

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏 名	HM	学部・学科	国際教養学部・国際教養学科
学 年	4 年	派遣国	アメリカ合衆国
派遣大学	セントクラウド州立大学		
期 間	2024 年 8 月 20 日～ 2025 年 5 月 9 日		

【生活編】

1. 滞在先 (Hill Hall)

c	学内の学生寮 / 学外の学生寮 / アパート / その他 ()					
部屋	個室 / 2 人部屋 / 3 人部屋 / その他 ()					
設備	*共同=◎ 部屋にあるもの=○					
	トイレ	◎	シャワー	◎	洗面所	◎
	キッチン	◎	冷暖房	○	冷蔵庫	
滞在費	約 (116,000) 円 *1 ヶ月あたりの寮費や家賃					
移動	(徒歩) で、約 (5-10) 分 *大学までの所要時間と移動方法					

転居した場合は、上記表をコピーして滞在先 2 の内容を追加してください。

滞在先 (Shoemaker North Hall)

滞在形態	学内の学生寮 / 学外の学生寮 / アパート / その他 ()					
部屋	個室 / 2 人部屋 / 3 人部屋 / その他 ()					
設備	*共同=◎ 部屋にあるもの=○					
	トイレ	◎	シャワー	◎	洗面所	◎
	キッチン	◎	冷暖房	○暖房のみ	冷蔵庫	
滞在費	約 (116,000) 円 *1 ヶ月あたりの寮費や家賃					
移動	(徒歩) で、約 (5-10) 分 *大学までの所要時間と移動方法					

2. 日常生活

(1) 1 ヶ月の生活費

項 目	金 額	内 訳
食費	30,000 円	45 回ミールプラン、自炊食材

学用品購入費	12,000 円	教科書一冊レンタル
交通費	0 円	
交際費	30,000 円	外食、誕生日などのパーティー
その他	25,000 円	洋服、日用品など
合計		97,000 円

*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

大学の領域として定められている地域は Public Safety(学内警官)が車で巡回しているため比較的安全だが、夜間は注意が必要。
ミシシippi川にかかっている橋の周辺やガソリンスタンド、酒屋などの周辺は、滞在中に乱闘や刃物による切り付け事件、発砲などの事件があったという情報を何度か聞いたため特に要注意。

3. 海外旅行損害保険について

保険の名称	学研災付帯海学 / その他 ()		
加入期間	(10) ヶ月間	保険料	(93,080) 円
保険の名称	学研災付帯海学 / その他 (J-TAS)		
加入期間	(10) ヶ月間	保険料	(19,491) 円

現地の国／大学指定の保険に加入した場合は、下記も記入してください。

保険の名称	International Student Health Insurance		
加入期間	(10) ヶ月間	保険料	(139,476) 円

4. 滞在都市についての情報

滞在都市／町 (オレゴン州 / ポートランド)
比較的安全でした。特にダウンタウンのメイン通りを歩くことをお勧めします。
路面バスがありますが、チケットの確認はあまりされないようで、無賃乗車をしている人も見受けられました。ですが、チケットは小さなお土産にもなるので買うべきだと思います。
日本庭園があり、日本にあるお寺や庭園のような景色を味わうことができたのが興味深かったです。雨が降る日が多かったですが、それもそれで風情があって良かったです。

滞在都市／町（ **ワシントン州 / シアトル** ）

観光客が多いこともあり、安全性は高かったように感じます。また、日本人人口が大きく、日本食店や日本の食材を取り扱っている大きなスーパーなどがあったため、親近感がわきました。

坂道が多いため、スーツケースを持ち歩く場合は注意が必要です。

マーケットに有名なクラムチャウダーのお店やスターバックスの 1 号店に加え、地元で生産された食べ物を売っているお店がたくさんあるため、歩きまわっているだけでも楽しめます。

滞在都市／町（ **カリフォルニア州 / ロサンゼルス** ）

1 ブロック先に進むだけで雰囲気や治安がガラリと変わる都市で、治安が悪い印象でした。HOLLYWOOD サインのあるところやグリフィス天文台、サンタモニカなどの観光地は観光客が多いため比較的安全でしたが、ビバリーヒルズなどの住宅街は少し先に住むとホームレスがいるようなところもあったため、注意が必要だと感じました。

気候は暖かく、日差しが強かったです。セントクラウドと比べると湿度もあり、過ごしやすかったです。私は 11 月末に行きましたが、グリフィス天文台からハリウッドサインに向かって登山をした日は半そででも過ごせそうなくらい暖かったです。

滞在都市／町（ **フロリダ州 / ディズニーランド周辺** ）

クリスマスの週に行きましたが、気温が高い日が多く、過ごしやすかったです。ですが、一日中気温が低い日もあったため、冬は気温差に注意する必要があると思います。

観光客、住民にかかわらず気さくでやさしい人が多く、温かい気持ちになりました。タクシー(Uber)の運転手さんの中にたくさん話してくださる方がいて、安くヘリコプターに乗れる場所があると教えてくれましたが、検索した値段より高かったため、詐欺かな？と友達とこそこそ話していたのが良い思い出です。フロリダに限らず、外国人だと知ると平気で高いものを勧めようとする人もいたので、気を付けてください。

ディズニーランドは日本よりも広く、人も分散するのでアトラクションの待ち時間が短いです。クオリティもかなり高かったのも、ぜひ遊びに行っていました。

滞在都市／町（ **ネバダ州 / ラスベガス** ）

飛行機を降りて空港に着くとすぐにカジノの景色が目の前に広がりました。カジノでは 21 歳から遊ぶことができましたが、私が見た場所では 30-60 代くらいのもう少し時間やお金に余裕を持っていそうな世代のお客さんが多かったように思います。

中心街やメインストリートから離れるとホームレスが多そうですが、カジノ自体はお金を持っている人が楽しむ場所といったイメージがあり、あまり危ない感じはしませんでした。無料で見られるショーやサーカスがたくさんあるので、事前に時間や場所を調べて是非訪れてほしいです。日本や台湾などから来たアジア人も多く、多様性にあふれた街だと思いました。飲酒やカジノは 21 歳からしかできないため、21 歳を過ぎたときに訪れるのがちょうどよいと個人的に思いました。

滞在都市／町（ **アリゾナ州 / グランドキャニオン** ）

1泊2日のツアーに参加しました。10人ほどのグループでしたが、私と1人の友人以外の全員が台湾からきていたため、台湾語が飛び交っていたのがおもしろかったです。アメリカ人の友人に聞いたところ、グランドキャニオンは韓国・中国・台湾の人に特に人気があるみたいです。

ツアーの方がおすすめのフォトスポットや岩を上る際の注意点などを分かりやすく教えてください、最高の観光ができたと思います。英語の勉強にもなるため、現地のツアー会社のツアーを利用することをお勧めします。

標高が高いこともあり涼しい時間帯が多かったですが、日差しが強まるとあったかくなるため、時期にもよりますが上着の中に半そでや薄手の服を着ておくとういと思います。私はサンクスギビングの時期に行きました。

滞在都市／町（ **イリノイ州 / シカゴ** ）

4月中旬に行きましたが暖かい日が多く、半そでで過ごすことができました。しかし、ビル風が強いため薄手の上着が一枚あると安心です。

シカゴは観光地やショップが近くに集まっているため、一泊二日あれば十分満喫できると思います。事前予約すると無料で乗ることができる建物リパークルーズがおすすめです。また、シカゴピザやギャレットポップコーン、スターバックスリザーブロースタリーなど、おいしい食べ物がたくさん食べられるのでおすすめです。

滞在都市／町（ **ニューヨーク州 / ニューヨーク** ）

観光客や若者が多いため、大通りは安心して歩くことができました。しかし、スリなどには十分注意する必要があります。人混みが多いため、リュックは避けることをおすすめします。また、ニューヨーク州の中でも治安が良い地域・悪い地域があり、ひとつの地区の中でもワンプロック先に進むと全く違う町のように見えるようなところもあるため、訪れる前に治安情報についてしっかり調べておくことをおすすめします。

MET や MoMA などの美術館は学割利用で少し安く入ることができるのでぜひ行ってほしいです。ブロードウェイミュージカルもおすすめです。座席や購入するサイトによって値段が異なります。私はムーランルージュを見に行きましたが、歌うシーンが多く、有名な曲もたくさんあったため見ていてすごく楽しかったです。また、Stardust diner というウェーターさんが歌ったりミュージカルのようなパフォーマンスをしたりしているのを見ながらご飯が食べられるレストランも楽しかったです。

滞在都市／町（ **カリフォルニア州 / サンフランシスコ** ）

落ち着いていてのどかな街でした。チャイナタウンは中国語しか聞こえないような環境で、少しせわしない感じで、全く別の国のようでした。

サンフランシスコでは、ぜひ路面電車に乗ってほしいです。風が気持ちよくてすごく良い経験でした。また、道の起伏が激しく、突然目の前に急な坂道が広がったりするため、スーツケースや重い荷物を持つの長時間移動はおすすめしません。

私は今回の度で行くことができませんでしたが。アルカトラズ島の中まで入ることの出来るツアーなどがあるため、機会があればぜひ訪れてほしいです。

【学業編】

1. 大学情報

大学	セントクラウド州立大学	所在地	ミネソタ州
最寄空港	ミネアポリス・セントポール国際空港	空港からの距離	Groome で約 2 時間半 Jefferson で最短約 1 時間半
空港⇄大学	(Groome (シャトルサービス) or Jefferson (バス) ←Jefferson の方が安価) *移動手段		
学生数	約 8200 人	留学生数	約 1300 人
学部	教養学部 経営学部 公共行政学部 理工学部 教育学部 保健福祉学部 *留学先大学の保有する学部をすべて記載してください。		
学部/専攻	教養学部 / コミュニケーション専攻 *留学中に所属した学部/専攻を記載してください。		

2. 週間スケジュール

① (8)月～(12)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	11:00 – 12:15 Interpersonal Communication	11:00 – 12:15 Principles of Sociology	11:00 – 12:15 Interpersonal Communication	11:00 – 12:15 Principles of Sociology	
午後	2:00 – 3:15 Effective Listening 6:00 – 8:00 Japanese (チューター)	2:00 – 3:15 Introduction to Education	2:00 – 3:15 Effective Listening 6:00 – 8:00 Japanese (チューター)	2:00 – 3:15 Introduction to Education (個人学習日) 5:30 – 8:20 Teaching ESL: Theory and Methods (隔週 対面/オンライン)	

② ()月～()月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前					
午後	12:30 – 1:45 Human Relations and Race (Diversity/RIS) 2:00 – 3:15 Rhetoric in Popular Culture	12:30 – 1:45 Development Psychology 3:30 – 4:45 Exceptionalities and Human Diversity	12:30 – 1:45 Human Relations and Race (Diversity/RIS) 2:00 – 3:15 Rhetoric in Popular Culture 6:00 – 8:00 Japanese (チューター)	12:30 – 1:45 Development Psychology 3:30 – 4:45 Exceptionalities and Human Diversity (個人学習日)	

3. 履修内容

科目	Interpersonal Communication		
履修期間	8 月～12 月	単位数	3
授業内容／形態	コミュニケーションの中でも 1 対 1 の interpersonal communication に焦点をおき、社会のなかでのさまざまな関係性におけるコミュニケーションの理論やプロセスについての理解を深める授業。 形態：円になって座り、教授を含めた全員でディスカッション＆グループワーク(発言する機会は一人ずつ順番に回ってくるが、共有したくない内容の場合はパスすることもできるため、変に気を張ることなく楽しくディスカッションに参加することができる。)		
成績	B		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Effective Listening		
履修期間	8 月～12 月	単位数	3
授業内容／形態	さまざまなコミュニケーションの場における聞き手としての能力に関連する理論や実践について学び、理解する授業。例えば話を聞いている際のあいづちやリアクションの有無、聞き手の目線や表情など多様な観点から聞き手が話し手や会話の内容に与える影響などについて学ぶことができる。 形態：円になって座り、教授を含めた全員でディスカッション＆外でアクティビティ(発言する機会は一人ずつ順番に回ってくるが、共有したくない内容の場合はパスすることもできるため、変に気を張ることなく楽しくディスカッションに参加することができる。)		
成績	A		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Principles of Sociology		
履修期間	8 月～12 月	単位数	3

授業内容／形態	文化・グループ・人格・グループ内での関わり・コミュニティー・社会制度・文化の違い・社会組織など、さまざまな観点で人間の社会的なかわりについて学び、理解する授業。	
	形態：主に教授がスライドを使って進める一斉授業	
成績	A+	
YCU 振替予定	科目	
	単位数	
	担当教員	

科目	Introduction to Education		
履修期間	8月～12月	単位数	3
授業内容／形態	学校教育に関する知識や教養を身につけるための授業。子供と家族の関係性、教師の役割、コミュニティーや社会における学校や教育制度の役割、教育における歴史や哲学、教育の未来、教育の基礎知識や現状の課題など、広範囲に学習する。 形態：主に教授がスライドを使って進める一斉授業、毎授業でグループディスカッションあり。木曜日は個人学習日になることが多い。課外教育実習あり。		
成績	B		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Teaching ESL: Theory and Methods		
履修期間	8月～12月	単位数	3
授業内容／形態	英語を第二言語として教える際に使用されるさまざまな教育方法について学び、実践する授業。 形態：教授を含めたディスカッション、学期中どこかのタイミングで必ず一回は自分が授業進行係になる。課外教育実習あり。		
成績	A		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		

	担当教員	
--	------	--

科目	Human Relations and Race (Diversity/RIS)		
履修期間	1 月～5 月	単位数	3
授業内容／形態	人種差別とその他の抑圧の相互関係について分析する。アメリカにおける有色人種（主に黒人）が受けている影響や制度的人種差別などについて学ぶ授業。 形態：主に教授が講義を進める一斉授業。毎週授業外に各自で動画や資料を見て自分の意見を述べるという課題がある。授業中に取ったノートを写真に撮って提出する。		
成績	A		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Rhetoric in Popular Culture		
履修期間	1 月～5 月	単位数	3
授業内容／形態	コミュニケーション論の観点から Popular Culture について考える授業。Popular Culture の修辞学的影響や、紙媒体の/デジタル/視覚的なテキストやマルチメディア技術、組織のシステムなどに対する批判的解釈と分析をする。 形態：主に教授が講義を進める一斉授業。生徒が発言をする機会が多いため、積極的に参加することができる。セメスターを通して計 5 回 Critique paper を提出する。1 回につき Word1-3 枚程度。内容は Popular Culture に分類される任意のものについて、教科書の内容を引用しつつ批判的に論じるというもの。		
成績	A		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Development Psychology		
履修期間	1 月～5 月	単位数	3

授業内容／形態	多文化的・理論的・研究的視点を含んで人間発達についてライフスパン的に理解を深める授業。 形態：主に教授がスライドを使って進める一斉授業。生徒が発言する場面が多く、ときどきグループディスカッションも行われる。	
成績	A	
YCU 振替予定	科目	
	単位数	
	担当教員	

科目	Exceptionalities and Human Diversity		
履修期間	1 月～5 月	単位数	3
授業内容／形態	知的障がいや身体的障がい、その他の理由により特別支援が必要な学生やその支援方法などについて学ぶ授業。特に小学生以下の学校教育現場における支援に焦点を当てている。実際に特別支援施設やボランティア団体などで計 20 時間の実習を行う。 形態：主に教授がスライドを使って進める一斉授業、対面またはオンラインで実施。毎週木曜日はオンデマンド。課外実習あり。		
成績	B+		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

<総括>

(1) 全体的な感想

*留学生生活全体を通しての気づきや学びをまとめてください。(800 字以上)

約 10 か月、すごく良い経験を沢山することができました。

空港に到着した日に空港から学校に向かうバスを学校側が予約してくれているはずが私たちの名前がなくバスに乗るのに 3 時間空港で待つというハプニングから始まりました。海外旅行や留学ではハプニングがつきものだと思ってはいましたが、初日からそのようなことが起きたときにまさに実感しました。その後も寮の部屋の扉が壊れてしまったり、校内の bookstore にて受講コードと異なる内容の教科書が紛れ込んでいて間違った教科書を買ってしまったりするなど、最初の一か月でさまざまなハプニングがありました。しかし、その度に寮の担当スタッフさんや bookstore の店員さんなどが助けてくださり、優しい人が多い地域・学校であることを実感しました。

また、セントクラウドはアメリカの中でも多様性に富んでいる地域であることも学びました。校内はもちろん留学生であふれていましたし、スーパーマーケットやレストランでも様々な国籍を持つ人々を見かけました。そのためか、学校の授業でも黒人差別をはじめとする人種差別や国際協力に関する授業が多かったです。アメリカ人の視点から学ぶ人種差別の問題は日本にいながら得る情報よりもはるかに奥深く、自分の中の偏見や無知に気づかされる機会にもなりました。特に印象的だったのは、授業内で黒人差別の歴史だけでなく、現代における制度的差別 (systemic racism) についても詳しく学んだことです。ニュースや映画などで表面的に触れていたテーマも、実際にアメリカで生活し、現地の人々の考え方に触れることでよりリアルに感じられました。

また、自分自身がアジア人としてマイノリティの立場に置かれたことで、人種的なステレオタイプがどのように無意識に働いているのかも体感しました。幸いなことに、私自身が攻撃的な差別発言を受けることはありませんでしたが、純粋な偏見を向けられることはありました。最も驚いたのは、KPOP で使われる言語 (韓国語) がアジアの共通言語だと思っている人がいたことでした。そうした経験を通して、言葉や態度の一つ一つに注意を払う大切さを改めて感じました。

これ以外にも、私の考える「当たり前」が通用しないことも多く、文化の違いを学び、認め、受け入れる力を身につけることができました。この貴重な体験を今後の人生にしっかりと活かしていきたいと思います。

(2) 今後の展望 *この経験を今後どのように活かしていきたいかをまとめてください。(400 字以上)

アメリカでは、小学校での教育実習や大学の日本語クラスでのチューターとしての参加など、将来を見据えた経験を積極的にしました。実習では生徒一人ひとりの性格や特徴に合わせて接し方や教え方を変えることの大切さを学びました。また、日本語クラスでは日本語母語話者ではない人からの視点で日本語を見つめることができ、日本語を第二言語として学習する人がつまずくポイントや疑問に思う部分を学びました。これらの経験は、将来日本語教師になることを目指している私にとって、すごく貴重な物でした。今回の留学中の実習で得た経験を活かして、自分がどのような教師になりたいかというイメージを膨らませ、研修や実践に励みたいです。

また、留学という経験そのものが私にとってさまざまな新しい視点や考え方を与えてくれました。アメリカで得た学びは、コミュニケーション論の卒論作成や、今後の人生において、さまざまな形で生きると考えています。特に対人関係において、相手の出身地や生活している場所からすぐに相手の性格や価値観を判断するべきではないということを頭において、その人自身を一人の人間として知ることが大切であると学びました。今後人と関わる中でこのことを必ず念頭に置いておきたいです。

(3) 後輩へのアドバイス *留学を希望する学生にむけてのアドバイスをお願いします。(400 字以上)

アメリカでの生活は、日本での生活と全く違います。また、寮生活になると思うので、苦勞することや困ることが次から次へと出てくると思います。そのため、渡航前からトラブルはつきものであるとっておくことをお勧めします。また、アメリカではもちろん現地人やほかの外国人とできるだけ関わっていただきたいです。しかし、日本人の友人を作ることや、日本人同士で過ごすことが必ずしも悪だとは思いません。何か困ったときに自分と同じような状況の子がいて、想像以上に心身ともに救われます。そのため、日本人の友達ともある程度助け合いながら、日本ではなかなかないような出会いもたくさんしてほしいです。私の場合は渡航直後の留学生用オリエンテーションで友達を作ることができましたが、その後の新入生オリエンテーションで留学生たちと行動してしまったため、現地生の友達を作ることができませんでした。そのため、授業が始まってから積極的に同じ授業の友達に話しかけるようにしましたが、休みの日に遊びに行ける程度の友人はあまり作れませんでした。現地生の友達も作りたいという方は、新入生オリエンテーションや授業の前後に現地生に積極的に話しかけたり、思い切ってランチなどに誘ってみたりするのが良いと思います。アスポートクラブ(部活)やチームに所属するのも効果的だと思います！また、私はいろんな国出身の人が集まった友達グループのようなものがあったため、そういう人間関係もおもしろいし良い経験になると思いました。あまり思いつめずに、せっかくの留學生活、思いっきり楽しんでください！！