

広島大学短期交換留学 (HUSA) プログラム 派遣留学報告書

	記入日 平成 28年 2 月 3 日			
所属学部・研究科	総合科学部/研究科 4 年次 (留学開始時点)			
留学先大学	ネバダ大学 リノ校 (国名: アメリカ)			
所属学部・学科等名	College of Liberal Arts			
在籍身分	J1 Exchange Student			
留学期間	平成 27 年 8 月 24 日 ~ 平成 27 年 12 月 20 日			
1. 渡航について				
ビザについて	ビザの種類: J-1			
	ビザ申請先: 駐大阪・神戸アメリカ総領事館			
	取得方法, 提出書類: パスポート、申請書類			
	手続きに要した日数: 1 週間			
その他必要な事前手続き				
出国年月日	平成 27 年 8 月 15 日			
経路	成田→サンフランシスコ→リノ			
現地での出迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 有 (・大学関係者 ・ その他) <input type="checkbox"/> 無			
到着後オリエンテーションの実施状況・期間・内容	授業開始の前週に留学生オリエンテーションが2回あり、そのどちらかに参加すればよかったです。内容は、授業登録、健康管理、安全、施設・サービス案内などについて説明があった後、グループに分かれてアクティビティを行いました。			
帰国年月日	平成 28 年 1 月 12 日			
経路	リノ→サンフランシスコ→羽田			
2. 留学経費について				
所要経費	総額	90 万	円	
	内訳	渡航費	30 万	円
		保険料	5 万	円
		教科書代(学費)	2 万	円
		宿舍費	18 万	円
		食費	12 万	円
		その他 (旅行 費) (費) (費)	20 万	円 円 円
3. 授業について				
2015 年 秋 学期	8 月 24 日 ~ 12 月 20 日			

年 学期	月 日 ~ 月 日
年 学期	月 日 ~ 月 日
年 学期	月 日 ~ 月 日
授業の概要について (カリキュラム, プログラム等)	受講条件のある授業もありますが、基本的に自由に受講することができます。
単位互換希望の有無	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 ※有の場合, 所属学部支援室へ提出の単位認定申請書類のコピーを添付すること
学術面に関する後輩へのアドバイス	不安が大きいかもしれませんが、周りにサポートを求めやすい雰囲気ではあると思います。めげずに、コツコツと、かつ堂々としていけば大丈夫だと思います。
4. 生活等について	
(1) 留学先の住居について	
住居の種類	<input type="checkbox"/> 大学の寮 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input checked="" type="checkbox"/> その他 (シェアハウス)
住居の広さ	約 m ² 同居人の有無 <input checked="" type="checkbox"/> 有 (9 人) <input type="checkbox"/> 無
住居に附属する設備	<input checked="" type="checkbox"/> 電気 <input type="checkbox"/> ガス <input checked="" type="checkbox"/> 水道 <input type="checkbox"/> 給湯 <input checked="" type="checkbox"/> シャワー <input type="checkbox"/> 風呂 <input checked="" type="checkbox"/> 水洗便所 <input checked="" type="checkbox"/> 暖房 <input type="checkbox"/> 冷房 <input checked="" type="checkbox"/> 台所 <input type="checkbox"/> 食堂 <input type="checkbox"/> 固定電話 <input checked="" type="checkbox"/> インターネット <input type="checkbox"/> その他 ()
住居費	1ヶ月当たり 350 ドル (現地通貨、光熱費等込み) 約 円
住居を決定した方法	<input type="checkbox"/> 留学先大学の紹介 <input type="checkbox"/> 友人・知人の紹介 <input type="checkbox"/> 不動産業者 <input checked="" type="checkbox"/> その他 (インターネット)
留学先での住居全般に関するアドバイス	大学寮は、大学から徒歩5分以内の場所にあり、新入生が多く相部屋で、台所がないと聞きました。大学のホームページにOff Campusの住居に関する情報も載っています。
(2) 医療について	
1日以上入院を要する病気・怪我等を	<input type="checkbox"/> した <input checked="" type="checkbox"/> なかった
入院した場合	により 日入院
留学に当たり保険を	<input checked="" type="checkbox"/> つけた <input type="checkbox"/> 掛けなかった
つけた場合	<input checked="" type="checkbox"/> 日本 <input type="checkbox"/> 留学先国 <input type="checkbox"/> その他 ()
掛け金は	年間 45,590 円 補償額 死亡 10,000,000 円, 入院1日 円 その他 ()
留学前後での予防接種の必要の有無	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
有の場合, その種類, 回数, 費用, 受けた医療機関名	MMR (2回)、Tdap、Meningitis (寮生のみ) 2~3万くらい 梅田トラベルクリニック、ネバダ大学の保健センター
日常的な健康について不安が	<input type="checkbox"/> あった <input checked="" type="checkbox"/> なかった あった場合その理由:
留学先国の医療事情 (日本と比較して)	病院に行くことがなかったのであまりよくわかりませんが、大して変わりはないと思います。

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	夏でも冬でも、ひどく乾燥しています。また雨はほとんど降らず、曇りの日も少ないので、夏の日差しには気をつけたほうが良いと思います。	
(3) 危険を感じた地域, 状況		
日没後に徒歩で帰宅していた時。学校が終わると人通りが一気に少なくなります。住居まで距離がある場合は無理をせず、エスコートサービスを利用してください。		
(4) その他生活等に関して参考となる事項		
5. 帰国後の進路について		
卒業予定年月	平成 29 年 3 月	(当初の卒業予定年月 平成 28 年 3 月)
卒業が遅れる見込みの場合, その理由	<input checked="" type="checkbox"/> 年次に留学したため <input type="checkbox"/> 単位不足のため <input type="checkbox"/> 新卒で卒業するため <input type="checkbox"/> その他 (具体的に)	
現在の状況および今後の予定・進路等	就職活動	
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	留学前にできるだけ単位をとっておいたほうが良いと思います。	
6. 留学準備, 留学中に役立った書籍, ウェブサイト等		
書籍, サイト名	詳細 (出版社, URL 等)	コメント
7. 自由記述 (後輩へのアドバイス等)		
<p>ご存じの通り、留学準備は早め早めにしておかないと後々大変になります。私はいつもギリギリになってしまって出発直前までバタバタしていました。帰国後の計画もある程度留学前に立てておくと思います。</p> <p>ネバダ大学は日本人の学生が非常に多いです。自分で自分が学べる環境をつくるのが大切です。</p>		

学習の概要に関するレポート

私は College of Liberal Arts に所属し、広島大学で専攻している心理学の授業を主に受講しました。交換留学ということで、基本的にどの授業でもとることができますが、受講条件があることもあります。また、授業の登録について、どの授業にも受講定員があり、上限に達した時点で登録することができなくなります。できるだけ早く取りたい授業の候補を絞り、アカデミックアドバイザーに相談することを強くおすすめします。ほとんどの方はセメスターが開始する 1~2 週間前ごろに渡航することとなると思いますが、その頃はすでに定員いっぱいになっている授業もありました。アカデミックアドバイザーの方に、難しい、と言われても諦めず、広島大学での成績を見せたり、授業をされる先生に相談してみたりした方がいいと思います。

私が取っていたのは、Listening(ENG112A)、Human Neuropsychology(PSY446)、Basic Principles of Psychotherapy(PSY451)、Physiological Psychology(PSY403)の 4 つでした。私は TOEFL の点数がそんなに良くなかったため、IELC の英語テストを受けました。英語テストは結果によって、必須の英語の授業が変わります。私は Speaking のクラスの受講が必須でした。しかし、その時間にどうしても受講したい科目があると IELC の先生に相談すると、留学期間が短く、専門科目も受講することから Listening クラスの受講することになりました。Listening クラスでは、アメリカの大学の授業の進み方や授業を聞き取る際のキーワードについて学びました。

専門科目について、心理学の授業ではあまりディスカッションやグループワークがなく講義形式が多かったです。工学部や経済学部など他の専攻では、ディスカッションやグループワークが多いと聞きました。専門科目は、ある程度基礎知識があるため何となくわかるかなあと感じていましたが、最初はほとんどわかりませんでした。そこで担当の先生にお願いし、毎回授業を録音させていただいたり、現地の学生の質問を繰り返していただいたりしました。どの先生も色々と気遣ってくださるので留学生であることをアピールし、疑問は早めに解決したらいいと思います。また先生方以外でも、周りに求めれば助けてくれる人は多いように感じました。広島大学でもそうですが、授業で一番前に座っている人は、その科目を熱心に勉強している可能性が高いので、その中でも面倒見がよさそうな人に勉強のパートナーとなってもらおうと心強いです。

心理学のコースでは研究室に入ってさらに専門性を深めることのできる実験の科目があり、3 時間/週で 1 単位を、最大 3 単位までもらうことができます。私は、自閉症の脳について扱う研究室に入って勉強していました。実際に大学院生の実験の補佐として、脳のスライスを顕微鏡で観察していました。またその大学院生に関連論文を読んで解説してもらったり、実験の方法について話し合ったりして、専門的な知識を得ることができました。

アメリカの研究室は思っていたよりも簡単に参加できたので、気になる研究室の先生に相談してみるといいと思います。

ネバダ大学リノ校で人気のある研究テーマの一つに、自閉症研究があります。特に **Applied Behavior Analysis(ABA)** という分野は、心理学を応用した自閉症の子どもの早期療育に関するもので、日本ではあまり見たことがありません。他にも自閉症の脳について研究しているプログラムもあります。もし興味がある方は、それらの授業も受けてみるといいかもしれません。

生活の概要に関するレポート

リノは“the biggest little city in the world”と言われるように大きすぎず小さすぎない都市で、カジノが有名です。カジノはダウンタウンというエリアのホテル内にあり、ホテルにはカジノのほかにはビューフェや映画館、室内娯楽施設などがあります。そんなリノの治安ですが、日が出ているうちは、一人で行動していてもそんなに身に危険を感じるようなことはありませんでした。ただ暗くなってくると人通りも少なくなり、街灯もあるところと無いところがあるので、一人で出歩くのは避けたほうが良いと思います。特に女性は1人でも複数人でも危険性はあまり変わらないと聞いたことがあります。もし大学から帰るときに辺りが暗くなっていたら、キャンパスエスコートサービスの利用をお勧めします。

気候について、リノの気候は夏暑く、冬寒いです。夏はほぼ毎日快晴で、日差しはきついですが、湿度が低いため汗はあまり掻きませんでした。毎日乾燥していて大量に太陽光を浴びるためか、最初の2週間は目が痛くて開けられなかったことを覚えています。また雨がほとんど降らないためか、傘や雨具を売っているところが少なかったように思います。今年の冬は珍しく雪が降り、道路が凍結していました。ある朝ふと家の外の温度計をみたら-10℃だったので、西条で慣れているとはいえ、寒さには気をつけたほうが良さそうです。

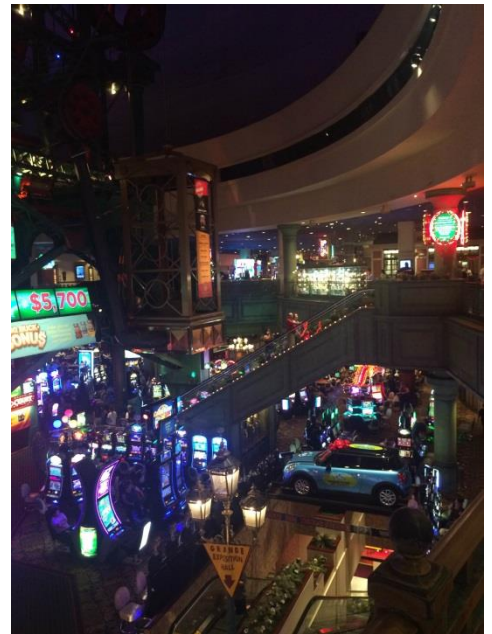
住居について、私はシェアハウスに住んでいました。大学から歩いて20分くらいのところに家があり、そこに管理人のアメリカ人一家と、アジア人留学生・研究者とその家族の合計11人で住んでいました。部屋は一人部屋で、キッチン・シャワー・トイレ・リビングなどは共用でした。一人の時間は確保しつつも、共用スペースで一緒にご飯を作って食べたり、話をしたり、遊んだり、映画を見たりと、とても恵まれた環境で生活していたように思います。また、一緒に住んでいた博士課程の方や研究者の方と話しているとやる気が起き、勉強はかどっていました。留学先では、大学院生や研究員の方と話してみると、学部生と話すのとは全然違って面白いと思いますし、自分を見つめなおしたり、いい刺激を受けたりすることができると思います。

私は留学に行く前は不安しかなかったですが、行ってみるといつの間にか順応できていました。一旦アメリカに着いてしまったら案外何とかかなりすし、困ったことがあっても助けを求めれば助けてくれる人は多いです。落ち込むこともあると思いますが、悶々と考える前に、この短い留学生生活をいかに充実させるか、ということを追いかけていくと、満足のいく自分なりの留学になると思います。

☆Renoの様子



↑ Lake Tahoe



↑カジノ



↑近所の公園 (Rancho Park)



↑大学内

☆ヨセミテ国立公園
(カリフォルニア)

