

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏名	C.I	学部・学科	国際教養学部・国際教養学科
学年	5年	派遣国	アメリカ合衆国
派遣大学	サンディエゴ州立大学		
期間	2022年8月15日～2022年6月10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 (\$1595) *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	15000円	スーパーマーケットの食材、友達との外食
学用品購入費	3000円	教科書、ノート
交通費	5000円	Trolley、バス、友達の車のガソリン代
交際費	20000円	
その他	20000円	日用品、スキンケア、洋服
合計	63000円	*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

サンディエゴの治安はアメリカの他の都市と比較すると悪くないが、日本の感覚で過ごすと危険だった。サンセット後に一人で外出するのは控えるように友達によく言われていた。大学の図書館からアパートまでも徒歩10分ほどだったが、夜まで勉強していた時は友達が車で送ってくれていた。車社会のため、バスやTrolley(電車)にはホームレスの人が多く乗車していた。私が直接被害を受けたことはなかったが、ドラッグを吸っている人が多かった

り、ホームレスの人同士で喧嘩していたりと怖い思いをすることもあった。

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	() ヶ月間	保険料	() 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	Anthem blue cross PPO		
加入期間	() ヶ月間	保険料	()

4. 滞在都市についての情報

<p>滞在都市/町 (サンディエゴ)</p> <p>カリフォルニア州の中でも南にあり、メキシコとの国境に面しています。多様な人種の人 がいて、いい意味で留学生扱いをされません。</p> <p>◎良いところ</p> <ul style="list-style-type: none">- ビーチがたくさんある。毎週のように行っていました！ (Coronado, La Jolla, Pacific Beach, Mission Beach, Ocean Beach, Sunset Cliff, Torrey Pines)- 晴れている日が多い。1年を通して温暖- 車で2時間~3時間ほどで Los Angeles、Orange County、Big Bear、Joshua Tree など他の観光地にも行くことができる- メキシコに近いのでおいしいメキシカンフードのお店がたくさんある- Convoy というキャンパスから車で20分ほどのエリアにアジアンスーパーやアジアンフードのお店が集まっているエリアがある <p>△気になったところ</p> <ul style="list-style-type: none">- Trolley やバスの利用者はホームレスの人が多く、特に夜一人で乗るのは危険- ダウンタウンだけでなくキャンパス周辺にもホームレスがいる- 多様な人種の人がいるが、なんとなく人種ごとに分かれている感じがある
--

【学業編】

1. 大学情報

大学	サンディエゴ州立大学	所在地	5500 Campanile Drive San Diego, CA
最寄空港	サンディエゴ国際空港	空港からの距離	車で 20 分
空港⇄大学	(空港⇄(無料シャトル)Old Town Transit Center ⇄(Trolley)SDSU Transit Center) *移動手段		
学生数	30,900 人	留学生数	1,600 人
学部	Environmental Studies Environmental Science Asian Studies/Civilization Russian, Central European, East European and Eurasian Studies European Studies/Civilization Latin American Studies African-American/Black Studies American Indian/Native American Studies Hispanic-American, Puerto Rican, and Mexican-American/Chicano Studies Women's Studies Ethnic, Cultural Minority, Gender, and Group Studies, Other Speech Communication and Rhetoric Journalism Radio and Television Digital Communication and Media/Multimedia Public Relations/Image Management Advertising Health Communication Information Technology Computer Science Early Childhood Education and Teaching Music Teacher Education Sports, Kinesiology, and Physical Education/Fitness, General Engineering, General Aerospace, Aeronautical, and Astronautical/Space Engineering, General Civil Engineering, General Computer Engineering, General Electrical and Electronics Engineering Environmental/Environmental Health Engineering Mechanical Engineering		

<p>Construction Engineering Technology/Technician</p> <p>Linguistics</p> <p>Comparative Literature</p> <p>Japanese Language and Literature</p> <p>Russian Language and Literature</p> <p>German Language and Literature</p> <p>French Language and Literature</p> <p>Spanish Language and Literature</p> <p>Classics and Classical Languages, Literatures, and Linguistics, General</p> <p>English Language and Literature, General</p> <p>Writing, General</p> <p>Liberal Arts and Sciences/Liberal Studies</p> <p>General Studies</p> <p>Humanities/Humanistic Studies</p> <p>Biology/Biological Sciences, General</p> <p>Microbiology, General</p> <p>Zoology/Animal Biology</p> <p>Ecology</p> <p>Mathematics, General</p> <p>Applied Mathematics, General</p> <p>Statistics, General</p> <p>Gerontology</p> <p>Multi-/Interdisciplinary Studies, Other</p> <p>International/Globalization Studies</p> <p>International Relations and National Security Studies, Other</p> <p>Parks, Recreation, and Leisure Studies</p> <p>Exercise Science and Kinesiology</p> <p>Philosophy</p> <p>Religion/Religious Studies</p> <p>Islamic Studies</p> <p>Jewish/Judaic Studies</p> <p>Physical Sciences, General</p> <p>Physics, General</p> <p>Chemistry, General</p> <p>Geology/Earth Science, General</p> <p>Psychology, General</p> <p>Criminal Justice/Law Enforcement Administration</p> <p>Criminal Justice/Safety Studies</p> <p>Public Administration</p>
--

	<p>Social Work Public Administration and Social Service Professions, Other Social Sciences, General Sociology, General Urban Studies/Affairs Anthropology, General Economics, General Political Science and Government, General Dance, General Drama and Dramatics/Theatre Arts, General Art/Art Studies, General Fine/Studio Arts, General Art History, Criticism and Conservation Music, General Music Performance, General Communication Sciences and Disorders, General Speech-Language Pathology/Pathologist Athletic Training/Trainer Public Health, General Registered Nursing/Registered Nurse Business Administration and Management, General Operations Management and Supervision Accounting Finance, General Financial Planning and Services Hospitality Administration/Management, General Human Resources Management/Personnel Administration, General International Business/Trade/Commerce Marketing/Marketing Management, General Real Estate History, General</p> <p style="text-align: right;">*留学先大学の保有する学部をすべて記載してください。</p>
学部/専攻	<p>Linguistics / Communication</p> <p style="text-align: right;">*留学中に所属した学部/専攻を記載してください。</p>

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	<u>COMM 103</u> Oral Communication <u>Japan 499</u> Intermediate Japanese 1	<u>LING 100A</u> English Composition for International Students	<u>COMM 103</u> Oral Communication <u>Japan 499</u> Intermediate Japanese 1	<u>LING 100A</u> English Composition for International Students	
午後	<u>ENS 138</u> Beginning Yoga		<u>LING 454</u> Second Language Acquisition		

② (1)月～(5)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	<u>COMM 307</u> Communication in Professional Setting	<u>ENS 109A</u> Beginning Soccer <u>LING 252</u> Language Across the Lifespan	<u>COMM307</u> Communication in Professional Setting <u>ENS 138</u> Sea Kayaking	<u>ENS 109A</u> Beginning Soccer <u>LING 252</u> Language Across the Lifespan	
午後	<u>ENS 138</u> Salsa Dance			<u>Comm 371</u> Intercultural Communication	

3. 履修内容

科目	COMM-103 Oral Communication		
履修期間	Fall Semester	単位数	2
授業内容／形態	Public Speaking のスキルを学ぶための授業で、Freshman は必須の科目です。英語を日常的に使う会社に就職したいと考えているため、英語での効果的なプレゼンテーション能力を高めたく履修を決めました。 〈授業形態〉週に 2 回の Small Lecture(講義形式、グループワークあり) 週に 1 回の Large Lecture 〈学生数〉 Small Lecture:20 人程度・Large Lecture:300 人程度		
成績	A -		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	ENS-138 Beginning Yoga		
履修期間	Fall Semester	単位数	1
授業内容／形態	初心者向けのヨガの授業。ヨガの哲学的なマインドセットと、基本的なポーズを学ぶことで、一人でも自信をもってヨガを練習できるようになり、身体、メンタル、感情、精神的な健康状態を向上させることが目的です。個人的に長い間ヨガに興味があったものの、タスクに追われる日々でなかなか時間が取れなかったため、授業として基礎から学ぼうと思い履修を決めました。 〈授業形態〉実践型 〈学生数〉 20 人程度		
成績	A		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	LING-100A English Composition for International Students 1		
履修期間	Fall Semester	単位数	2
授業内容／形態	英語を第二言語とする学生向けのライティングの授業。留学中の課題や帰国後の卒論に加え、就職後も英語で公式な文章を書く機会があると感じ、履修を決めました。また、ほかの留学生やインターナショナル学生と知り合いたかったことも履修理由の 1 つです。		

	〈授業形態〉 講義型、グループワークあり 〈学生数〉 20 人程度		
成績	A-		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	LING-454 Second Language Acquisition		
履修期間	Fall Semester	単位数	2
授業内容／形態	第二言語習得についての授業。専攻分野の講義であり、卒論で書きたい内容にも関係するため履修を決めました。 〈授業形態〉 アクティブラーニングよりの講義型、グループワークあり 〈学生数〉 20 人程度		
成績	A-		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	JAPAN-499(JAPAN-211) Intermediate Japanese 1 (Teaching Assistant)		
履修期間	Fall Semester	単位数	2
授業内容／形態	日本語クラスのティーチングアシスタント。日本語学習歴 2 年目の学生向けのクラスで、漢字や簡単な文法(〇〇と〇〇ではどちらが△△ですか?など)を扱う。週に 1 回のスタディーセッションを通して学生たちの会話練習をサポート。 〈授業形態〉 講義型 〈学生数〉 30 名程度		
成績	CR		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	COMM-307 Communication in professional setting		
履修期間	Spring Semester	単位数	2

授業内容／形態	<p>この授業は、ビジネスでのコミュニケーション方法を学び、採用されやすい人、そして就職後も活躍し続ける人になることが目的です。就活をしていて英語で面接をしたり企業の方と話したりする機会が多く、日本と全くコミュニケーションの仕方が異なることを実感して、アメリカのビジネスの場でどのように振舞えば良い印象を与えられるか学びたかったので履修を決めました。</p> <p>〈授業形態〉アクティブラーニング型 〈学生数〉30名程度</p>		
成績	B-		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	ENS-138 Salsa Dance		
履修期間	Spring Semester	単位数	1
授業内容／形態	<p>初心者向けのサルサダンスの授業。秋学期と一緒にヨガの授業を取っていたスペインの留学生の子と一緒に履修を決めた。</p> <p>〈授業形態〉実践型 〈学生数〉30名程度</p>		
成績	A		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	ENS-109A Beginning Soccer		
履修期間	Spring semester	単位数	1
授業内容／形態	<p>小学生の頃と高校留学をしていた頃にサッカーをしていた経験があり、ワールドカップの影響もあってまたサッカーがしたくなったため、秋学期に仲良くなった友人たちとこの授業を履修することにしました。</p> <p>〈授業形態〉実践型 〈学生数〉20名程度</p>		
成績	A		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		

	担当教員	
--	------	--

科目	LING-252 Language Across the Lifespan		
履修期間	Spring Semester	単位数	2
授業内容／形態	この授業は言語学の中でも心理言語学にフォーカスした内容です。言語習得の基礎を学びたく、履修を決めました。 〈授業形態〉講義型 〈学生数〉20名程度		
成績	C+		
YCU 振替予定	科目	理論言語学	
	単位数	2	
	担当教員	有井巴	

科目	ENS-122 Sea Kayaking		
履修期間	Spring Semester	単位数	1
授業内容／形態	せっかくサンディエゴに来ているのでマリンスポーツを体験したいと思いこの講義を受講しました。 〈授業形態〉実践型 〈学生数〉2名		
成績	C+		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	COMM-371 Intercultural Communication		
履修期間	Spring Semester	単位数	2
授業内容／形態	人単位の繋がりをたくさん増やすことが世界平和の実現に近づく、過去の経験や今回の留学で感じ、就職先を考える際もこの信念を軸にします。そのため、学問的に異文化コミュニケーションを学びたいと考え、受講を決めました。 〈授業形態〉講義型 〈学生数〉30名程度		
成績	B-		
YCU 振替予定	科目		

	单位数	
	担当教員	

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

イニシャル	C.I.	学部・学科	国際教養学部国際教養学科
学年	5	派遣国	アメリカ合衆国
派遣大学	サンディエゴ州立大学		
期間	2022年8月15日～2023年6月10日		
プログラム	交換留学		

<留学先大学での履修内容>

科目	【秋】 COMM-103 Oral Communication
講義内容	<p>Public Speaking を学ぶための授業。学期を通して4回のスピーチがありました。クラスの前でスピーチしているところをスマートフォンで録画し自分で振り返る課題もあったため、自分の英語の癖を客観的に知るきっかけにもなりました。</p> <p>① Speech of Introduction (思い出のものを2つ実際に持参し自己紹介) ② Informative Speech (ペアで選んだ国の文化について発表) ③ Persuasive Speech (議論されている問題について自分の意見を伝える) ④ Special Occasion Speech (結婚式でのスピーチ、会社でのスピーチ、スポーツチームの監督としてのメンバーに対するスピーチなど、今後自分が遭遇しそうなシチュエーションでのスピーチ)</p> <p>また、Midterm と Final は、テキストに記載されている内容についての50問の選択式のテストでした。授業ではテキストを扱わないので自分で計画的に読み進め勉強するのは大変でしたが、スピーチについて学ぶことができました。</p> <p>〈授業形態〉週に2回の Small Lecture(講義形式、グループワークあり) 週に1回の Large Lecture 〈学生数〉 Small Lecture:20人程度・ Large Lecture:300人程度</p>
科目	【秋】 LING-100A English Composition for International Students 1
講義内容	<p>英語を第二言語とする学生向けのライティングの授業。学期を通して Media Literacy をテーマに3回のエッセイ提出がありました。</p> <p>① 自身の Literacy 獲得経験 ② Media Literacy についての記事の比較 ③ Media Literacy を得るために必要なことについて、記事を引用しながら自分の意見の主張</p> <p>②のエッセイは個人的な考えを入れられないように書くことに苦労しました。"a lot"なども主観と判断されるので難しかったです。反対に③では自分の主張を</p>

	<p>補強するために効果的に記事を持ち出すことにも苦労しました。しかし、毎回エッセイは Draft 提出と本提出があり、Draft で直してもらったことをすべて直して本提出する、という形だったので、教授に丁寧に見てもらうことができ、英語でのエッセイの書き方を身に着けることができました。</p> <p>〈授業形態〉 講義型、グループワークあり 〈学生数〉 20 人程度</p>
科目	【秋】 LING-454 Second Language Acquisition
講義内容	<p>第二言語習得についての授業。週に 1 度の 2 時間半の講義でした。毎週、その週に扱う内容のテキスト 1 章分 (30~40 ページ) を読んで、授業のオンラインサイトにリフレクション (新しく学んだこと 3 つ、面白いと思ったこと 2 つ、疑問に思ったこと 1 つ) を書く課題があり、最初の数週間は週末に 10 時間ほど図書館にこもって終わらせていました。授業は発言しないと出席点がもらえなかったため、発言できるよう集中していました。Midterm は自身の第二言語習得経験を授業で扱ったセオリーを使って振り返るエッセイ、Final は第二外国語のクラスの授業案を考える課題でした。</p> <p>〈授業形態〉 アクティブラーニング講義型、グループワークあり 〈学生数〉 20 人程度</p>
科目	【秋】 ENS-138 Beginning Yoga
講義内容	<p>初心者向けのヨガの授業。ヨガの哲学的なマインドセットと、基本的なポーズを学ぶことで、一人でも自信をもってヨガを練習できるようになり、身体、メンタル、感情、精神的な健康状態を向上させることが目的です。(\$90)</p> <p>〈授業形態〉 実践型 〈学生数〉 20 人程度</p>
科目	【秋】 JAPAN-499(JAPAN-211) Intermediate Japanese 1 (Teaching Assistant)
講義内容	<p>日本語クラスのティーチングアシスタントとして授業に参加していました。日本語学習歴 2 年目の学生向けのクラスで、漢字や簡単な文法(○○と○○ではどちらが△△ですか? など)を行いました。授業中はプリントの配布やテストの回収、グループワークのサポートをしていました。また、週に一度、授業外にスタディーセッションを開催して学生たちの会話練習をサポートしました。</p> <p>〈授業形態〉 講義型 〈学生数〉 30 名程度</p>
科目	【春】 LING-252 Language Across the Lifespan

講義内容	<p>第二言語習得についての授業。専攻分野の講義であり、卒論で書きたい内容にも関係するため履修を決めました。</p> <p>〈授業形態〉アクティブラーニングよりの講義型、グループワークあり 〈学生数〉20人程度</p>
科目	【春】COMM-307 Communication in professional setting
講義内容	<p>ビジネスでのコミュニケーション方法を学び、採用されやすい人、そして就職後も活躍し続ける人を育成するための授業。2回のプレゼンテーションと、Final Projectとしてのグループプレゼンテーションの他、アクティビティーをしたりLinkedinに登録したりと、実践的に学ぶことができました。2回のプレゼンテーションは話しているところを録画し、リフレクションを書く課題もありました。</p> <ul style="list-style-type: none"> - プレゼンテーション1：自分のスキル、経験、キャリアのゴールについての自己紹介スピーチ。 - プレゼンテーション2：自分が興味がある分野で働いている人3人にインタビューをし、その内容についてのスピーチ。(毎年このインタビューをきっかけにオファーをもらう学生が多いそうです) - Final Project: 企業で働くために必要なスキルについての、6名のグループでのプレゼンテーション。毎週の授業で話し合いの時間が設けられており、学期を通して準備した。 - Elevator Speech: エレベーターに乗っている間の30秒ほどで、自分のスキルをアピールし、他の人とコネクションを作るためのスピーチ。クラスの全員と30秒ずつ話した。 - Listening Project: 友達に4分ほど話してもらい、自分が聞いている様子を録画してリフレクションを書く課題。 - <p>〈授業形態〉アクティブラーニング型： 〈学生数〉30名程度</p>
科目	【春】COMM-371 Intercultural Communication
講義内容	<p>異文化コミュニケーションについての授業。木曜の夕方の2時間40分の授業だったのでハードでした。毎週テキスト1章分のクイズと、オンラインサイトへの400wordsのエッセイの投稿があり、講義の時間は先生がテーマに絡んだ自身の体験を話してくれました。先生の話に対し学生が自由に意見を発言していて、私も毎回発言できるように頑張りました。学期を通して4回、50問の選択問題のテストがありました。1週間前に先生が問題を配布してくれるので、クラスメイト達で答えを探して暗記し、満点を目指していました。</p>

	<p>〈授業形態〉 講義型 〈学生数〉 30 名程度</p>
科目	【春】 ENS-138 Salsa Dance
講義内容	<p>初心者向けのサルサダンスの授業。リーダーとフォロワーでペアを組んで、Salsa、Cumbia、Bachata という 3 種類のダンスを学びました。(\$ 90)</p> <p>〈授業形態〉 実践型 〈学生数〉 30 名程度</p>
科目	【春】 ENS-109A Beginning Soccer
講義内容	<p>初心者向けのサッカーの授業。あまりテクニックなどは学ばず、試合を多くしていました。試合は小さいコートで少人数に分かれてやることも、フルコートで全員でやることもありました。(\$90)</p> <p>〈授業形態〉 実践型 〈学生数〉 20 名</p>
科目	【春】 ENS-122 Sea Kayaking
講義内容	<p>シーカヤックの授業。キャンパスから Trolley とバスで 1 時間ほど離れたところにある Bay で行われていました。Bay の中を漕ぐだけではなく、近くの島に行ってカヤックを置いて探検したり、近くのスターバックスや Better Buzz というカフェに行ってコーヒーを買い、飲みながら漕いで帰ってきたりなど、きれいな自然の中でマリンスポーツを体験できました。Moonlight Paddle といって、サンセットの時間に漕ぐ特別授業もあり、幻想的でとても綺麗でした。(\$180)</p> <p>〈授業形態〉 実践型 〈学生数〉 2 名</p>

<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)

高校1年生の時にもアメリカの現地高校に1年間留学した経験があり、今回の留学は当時の自分に負けないように頑張ろうと意気込んでいました。当時は毎晩日記で自己分析をし、次の日の目標やノルマを立てて、小さな挑戦も大きな挑戦もし、「やるかやらないか迷ったらやる」をモットーに全力で生きていました。しかし、今回はアメリカ現地大学の授業の難しさや課題の量に圧倒されたり、就職活動を並行して行ったりしなければならず、図書館に籠ることも多く、特に留学開始直後は目の前のことで精一杯でした。高校留学の時ほど新しいことに挑戦できていない現状に焦りを感じてしまいましたが、「高校留学と大学留学で状況も、自分がいるライフステージも違う」ということに気づいてからは、高校留学とは別のベクトルで頑張ろうという考えになりました。そこからは毎日丁寧に目の前の人と関わったり、できるだけ新たな場に1人で出てみたり、授業で発言をしたり、より質の高い毎日を過ごせるように意識しました。帰国し、高校留学をした際の団体の集まりで6時間の報告会をさせていただいたときに、多くの人に「自信がついたね!」と言ってもらうことができ、自分はしっかり成長できたと実感でき嬉しかったです。

私は留学前からグローバル企業で働きたいと考えていて、グローバル企業で活躍するために英語力を伸ばしたいということも今回の留学の目的の一つでした。そのため留学初期は「日本人と全く関わらない」「ずっと英語に触れる」という環境を求めています。甘えや言い訳かもしれませんが、サンディエゴは人種で別れていて、グループで遊ぶとなるとアジア人コミュニティや日本人コミュニティで集まるが多かったです。彼らを「日本人だから」という理由で避けるべきではないと思ったし、生き方や考え方など、一緒にいて尊敬できる場所が多かったため、日本人コミュニティにいるときは「内面の成長」にフォーカスしました。

彼らから最も学んだことは「自信」です。自分ならできる、達成したいなら努力するだけ、というマインドセットの人が多かったです。その自信は、人と比べたものではなく自分の過去の経験から得ているように感じ、だからこそほかの人のすごいところや良いところは素直に褒めたり伝え合ったりして認め合っていて、私も過去の経験を振り返り、自分の中で完結した自信を持つことができるようになりました。そして、彼らが「軸」を持っていることにも惹かれました。みんな将来やりたいことがなんとなく、もしくははっきり決まっています、そのために授業を選んでいるし、自分のやりたいことが変わったら専攻の変更も簡単にできるし、その業界のコネを作ったりスキルを身につけるための課外活動をしていました。アメリカでは、専攻を聞く会話から、「じゃあそれを学んで将来どんな道に進みたいの?」という話になることが多かったです。みんな自分の専攻に誇りを持っていることも印象的でした。個人的に日本はそこまで専攻を重視している感覚がなく、専門的なことを学べるような学部も総合大学には少ないと感じました。

英語力については、現地の友達と1 on 1の関係で仲良かった子が多く、2人で話すことにはかなり慣れました。英語の方がテンション高く堂々と、感情を込めて話すことができるため楽しいと感じます。クラスでの発言も慣れましたが、現地学生と同じレベルで自然に話せるまでにはなりません。しかし何人かのグループで話すときは黙らずに存在感

を出せるようになりました。また、レストランやスーパー、道端でのランダムな会話も苦なくできるようになりましたし、楽しむことができました。就活でも自分の英語力の伸びを実感しました。外資の企業を多く受けていたので英語の面接が多かったのですが、11月にボストンキャリアフォーラムに参加した際は日本語面接の方が良い結果をもらうことが多く、英語面接をした会社は次の選考に進めませんでした。しかし留学終盤の4月や5月、帰国後の6月に英語面接をした会社は全て内定をいただくことができました。

また、グローバルな場での立ち振る舞い方や場の回し方も身につけました。私の友達に、大人数が集まる場にいるときに特定の子とずっといるのではなくいつも全員に平等に話しかけていた子がいて、私もその子のような、さりげないムードメーカーになりたいと思い意識し始めました。大学の留学生センターでのイベントに1人で参加した際に、知っている子とずっといるのではなくできるだけみんなと話すようにしていたら、帰りがけに留学センターの人達に”You’re Glowing!”,”I love your energy!”と言ってもらえて大変嬉しかったです。また、自身の立ち振る舞い方や場の回し方にしっかりと自信がついたのは帰国前日の夜に私の Going Away Party を主催したときです。開催した理由の1つ目は、この留学の期間に新しい場に参加するという comfort zone からの飛び出し方は何度も経験しましたが、自分で何かを企画するという事はしていなかったと思ったから、2つ目は、帰国までできるだけたくさん友達と会いたかったのですがお金と時間の関係で会うことができず、一つの場にみんなに集まってもらおうと思ったからです。ぎりぎりまでパーティーを開催する勇気がなく、前日にみんなに声を掛けましたが30人ほどが集まってくれて嬉しかったです。パーティーでも友達同士を繋げることもできたし、冗談で文句を言われながらも私が好きな Taylor Swift の音楽をずっとかけたりして、自分の軸を持ちながらみんなを楽しませることができました。このパーティーを通じて、人を集める能力、自分が主催した場に来てくれた人たちを楽しませる能力、ある程度自分の好きなように場を回す能力を培ったことが分かり、自信になりました

そして、今回の留学を通して緊張することを楽しいと思えるようになりました。緊張しているときは自分が普段しないことをしようとしているときなので、自分が次のステップに進もうとしているときです。授業で発言することも、スピーチをすることも、新しい場に参加することも、自分でパーティーを主催することも、どれも緊張しましたが、自分はこれを乗り越えることで成長できるというマインドセットを持つことで楽しむことができました。

そのような経験を通して、グローバル人材になる準備はできたと断言できます。自信をもつこと、会話の中で存在感を出すこと、1対1で十分に話すことができること、ランダムな会話を楽しむことができること、パーティーを主催することができること、英語でのスピーチをすることができること（授業を通して培いました）、緊張を楽しむことができること、などを身につけることができ、英語力も大切だけれど、それ以上に人間力やコミュニケーション力の方が大切だと感じました。この成長を大切にしていきたいです。

(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)

私の人生のゴールは「人と人を繋げることで世界平和に貢献すること」です。幼い頃から違う文化背景を持った人と関わる機会を多く経験させてもらいながら育って、国際教養学部に進学し、アルバイト先を決める時も日本以外の背景を持つ人と関わることを条件にし、アメリカンレストランや成田空港で働くことで、異文化コミュニケーションの機会を創出してきました。私は心の底から平和な世界の実現を願っていて、そのためには異文化コミュニケーションの成功が必須だと考えています。ある人にとっての A 国の印象は、その人と関わりのある A 国にルーツがある人の印象が大きく影響していて、人単位の繋がりをたくさん増やすことが世界平和の実現に近づくと、過去の経験や今回の留学で感じています。そのため就職先を考える際もこの信念を軸にしている、主に外資の人材会社を受けていました。日本に帰国した 1 週間後に第一志望であった外資の人材会社から内定をいただき、8 月からインターンをすることになりました。セールスの仕事なので、自分が納得でき、会社にも恥をかかせないような成果を出したいです。そのために、(1) で書いたような今回の留学で培ったスキルを活かしたいと思います。

また、可能であれば横浜市に異文化交流のサークルを作りたいと考えています。具体的には、横浜市に来ている留学生と協力して、毎月テーマの国を決めてイベントを主催したいです。その国出身の留学生が主体となり、その国の文化や音楽、食事を紹介してもらいながら横浜市が異文化に触れあうことができたらと考えています。今回の留学を通して、私と出会ったことがきっかけで日本に興味を持ってくれたり、逆に私が出会った他国からの留学生をきっかけにその国に興味を持つようになりました。そのため、このようなイベントを主催することで横浜市が様々な国に興味を持つきっかけを提供したいです。

(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)

私は留学をサブスクリプションのようだと考えています。高いお金を払っていて期間が決まっていて、その期間内にどう過ごすかは自分次第です。そのため、留学を終えて帰国する時に、後悔がない、やりきった、と言えるように過ごすことが 1 番かなと思います。日本にいてもそうですが、その日、その瞬間は戻ってきません。留学中は日本での大学生活以上に様々なことに挑戦する機会があると思いますが、ぜひそのチャンスを無駄にしないでほしいです！また、同時に長期留学はマラソンのようでもあります。ずっと全速力を出し続けたり頑張り続けていると、どこかのタイミングで息切れしてしまう可能性があります。私も留学初期に詰め込みすぎて、開始 1 か月後にパンクしてしまいました。そのため、たまには息抜きをしてみたり、頑張りすぎずに自分のキャパシティやエネルギーと相談して行動することが大切だと感じました。

留学を迷っている人にはぜひ行ってほしいです！でも留学に行っても受け身でいても成長はできないし、日本での生活と何も変わりません。自分から主体的に行動し、後悔なく、笑顔で帰国できることを願っています♡