

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏 名	AY	学部・学科	国際商学部・国際商学科
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 19 日～ 2025 年 5 月 9 日		

【生活編】

1. 滞在先

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	○	冷蔵庫 ○
滞在費	約 (115,000) 円 *1 ヶ月あたりの寮費や家賃				
移動	(徒歩) で、約 (5) 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。

2. 日常生活

(1) 1 ヶ月の生活費

項 目	金 額	内 訳
食費	40,000 円	Fall は Meal Plan, Spring は Meal Plan + 自炊
学用品購入費	5,000 円	全教科書代を 1 年間で割った金額
交通費	0 円	学生証利用でバスが無料
交際費	20,000 円	友人との遊びや洋服など
その他	1,000 円	キャンパス内のジム利用

合計

66,000 円

*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

オフキャンパスはもちろんダウントOWNなど、夜間は特に 1 人で出歩かないように友人からも言われていました。オンキャンパスでもたまに事件が発生していたため、キャンパス内もあまり 1 人で行動しないようにしていました。オンキャンパスではパブリックセーフティという学生による警備が 24 時間稼働しています。

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	(112,352) 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	United Healthcare		
加入期間	(10) ヶ月間	保険料	(141,728) 円

4. 滞在都市についての情報

滞在都市／町 (セントクラウド) セントクラウドはミネソタ州中部に位置し、人口約 65,000 人の落ち着いた地方都市です。ミネアポリス・セントポールから車で約 1 時間半の距離にあります。自然が多く、大学のすぐ横にはミシシッピ川が流れており、寮の窓から景色を眺めることができました。 気候は大陸性で、夏は 30℃を超える日もあり湖に泳ぎに行けたりしますが、秋から一気に寒くなり、初めて雪が降ったのはハロウィーンの日でした。11 月には雪が積もり、2 月では最低気温が氷点下 20℃まで下がることもありました。寒さは厳しいですが、雪景色はとても綺麗でキャンプファイヤーやスケートなど、ここならではのアクティビティを楽しめます。 車社会のため移動はバスか友人に運転を頼ることが多く、ちょっとした買い物も一大イベントになりました。
--

【学業編】

1. 大学情報

大学	セントクラウド州立大学	所在地	ミネソタ州セントクラウド
最寄空港	MSP	空港からの距離	車で1時間半
空港⇄大学	(Groom/Jefferson/車) *移動手段		
学生数	約 10,000 人	留学生数	1,292 人
学部	College of Science and Engineering College of Liberal Arts College of Education and Learning Design College of Health and Wellness Professions Herberger Business School School of Computing, Engineering & Environment School of the Arts And more than 200 undergraduate programs *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	Herberger Business School -Marketing Hospitality and Tourism Recreation and Sports Management College of Liberal Arts -Psychology *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	Administrative Orientation for International Students	Introduction to Hospitality and Tourism	Administrative Orientation for International Students	Introduction to Hospitality and Tourism	
午後	Cultural Orientation for International Students	Transportation Systems		Transportation Systems	Digital Marketing (on demand)

② (1)月～(5)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前		Recreation and Sports Management Principles of Behavior		Recreation and Sports Management Principles of Behavior	
午後	Hospitality and Tourism Seminar		Hospitality and Tourism Seminar		Introduction to Parents and Children (on demand)

3. 履修内容

科目	Administrative Orientation for International Students (EAP151)		
履修期間	Fall Semester 前半	単位数	1
授業内容／形態	大学における手続きや利用可能なシステムやサービスについて学習する。留学生向けの授業で、主に F-1 ビザ保持者向けに設置されていると感じたが、他の学生にも有益な情報が得られる部分はある。2 週間に 1 回ほど確認クイズがオンラインで出る。必修ではない。完全オンライン。		
成績	S		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Cultural Orientation for International Students (EAP150)		
履修期間	Fall Semester	単位数	2
授業内容／形態	大学内のみならずアメリカ生活に必要な情報を得られる。(文化、買い物の仕方、教育機関の仕組みなどを学ぶ) 他国からの学生とグループワークやディスカッションを通じて学ぶ。毎週リーディングや小さなエッセイ課題が出る。必修ではない。グループワーク・グループディスカッション		
成績	B		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Introduction to Hospitality and Tourism (HTSM111)		
履修期間	Fall Semester	単位数	3
授業内容／形態	ホスピタリティと観光産業の運営を学び、観光が経済、社会文化、環境に与える影響を理解する。また世界的な観光開発の持続可能なアプローチを特定できるようにする。4 回に 1 回ほどスモールグループでディスカッションを行う。オンラインでウィークリー課題とファイナルエッセイが出る。		
成績	A+		
YCU 振替予定	科目	特講 (国際商学部留学科目 A)	
	単位数	2	
	担当教員		

科目	Transportation Systems (HTSM360)		
履修期間	Fall Semester	単位数	3
授業内容／形態	航空や船また列車・バス・車など、あらゆる乗客輸送システムについて、その仕組みや歴史そして発展について学ぶ授業。輸送管理とマーケティング。オンライン上でウィークリー課題とホームエグザムやファイナルエッセイが出る。講義型		
成績	A+		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Digital Marketing (MKTG420)		
履修期間	Fall Semester	単位数	3
授業内容／形態	企業がデジタルマーケティングを全体戦略にどのように統合するかの理解を深める。Web サイトやランディングページのデザイン、検索エンジン、広告、SNS を用いたデジタルマーケティングなどについて。授業動画を自分のタイミングで見て学び、オンラインでのクイズや実践課題を行う。		
成績	C		
YCU 振替予定	科目	特講（国際商学部留学科目 B）	
	単位数	2	
	担当教員		

科目	Hospitality and Tourism Seminar (HTSM434-40)		
履修期間	Spring Semester	単位数	3
授業内容／形態	旅行・観光学士課程の上級クラス。ホスピタリティ業界におけるイベント企画の知識とスキルを学ぶ。プロジェクト管理やマーケティング、財務など業界で必要な専門力も習得する。多様なキャリアの可能性も理解する。ファイナルエグザムとプレゼンがある。ハイブリッド型		
成績	B		
YCU 振替予定	科目	特講（国際商学部留学科目 D）	
	単位数	2	
	担当教員		

科目	Principles of behavior (CPSY330)		
履修期間	Spring Semester	単位数	3
授業内容／形態	この入門コースでは、行動分析学の基本原理を学ぶ。行動の定義や理論を理解し、状況に応じて適切な原理を判断する力を養う。応用は理解を深める練習として行われる。日常や臨床課題に理論を活かす基礎を習得する。毎週クイズとワークシートに加えファイナルエグザムがある。		
成績			
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Introduction to Parents and Children (CFS220-54)		
履修期間	Spring Semester	単位数	3
授業内容／形態	子どもの発達と親の成長、親子関係の理論や実践を学ぶ。家族関係が個人に与える影響や社会・文化の影響も分析する。多様な家族構造や歴史的背景における子育ての違いを考察し、知識を子育てに応用する力を養う。毎週のオンラインクイズと課題、ファイナルプレゼンがある。オンライン		
成績	D+		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Recreation and Sports Management (SPRT201-01)		
履修期間	Spring Semester	単位数	3
授業内容／形態	レクリエーションとスポーツマネジメントの基本概念、歴史、社会的意義を学ぶ。年齢や能力に応じたサービス、職業倫理や法制度の影響についても理解を深める。専門機関の観察やキャリア選択を考える機会を得る。多様な人々へのレジャー提供の責任を学び、専門スキルを育てる。4回の試験とレポートがある。講義やディスカッション、実際にスポーツもする。		
成績	C		
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)

これまでの21年間の人生の中で最もタフでしかし楽しく充実し成長ができた1年間であったと感じます。留学前後で最も変化をしたのは、自分の可能性を制限しないようになったことかと思います。大きな目標や新しいことに対して挑戦することへの抵抗や恐怖心を抱かないようになりました。それは、自分自身が快適と感じる場所から出て不快に感じても新たな環境へ身を置くことで、新たな価値観や選択肢に出会い成長ができたからだと思います。精神的にもとても成熟することができました。

そのような成長をできた最大の理由としてまず多くの人との出会いが挙げられます。様々な国籍の学生がいることは、行く前より想像はしていましたが、その想像を超える多様な学生との出会いがたくさんあり刺激的でした。大学の授業で学ぶものももちろん多くありましたが、何よりもそこでできた友人たちと過ごした時間から多くの学びを得ることができました。本当に書ききれないほどのものを得ましたが、特に“伝える力”を得ることができたと思います。言語や文化の違いにより苦労することは多くあることは分かっていましたが、自分を知らない考え方やバックグラウンドが全然違う人たちと、コミュニケーションを取ることは想像以上に大変なことが多くありました。相手と自分の伝えたいことが食い違い、「なぜそんなことするのだろう」と思ってしまうたり、お互いを傷つけてしまったりすることもありました。しかし相手の価値観や過去の経験などバックグラウンドを理解すること、また逆に分かってもらうよう自分自身についても話すことが大切であると学びました。日本と違い察する文化のないアメリカの環境であったからこそだと思います。その困難を乗り越えて多くの人との絆を築いた経験は、これまで以上に自分に自信が持てるようになりました。どこへ行っても自分はやっていけると感じます。

“人は同じ場所に3年以上いると挑戦心を失う”というハーバードの研究があります。まさにその言葉通りのものを感じ、留学をしていなかったら挑戦していなかったであろうことに、就職活動含め帰国後多くのことへチャレンジをしていると思います。大変なことも多くあり、辛くなる瞬間も何回かありましたが、その辛いと感じていた時間こそが自分自身を成長させてくれたと、強く思います。このマインドの変化は、留学へ行って良かったと思える多くの理由のうち最大の理由です。

(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)

海外を拠点に働く、または海外と日本を行き来する繋ぐことをするなど、そのようにしていく目標を必ず実現させたいです。留学前は何か大きな目標があった場合でも、「自分には無理だろう」「新しい場所へ飛び込むのが怖い」という気持ちが湧いてしまい中々現実味を持って挑むことをしなかった自分がいました。しかし留学を経てさらに自分に自信が付き、どこでもやっていけるという気持ちが生まれ、何事もやってみようと思うようになりました。

また、外資系に勤めるというよりはグローバルな日本の企業に勤めることで目標を実現させたいと考えます。理由としては“日本の良さを世界に広めたい”と考えるからです。留学を通し、“日本の文化が持つ謙虚さや感謝の気持ち”は、普遍的なものではなく強みであることを実感しました。何か製品やサービスでも、日本の持つものを広めることや、世界をよくしていくことがしていきたいです。その良さを持ち合わせる企業に勤めたいという考えを軸に、現在就職活動を行っています。

(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)

私から留学を目指す後輩へ伝えたいことは、「快適な場所から外へ出てみる勇気を持つこと」です。偏見や決めつけを捨ててほしいと思います。留学中は、不安や緊張から最初の一步を踏み出せないと感じる時も多くありました。しかし、誘いに応じて新しい場所に行ったり、普段関わらない人に会ったりすることで、思いがけない学びや成長に繋がる機会が多くありました。

実際に私は、慣れない環境で小さな誘いを受けた時、必ずやってみるようにしていました。一度やってみると新しい価値観や仲間と出会うことができました。こうした積み重ねによって、挑戦することへの抵抗がなくなり、自分の可能性を制限しないようになったと感じます。

留学は楽しいことばかりではなく、孤独や挫折を感じる瞬間もあります。しかし、振り返ればその困難こそ自分を大きく成長させてくれた時間でした。失敗や恥ずかしさを恐れず、目の前にあるチャンスに積極的に挑んでください。周りもそのような人たちが大きく成長していました。皆さんの留学が豊かで充実したものとなるよう応援しています！！