

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏名	M.W	学部・学科	理学部理学科
学年	3年生	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	2022年8月17日～2023年5月4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 (122850) 円 *1ヶ月あたりの寮費や家賃					
移動	(徒歩) で、約 (0.5) 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	65275 円	学校のミールプラン
学用品購入費	0 円	
交通費	0 円	バスは無料
交際費	0 円	
その他	3000 円	学校主催のパーティ費や洋服代など
合計	95275 円	*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

キャンパス内は比較的安全でしたが、日が落ちてからは一人で外に出ないようにしていました。大学近くのダウンタウンは、夜間は一人で歩かないようにとされました。休日の朝は寮内でマリファナの匂いがしました。買い物へ行くバスやショッピングモールの外でマリファナを吸っている人がたまにいました。日中でもたまに変な人に異国語で話しかけられたりしましたが、特に害はなかったです。ホームレスはほぼ見かけなかったです。

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	(9) ヶ月間	保険料	(114266) 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			
加入期間	() ヶ月間	保険料	() 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)

ほんとうに何もありません。

車がないとほぼどこにも行けません。

大学近くからバスが出ていますが、よくて30分に一本、行けても近くの小さなショッピングモールです。

土日は17時40分にショッピングモール発が最終なので、友達の中には乗り逃して歩いて大学まで帰っていた子もいました。

そしてすごく寒いです。

1月が一番寒くて、体感温度は-30℃になることもありました。

とんでもない田舎なので、空気はきれいで空も広がったです。秋は紅葉がとてもきれいでした。あとのどかでした。

ホームレスもほぼ見かけずあまり危ない感じはなかったです。

【学業編】

1. 大学情報

大学	セントクラウド州立大学	所在地	ミネソタ州セントクラウド
最寄空港	MSP	空港からの距離	車で一時間半
空港⇄大学	(車) *移動手段		
学生数	10300 人	留学生数	1000 人以上
学部	環境学地域学、民俗学・女性学・ジェンダー研究、コミュニケーション、コンピュータ、教育学、工学、言語学・外国語、文学、リベラルアーツ、数学・統計学、学際研究、国際関係、消費科学・栄養学・家族学、哲学・宗教学、化学、地学、物理学、心理学、犯罪学・安全保障学、行政学・ソーシャルワーク、社会学、人類学、経済学、政治学、航空学、演劇アート、音楽、健康科、ビジネス、歴史学		
学部/専攻	物理学部物理学科 *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	EAP101 Listening and speaking		EAP101 Listening and speaking		
午後	PHYS334 Thermal physics PHYS346 Mathematical methods for physics	EAP150 Cultural orientation for international students	PHYS334 Thermal physics PHYS346 Mathematical methods for physics		PHYS334 Thermal physics PHYS346 Mathematical methods for physics

② (1)月～(4)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	ENGL191 Introduction to rhetorical and analytical writing	ENGL191 Introduction to rhetorical and analytical writing	ENGL191 Introduction to rhetorical and analytical writing		
午後	PHYS440 Classical mechanics	CMST192 Introduction to communication studies PESS140 Self-defense for women	PHYS440 Classical mechanics	CMST192 Introduction to communication studies PHYS440 Classical mechanics	PHYS440 Classical mechanics

3. 履修内容

科目	EAP101 Listening and Speaking		
履修期間	8月から12月	単位数	4
授業内容／形態	For students who use English as a second or foreign language. Focus on social and academic purposes in four areas: one-on-one communication, discussion, classroom presentations, and lecture note taking. Intermediate level.		
成績	A+		
YCU 振替予定	科目	自由認定科目	
	単位数	4	
	担当教員		

科目	EAP150 Cultural Orientation for International Students		
履修期間	8月から12月	単位数	2
授業内容／形態	Social and academic life on a United States (US) campus. Focus on cultural adjustment cycle and strategies that help students integrate themselves in US campus life. Required for international undergraduate students from schools outside the US or Canada. International students who have studied in the US for at least one academic year full-time are exempt. Graduate students are exempt.		
成績	A+		
YCU 振替予定	科目	自由認定科目	
	単位数	2	
	担当教員		

科目	PHYS334 Thermal Physics		
履修期間	8月から12月	単位数	3
授業内容／形態	Laws of thermodynamics and Applications. Microscopic descriptions of many-particle systems. Statistical (ensemble) mechanics connecting individual particle dynamics to bulk thermal properties of matter. Classical and quantum mechanical effects. Terrestrial and astrophysical applications.		
成績	B		
YCU 振替予定	科目	熱力学	
	単位数	3	

	担当教員	
--	------	--

科目	PHYS346 Mathematical Methods for Physics		
履修期間	8月から12月	単位数	3
授業内容／形態	Applications of matrix methods to linear physical systems; applications of vector calculus to 3-dimensional physical systems. The method of series solutions applied to physical wave equations, applications of complex numbers and of Fourier and Laplace transforms.		
成績	A+		
YCU 振替予定	科目	自由認定科目	
	単位数	3	
	担当教員		

科目	ENGL191 Introduction to Rhetorical and Analytical Writing		
履修期間	1月から4月	単位数	4
授業内容／形態	Analytical reading, writing, and critical reasoning in various rhetorical situations. Argumentative research project comprising analysis and interpretation of information, texts, and perspectives.		
成績	A+		
YCU 振替予定	科目	自由認定科目	
	単位数	4	
	担当教員		

科目	PESS140 Self-Defense for Women		
履修期間	1月から4月	単位数	1
授業内容／形態	Fundamental skills and techniques of fall, rolling, throwing and breaking holds. Specific emergency techniques of self-defense and specific safety skills.		
成績	A+		
YCU 振替予定	科目	自由認定科目	
	単位数	1	

	担当教員	
--	------	--

科目	CMST192 Introduction to Communication Studies		
履修期間	1月から4月	単位数	3
授業内容／形態	Interpersonal communication, small group communication and public speaking. Theory and experience to relate meaningfully, think critically, organize clearly, and speak and listen effectively.		
成績	A+		
YCU 振替予定	科目	自由認定科目	
	単位数	3	
	担当教員		

科目	PHYS440 Classical Mechanics		
履修期間	1月から4月	単位数	4
授業内容／形態	Single particle Newtonian dynamics, Lagrangian methods, central force motion, systems of particles, non-inertial reference frames, dynamics of rigid bodies, oscillations and normal modes.		
成績	A		
YCU 振替予定	科目	自由認定科目	
	単位数	4	
	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	M.W	学部・学科	理学部理学科
学 年	3	派遣国	アメリカ
派遣大学	セントクラウド州立大学		
期 間	2022年 8 月 17 日～ 2023年 5 月 4 日		
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	EAP101 Listening and Speaking
講義内容	For students who use English as a second or foreign language. Focus on social and academic purposes in four areas: one-on-one communication, discussion, classroom presentations, and lecture note taking. Intermediate level.
科目	EAP150 Cultural Orientation for International Students
講義内容	Social and academic life on a United States (US) campus. Focus on cultural adjustment cycle and strategies that help students integrate themselves in US campus life. Required for international undergraduate students from schools outside the US or Canada. International students who have studied in the US for at least one academic year full-time are exempt. Graduate students are exempt.
科目	PHYS334 Thermal Physics
講義内容	Laws of thermodynamics and Applications. Microscopic descriptions of many-particle systems. Statistical (ensemble) mechanics connecting individual particle dynamics to bulk thermal properties of matter. Classical and quantum mechanical effects. Terrestrial and astrophysical applications.
科目	PHYS346 Mathematical Methods for Physics
講義内容	Applications of matrix methods to linear physical systems; applications of vector calculus to 3-dimensional physical systems. The method of series solutions applied to physical wave equations, applications of complex numbers and of Fourier and Laplace transforms.
科目	ENGL191 Introduction to Rhetorical and Analytical Writing
講義内容	Analytical reading, writing, and critical reasoning in various rhetorical situations. Argumentative research project comprising analysis and interpretation of information, texts, and perspectives.
科目	PESS140 Self-Defense for Women

講義内容	Fundamental skills and techniques of fall, rolling, throwing and breaking holds. Specific emergency techniques of self-defense and specific safety skills.
科目	CMST192 Introduction to Communication Studies
講義内容	Interpersonal communication, small group communication and public speaking. Theory and experience to relate meaningfully, think critically, organize clearly, and speak and listen effectively.
科目	PHYS440 Classical Mechanics
講義内容	Single particle Newtonian dynamics, Lagrangian methods, central force motion, systems of particles, non-inertial reference frames, dynamics of rigid bodies, oscillations and normal modes.

<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)

最初はカルチャーショックにびっくりしました。
まさにアメリカドラマのあの感じで距離感近いし、英語も早くて聞き取れないし、自分は思うように英語を話せないという調子でした。
これが初めての一人暮らしでもあったので、とにかく初めてのことがとても多かったです。

セントクラウドで知り合った日本人の子も癖が強くて、私はしっかり勉強したいなと思って留学しましたが、遊ぶことに重きを置いている子が多くて、価値観が合わなかったり。違う国からきた人とも友達になりましたが、思うように英語が上手く話せなかったり、物理の授業は良い先生の授業もとった一方、とんでもない教授にあたってしまったのもあって大変でした。

そのなかでも現地の友達や周りの人に聞きながら冬用のコートを買って厳しい冬に備えたり、勉強もオフィスアワーで教授に聞きに行ったりしました。コミュニティにも参加して友達を作ったり、ミネアポリスに遊びに行ったりしました。

春学期からは秋学期よりも積極的に大学内のアクティビティに参加して人と関わり、また積極的に声をかけて友達を作りました。勉強の方は、良い先生の授業だけ履修し、少しゆとりをもたせました。

友達と一緒に旅行したのはとても楽しかったです。
横市にいたときはコロナのせいもあって人と関わる機会は少なかったのですが、留学して、たくさん人と関わってとても楽しかったです。国や文化が違うと常識がちがう。
日本人含めてみんなぶっとんでいてとてもおもしろかったです。
私が横市にいたらまず会うことのない人とたくさん知り合えたことや、知らない場所に行けたことはとても貴重だなと思います。

今までは勉強に重きを置いて生活してきましたが、パーティやイベント、コミュニティ、旅行など勉強以外のこともたくさん経験してとても楽しかったです。この留学で、積極性が大事だと思いました。無理だ、伝わらないと決めつけずにとりあえず話しかけてみる、交渉してみると、案外自分の意見通りになることがありました。
そういう強さも身に着けられたと思います😊

(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)

語学力を伸ばしたいです。

この留学でたしかに語学力は向上しましたが、

地元の子とすらすら英語を話せる程度を目指したいです。

英語を話していると日本語を話している自分とは違う風になれて、

それが結構好きなので、仕事でも英語を使いたいなと思っています。

理系の知識を活用できたらなと思います。

どの研究室に入るのか、大学院に進学するのか就職するのか何も定まっていますが、

閉鎖された過酷な環境の見知らぬ土地で、英語で生き残ることができたので、

日本ではたいていのことは大丈夫なのかなと思います(笑)

(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)

少しでも留学をしたいと思うならすべきなのかなと思います。

しかし、交換留学は長期のプログラムなので、

留学をしたことがない人は、まずは短期の留学プログラムに参加するのもありかなとも思います。

もちろん、初めから長期で参加するのも良いですが、少しでも文化に慣れておくと長期の留学プログラムの最初の方は特に楽になると思います。

9か月ほどとなると、

旅行とは違ってよいところや楽しいことだけ経験することは難しいです。

ですが、長期で滞在するからこそ国や文化を超えてお友達ができ、語学力も向上し、

異文化で違う言語で生き残るという経験から、自分に自信がつくのではないのでしょうか。