→アトランタ→羽田→広島		

3. 留学費用について / Expenses

支出額 / Expenses	総額 Total Amount	約 214 万 円/yen	
	内訳 Details	渡航費（往復） / Flight Ticket (Round Trip)	約 34 万 円/yen
		ビザ申請手数料 / Visa Application Charge	約 2 万 円/yen
		予防接種費用 / Immunization Charge	約 2 万 円/yen
		保険料 / Travel Insurance	約 20 万 円/yen
		教材費（授業料以外の学費） / Learning Material (Extra Tuition Fee)	約 2,000 円/yen
		宿舍費（住居費） / Accommodation Fee	約 90 万 円/yen
		光熱費 / Utility Cost	寮費に込み 円/yen
		食費 / Meal Cost	約 25 万 円/yen
		通信費（インターネット・携帯） / Internet, Phone	約 3,6000 円/yen
		交通費（宿舎～大学間） / Transportation (Accommodation ~ Univ, Campus)	0 円/yen
		交際費 / Social Expenses	約 10 万 円/yen
		その他 / Others (長期休暇中の旅行（滞在） 費）（ 費） (費)	約 30 万 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)	法学部の授業は履修できなかったため、教養科目を中心に興味のある授業を履修した。 科目：社会科学、コミュニケーション、アメリカの歴史、異文化コミュニケーション、環境科学、ナショナルパーク 1 回 50 分の授業は週 3 回、75 分の授業は週 2 回 ほとんど講義形式。プレゼンテーション、ディスカッション、グループワーク等もあった。
単位互換希望の有無 / Credit Transfer from Host to Home University	☐ 有/Yes ☒ 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)	課題の量が多く文法の確認など仕上げにも時間がかかるため、計画的にこなす必要がある。

(1) 留学先の住居について / Accommodation

住居の種類 Type of Accommodation	☒ 大学の寮 / University Dormitory ☐ アパート / Apartment ☐ その他 / Others ()		
住居の広さ Size of the Room	約/approximately ? (広さは十分) m ²	同居人の有無 Roommate(s)?	☒ 有 / Yes (1 人/People) ☐ 無 / No
住居に附属する設備 Facilities in Accommodation	☒ 電気/ Electricity ☒ ガス/ Gas ☒ 水道/ Water ☒ 給湯/ Hot Water ☒ シャワー/ Shower ☐ 風呂/ Bathtub ☒ 水洗便所/ Flushable Toilet ☒ 暖房/ Heating ☒ 冷房/ Cooling ☒ 台 所/ Kitchen ☐ 食堂/ Dining Room ☐ 固定電話/ Land-Line Phone ☒ インターネット/ Internet ☐ その他/ Others ()		
住居費 Accommodation Fee	1ヶ月当たり/ per month \$1042 (現地通貨/ local currency)	約/ approximately 135,000 円/yen	
留学先での住居全般に関するアドバイス Accommodation Advice	大学寮はキャンパスに通いやすく、友達もできやすくて安心だが、高くてほとんど1人部屋は持てない。契約は煩雑になるかもしれないがキャンパスから遠くなく、ルームメイトが見つかりそうであればアパートにする方が家賃も安く済み、1人部屋も持てる点では良いと思う。		

保険の加入先 Insurance (Who Designated)	☒ 本学指定の保険 / Hiroshima University ☒ 留学先大学指定の保険 / Host University ☐ その他 / Others ()
---	---

保険の補償内容 Insurance Coverage	補償額 / Coverage 死亡 / Death 1,000 万 円 / yen, 入院 1 日 / per day of Hospitalization 最大 1 億円まで補償 円 / yen その他 / Others (傷害後遺障害, 航空機受託手荷物遅延等)
-------------------------------	---

留学前後での予防接種の必要の有無 Immunization Requirement	☒ 有 / Yes (種類 / Acquired Immunizations : , 医療機関名 / Location of Immunization : 上田循環器ハ丁堀クリニック ☐ 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)	医療費が本当に高いので、ちょっとのケガ程度では病院に行くべきではないし、ケガ、病気、虫歯など健康には気を付けるべき。
--	---

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	外食に頼っていると脂っこい食べ物中心でビタミン不足に陥りやすいと思うので、栄養バランスは気にしたほうがいい。 他の人の話を聞いてビタミン補給用のサプリメントがあると体調を崩した時や栄養不足を感じる時などに便利だと思った。
(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	
歩行者があまりいないので、寮から離れた地域は1人で歩かないようにしていた。キャンパス内でも貴重品は置きっぱなしにしないようにした。	
(4) 食生活についてのアドバイス / Food – Related Advice	
キャンパス内には食堂やファストフード店など食べ物が手に入る場所はたくさんあるが、脂っこいものが多い、頻繁に食べていると飽きると思うので、ミールプランを買うかどうかは実際に試してから検討した方がいいと思う。私は自炊を中心としていたが、寮のキッチンが1フロアに1つしかなく、スーパーも遠いため大変だった。ただ、自炊をすれば脂っこい食べ物を避け、食費も安く抑えることができる。	
(5) 気候・服装についてのアドバイス / Advice on Local Climate and Clothing	
大抵暖かいが、11～1月ごろの間は日本と同じくらい寒かったため、フロリダとはいえ油断せず冬物の衣類を揃えておくことが必要。夏、春は、外は暑くても建物内のエアコンが常時効きすぎていて寒かった。寮のエアコンもセントラルコントロールのため寒くても自分で調節はできなかった。体温調節のため上着を持ち歩くのがよい。	
(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.)	
学内施設は充実している。図書館は広く2つあるが、大抵混んでいた。しかし、学内には至る所にベンチや勉強スペースがたくさんある。ジムも無料で使え、マシン、トレーニング用品、プールなど設備が充実しており、ヨガやピラティスなどのグループフィットネスにも参加できる。その他にも学内に映画館、ボーリング場、シアター、スタジアム等何でも揃っており、学生であればほとんど無料で利用できる。基本的にキャンパス内の建物ではどこでも学内Wi-Fiが使え、図書館の奥の席など一部の場所を除いては接続の悪さを感じることもなかった。	
(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?)	
留学プログラムを担当しているCGE主催のInternational Coffee Hourというイベントが毎週あり、多くの人と知り合うのに良いきっかけになった。その他にも大学内の組織やクラブが主催するイベントが何かしら毎日のようにあり、それらに参加することも友達と思い出をつくったり、人と出会ったりする機会になった。	
(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	
必ずしも文化の違いによることではないと思うが、寮やアパートで共同生活をする上で、キッチンや水回りなど共用スペースの掃除や使い方について他の人がやらなかったり気を使ったりして自分の責任以上のことまでやっていると、少しずつストレスや不満が溜まってくる。思いやりも大事だが、ここまでしなきゃいけない、と割り切ることもストレスを溜めずに生活するには必要だと思う。	
(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?	
かさばらない程度の日本らしいグッズ（シールや折り紙など）を持っていくとよい。ちょっとしたお礼をしたい時に渡せ、喜んでもらえる。服はかさばるし、現地の人の雰囲気と合わない気がして結局あまり着なかった服もあるのでたくさん持っていく必要はない。必要であれば後から日本から送ってもらうこともできるし、現地にも安く買える場所はある。	
(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	
留学先の大学生活のvlogを見るのも現地での生活をイメージする助けになると思う。	

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	2025 年 / year 3 月 / month (当初の卒業予定年月 / Expected Month and Year before Studying Abroad 2024 年 / 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?	☐ 4年次に留学したため / Participation in HUSA during 4th Year ☐ 単位不足のため / Amount of Credits ☒ 新卒で卒業するため / In order to graduate as a "new" graduate ☐ 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	2025 卒として就職活動をする。
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.	法学部のキャンパス移転や就職活動との両立への心配から、帰国後に履修する授業数を減らすため、留学前に履修できる授業の上限数の増加を申請してできるだけ単位をとるようにした。

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

8. 後輩へのメッセージ / Message for Outgoing Students who Desire to Study Abroad
渡航や異なる環境での生活に警戒感を緩めないことも必要ですが、多くの問題は大学の職員さんや同じ留学生の仲間、現地の学生などに助けを求めれば上手く解決に向うので、心配はほどほどに楽しんでください。また、渡航や留学プログラムに関して多くの事務手続きがあり、特にビザの取得や、予防接種は遠方に行かなければならないこともあるので、自分のスケジュールとの調整も含めた時間が必要です。渡航情報が手に入り次第早めに計画、準備を始めることをおすすめします。

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?

この留学では専攻分野から離れ、自分の興味関心に沿って様々な分野の授業を受講しました。特に社会科学、環境科学などの社会問題に興味を持ったことから、卒業後のキャリアを考える上で自分が大切にしたい価値観を発見し、社会に貢献したいという思いが強くなりました。また、協力的な友人たちのおかげで大きなトラブルなく、たくさんの思い出をつくることができ、いつかまた外国を訪れたり日本を案内したりしてみんなと再会したいです。

留学期間中、最も印象に残った体験は春休みに Alternative Break というプログラムに参加し、ノースカロライナ州の農場でオフグリッド生活をしたことです。パーマカルチャー、サステナビリティというこのプログラムのテーマがその学期に受講していた授業の1つと重なっており、それらに関する実体験を得たいという思いから参加を決めました。しかし、出発前のオリエンテーションで携帯の電波も届かず、電気や水道の設備も満足に使えないという想像以上の環境の厳しさを知り、また、メンバーも初対面の参加者8人で、留学生は私一人のみでした。この状況に出発当日まで不安しかなく、何度も辞退を考えたほどでした。実際、本格的に雪が降り、2日間は外での活動もできなかったり、農場体験は重い土や木を運んだり、薪を割ったりという肉体労働中心で疲れました。しかし、プログラムのメンバーや農場の人々は常に私を見守り、応援してくれました。例えば木を割れないで苦労しているときには上手くいくコツや楽になる道具を提案してくれ、初めて電動ドリルを使って釘をうまくさせたときにはみんなで喜んでくれました。メンバーのこのような温かさは徐々に私をリラックスさせ、新たなことへの挑戦を後押ししてくれました。また、食品廃棄物はコンポストに入れその土を植樹に利用したり、折れた小枝もストーブの薪として利用したりなど、普段なら何も考えずに捨ててしまっているものまでも資源として徹底的に利用する暮らしを体験したことで日常生活を見直し、暮らしをもっとサステナブルなものにしたい、という思いが強くなりました。

上記の Alternative Break もそうですが、その他にも学外のコミュニティや学校での日本文化の紹介や、クラスでのプレゼンテーションなど、様々な挑戦をしたことで自分の価値観や興味の幅が広がり、多様な考えを受け入れるマインドと、環境対応力がついたと思います。また、留学前は正直大学に通うことをみんながやっている当たり前のことのように考えていましたが、社会科学や歴史などでの学びを通して、自分の意思に応じて教育を受けたり様々なことに挑戦したりできたことへの感謝の思いと、それを社会貢献に活かしたいという思いが生まれました。

その思いから、今後就職活動をする上で、社会貢献事業への献身という点を1つの軸として働きたい企業を見つけ、社会人として、プロフェッショナルとしての自分の成長と社会への貢献を両立できるようなキャリアを歩みたいと考えます。

・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).

- 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).
- 注2) 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.

