

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏名	N.H	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
派遣大学	サンディエゴ州立大学		
期間	2022年8月～2023年5月		

【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 (シェアハウス)					
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 (20万) 円 *1ヶ月あたりの寮費や家賃					
移動	(バス) で、約 (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。

2. 日常生活

(1) 1ヶ月の生活費

項目	金額	内訳
食費	3万円	学内でランチが高い
学用品購入費	3千円	テキスト
交通費	5千円	基本的な交通機関は安いですがUberを利用することも多々あった
交際費	2.2万円	お金がかかる遊びは基本的ないが、外食と、家飲み&作る代
その他	円	

合計

5万円

*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

他のアメリカの年に比べたら治安はすごく良いと思う。
 でも一年で3回ほど銃の事件が構内 or 付近で起こっていた。
 夜は歩かないほうがいいと現地の人には言われる。でも学校の近くは夜でもたくさん人がいるので安全。一度ナイフを持った人を見た。ワンプロック進んだり、曲がったりするだけで雰囲気は異なり、治安もガラリと変わる。

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	(約 20 万) 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		
加入期間	(10) ヶ月間	保険料	(約 20 万) 円

4. 滞在都市についての情報

滞在都市/町 (**サンディエゴ**)
 学校から少し離れた、普通の家が立ち並ぶ道沿いに住んでいたが、とても静かで、公園やスーパーも近くにあって便利で住みやすかった。
 サンディエゴはとても素敵な町だと思う。都会と言われたらそうなのかもしれないし、田舎と言われればその雰囲気もあると思う。海に行ってゆっくりしたり、山に星を見に行ったり、狭い街なので一時間あればどこへでも行けて何でもすることができた。
 メキシコに近いので、メキシカンは他の地域 (LA とか) に比べても沢山あった。どれも安くて本格的ですごく美味しい。
 地元愛もすごく、野球チームのパドレスはとても人気。
 とにかく最高の都市。

【学業編】

1. 大学情報

大学	サンディエゴ州立大学	所在地	アメリカ・サンディエゴ
最寄空港	サンディエゴ国際空港	空港からの距離	約 20km
空港⇄大学	(車 or バス (トローリー)) *移動手段		
学生数	33,778	留学生数	約 2000
学部	芸術文学部、経営管理学部、教育学部、工学部、生涯教育学部、保険社会福祉学部、専門教育・美術学部、自然科学学部 *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	芸術文学部・哲学科 *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	Japanese TA Wight Training	Basketball Fitness	Japanese TA Wight Training	Basketball Fitness	Japanese TA
午後	Morality of War and peace	Bioethics	Morality of War and peace	Bioethics	

② (1)月～(5)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前		Soccer Basketball Astronomy		Soccer Basketball Astronomy	
午後	Japanese TA	Japanese TA Philosophy	Japanese TA	Japanese TA Environmental Ethics HipHop Dance	

3. 履修内容

科目	Beginning Weight Training		
履修期間	秋学期	単位数	1
授業内容／形態	ウェイトを使った筋トレの方法を学び、パートナーとそれを授業中に行う。筋トレ授業。		
成績	A		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Biomedical Ethics		
履修期間	秋学期	単位数	3
授業内容／形態	生命倫理。先生が指定した文献を読んで、テストに答える。毎週沢山の読み物とレポートがある。		
成績	B		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Morality of War and Peace		
履修期間	秋学期	単位数	3
授業内容／形態	戦争と平和についての倫理。講義を聞いて、1ヶ月に1,2回あるテストに答える。また、三回の大きなレポートもある。		
成績	B		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Beginning Basketball		
履修期間	秋学期	単位数	1
授業内容／形態	ジム内の体育館でバスケットボールをする。		
成績	B		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Principles of Astronomy		
履修期間	春学期	単位数	3
授業内容／形態	天文学入門。講義を聞いて一週間に一度テストに答える。最後に Final Test がある。		
成績	B-		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Intermediate Basketball		
履修期間	春学期	単位数	1
授業内容／形態	少しレベルの上がったバスケットボールのクラス。		
成績	C		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Introduction to Philosophy Ethics		
履修期間	春学期	単位数	3
授業内容／形態	倫理学入門。道徳哲学で大切な理論や哲学者を学ぶ。		
成績	C		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	担当教員		

科目	Environmental Ethics		
履修期間	春学期	単位数	3
授業内容／形態	環境倫理。なぜ温暖化を進めてはいけないのかなどの環境にまつわる倫理問題を考える。		
成績	C		
YCU 振替予定	科目		
	単位数		
	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	N.H	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
派遣大学	サンディエゴ州立大学		
期 間	2022 年 8 月 ~ 2023 年 5 月		
プログラム	交換留学プログラム		

< 留学先大学での履修内容 >

科目	Beginning Weight Training
講義内容	ウェイトを使った筋トレの方法を学べる。また、学ぶ時間は総授業時間の 2 割くらいで後は先生が考えたメニューをこなす。
科目	Beginning・Intermediate Basketball
講義内容	バスケットボールを行う。基本的にコーチが考えたメニューをした後に、ゲームをする。
科目	Biomedical Ethics
講義内容	生命倫理。安楽死や中絶に関する講義だけでなく、哲学者の文献を読み昔の時代の哲学者の考えなども読み解く。
科目	Morality of War & Peace
講義内容	なぜ戦争はしてはいけないのか、平和はどのようにしたら訪れるかを考える授業。しかし哲学的というよりも、戦争のより現実的な部分について学ぶことの方が多。
科目	Principles of Astronomy
講義内容	天文学入門。太陽から地球の距離や月はどのように回っているかなど太陽系と月を中心に学べる。計算もそこそこある。
科目	Environmental Ethics
講義内容	環境倫理。なぜ温暖化を進めてはいけないのかなどの環境にまつわる倫理問題を考える。哲学的というよりも“SDGs”という感じの授業。

<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)

帰国してから時間が経ち、今この留学の一年を振り返ると、本当に濃い一年だったと思う。ものすごく内容がある一年だった。毎日何かしらに取り組んでいたし、誰かと一緒にいた。心の底から沢山笑って、心の底から悲しくて沢山泣いた一年だった。こんな風に毎日を全力で生きたことが今までなかったし、これからも来ないかもしれないと思うくらい、自分にとっては特別な一年だった。高校留学で1年間アメリカに行った時も本当に楽しかったが、それとも比較にならないくらい凄い一年だった。よく、過去を振り返ってあの時幸せだったな、楽しかったなと思うことはあるけれど、その瞬間にめちゃくちゃ楽しい！と今が幸せ！と思うことはあまりなかったように思う。でも、この一年は違った。ずっと、今が最高に楽しい、幸せだと思っていた。自分は、年を取るにつれてやっぱりどこか少しひねくれてしまった気がするし、人と会うよりも1人でいた方が楽しいと感じていたところがあったので、そんな風に思えることがとても嬉しかった。サンディエゴでの1ヶ月目で、沢山のの人に会う機会があって、いろいろなところに一緒に出かけるうちに、人の温かさみたいなものに触れて、1人でいるよりも楽しい、もっといろいろな人に会いたいと思った。これは私の中では大きな変化で、特に浪人→コロナ大学生生活を送っていたので、そんな風に思っている自分にびっくりした。なんやかんやで1年はあっという間に過ぎてしまい、英語力がどうかはよくわからないが、帰る頃には沢山の新しい経験ができた。アメリカという国に対して、ここが嫌いみたいなことはあまりなくて、強いていうのであれば書類などの手続きが雑で全然助けてもくれないところぐらいだった。後は、適当なところも陽気なところも全部大好きだった。私は日本にいるよりもアメリカにいる方は幸せだと思った。アメリカの方が断然生きやすいと思った。こんな風に、アメリカの方が生きやすいと気づけたのも、留学に来て色々な事を経験して、本当の自分が見つけられたからだと思う。これから先何年立っても、この留学の一年は、私にとって大切な一年であるだろうと思う。

(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)

この1年で自分は日本よりもアメリカで生活する方が幸せだと気付いた。1人であることが好きな自分しか知らなかったが、留学に行ったおかげで、人と一緒にいる楽しさや、新しい人に会うことが好きな自分を知れた。そして何より、アメリカにいる細かい事を気にせず笑えている自分が好きだった。この気づきを踏まえて、人生の目標がアメリカで生きていくことになった。なので、今後はそれをモチベーションに仕事を頑張っていきたいと思う。アメリカは本当に色々な人がいるので、言わずもがな、アイデンティティや宗教、政治など色々なことに関して考える機会、学ぶ機会があったが、自分の目で見たり耳で聞いたりすることは大事だと思った。そして、全てを踏まえても、色々な人がいる(自分も含めて)アメリカは良いと思う。もちろん差別がまだあることも、治安が良くないことも改善点ではあるけれど、人に流されず自分の意見を言える環境は必ずその価値観を変えていくと思う。

(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)

留学へ行きたいと思っているあなた、正解です。留学どうしようかなと迷っているあなた、迷っているなら絶対に行った方がいいです。海外に行ったことがなくて留学が怖いと思っているあなた、怖いのは当たり前です。怖いのは悪いことではなくて、成長できる兆しがあるってことです。怖くない・自分が安心できる場所に居続けるよりも、少し怖くても新しいことに挑戦した方が楽しいと思います。留学は、新しい経験ランキングでも大分トップだと思います、世界が変わります。人生観が変わります。また、どんなに楽しみにしていても、渡航前は緊張するし、着いた一週間くらいは不安です。しかし、人間はどんな環境にもいずれ慣れます。大丈夫です。不安で怖い気持ちも素直に受け止めて、今めっちゃ怖い！って逆に楽しんでみてください。留学は楽しい！怖い！緊張！最高！の繰り返しです。気分は感情のジェットコースターみたいな感じです。でも、何もない穏やかな日々より、絶対に価値のある一年になると思います。だから、授業のプレゼンをする時も、怖いからやめようかな、休もうかな、と避けるのではなくて、思いっきり正面からぶつかってみてください。成功したら最高だし、変に失敗しても、後から振り返れば最高の思い出になったりします。大丈夫です。まとめると、私からのアドバイスは、どんな時でも自分の素直な気持ちを受け入れて、人生の思い出の一部になるように行動したらいいと思う、ということです。