

YCU 長期留学プログラム 派遣学生報告書

氏 名	KM	学部・学科	国際教養学部国際教養学科
学 年	4	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	2025 年 8 月 25 日～ 2026 年 5 月 14 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 (学外シェアハウス)					
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 (110000) 円 *1 ヶ月あたりの寮費や家賃					
移動	(徒歩) で、約 (30) 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	30000 円	自炊費
学用品購入費	0 円	
交通費	5000 円	公共交通機関
交際費	30000 円	外食
その他	110000 円	家賃

合計

175000 円

*概算で記録してください。

(2) 治安状況・危険地域など

大学周辺の治安は比較的に良かったです。夜中に一人で出歩くなど基本的な部分に気を付けていれば問題なく生活できると思います。ただ、バスやトロリーなどの公共交通機関を深夜に使うと危険を感じることがありました。

大学からは離れたところでしたが、サンディエゴ内で銃撃事件がありました。

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（海外旅行保険）		
加入期間	（ ）ヶ月間	保険料	（103930）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（サンディエゴ）

サンディエゴは、アメリカ合衆国カリフォルニア州南部に位置する都市です。メキシコとの国境に近い、ヒスパニック文化の影響が色濃く見られます。メキシコ料理をはじめとした多様な食文化を楽しむことができる点も、この都市の魅力の一つです。年間を通して温暖な気候で、日本と比べても非常に過ごしやすく感じました。滞在中は雨が降る日が数えるほどしかなく、ほとんどの日が晴天でした。

一方で、サンディエゴは車社会であり、公共交通機関だけで移動するには不便さを感じる場面も多くありました。また、人々は全体的におおらかでリラックスした雰囲気があり、生活のしやすい街だと感じました。ビーチやハイキングトレイルなど、自然を満喫できる場所が数多くあり、休日にはアウトドアアクティビティを楽しみながら充実した時間を過ごすことができました。

【学業編】

1. 大学情報

大学	サンディエゴ州立大学	所在地	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	21km
空港⇄大学	(タクシー 移動手段)		
学生数	3.68 万人	留学生数	889
学部	<ul style="list-style-type: none"> Accountancy (Accounting) Africana Studies American Indian Studies Anthropology Art Artificial Intelligence and Human Responsibility Asian American Studies Asian Studies Astronomy Biology Brazilian Studies Business Administration Child and Family Development Chicana and Chicano Studies Chemistry Civil Engineering Classics Comparative International Studies Computer Engineering Computer Science Construction Engineering Construction Management Dance Economics Electrical Engineering English Environmental Engineering Environmental Sciences Finance Foods and Nutrition Geography 		

	<ul style="list-style-type: none"> • Geological Sciences • History • Information Systems • Interdisciplinary Studies in Three Departments • Interior Architecture • International Business • International Security and Conflict Resolution • Islamic and Arabic Studies • Japanese • Journalism • Kinesiology • Liberal Studies • Linguistics • Management • Marketing • Mathematics • Mechanical Engineering • Media Studies • Microbiology • Music • Nursing • Philosophy • Physics • Political Science • Psychology • Public Administration • Public Health • Real Estate • Recreation Administration • Religious Studies • Rhetoric and Writing Studies • Social Science • Social Work • Sociology • Spanish • Special Education • Speech, Language, and Hearing Sciences • Statistics • Sustainability
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> • Television, Film and New Media • Theatre Arts • Urban Studies • Women's and Gender Studies <p>*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>Sociology</p> <p>*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	Linguistics Sociology: The Study of Society		Linguistics Sociology: The Study of Society		Linguistics
午後		Introduction to Hospitality, Recreation, and Tourism Management Asian American Film Study	Sociology: The Study of Society (Breakout Session)	Introduction to Hospitality, Recreation, and Tourism Management Asian American Film Study	

② (1)月～(5)月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前		Introduction to American Politics from Global Perspective Chicano/a/x Study, Written Communication		Introduction to American Politics from Global Perspective Chicano/a/x Study, Written Communication	
午後	Cinema as Art	Sociology of Race and Ethnicity		Sociology of Race and Ethnicity	

3. 履修内容

科目	Linguistics		
履修期間	4 か月	単位数	3
授業内容／形態	<p>少人数クラスでのディスカッション形式</p> <p>この授業は英語を第二言語として話す生徒を対象としており、英語でのエッセイの書き方や、アカデミックな語彙を学習しました。Literacy Narrative や Argumentative Synthesis など異なる種類のライティング方式を習得しました。また、ライティングの形態だけでなく、どの様にしたら説得力のある文章になるかという部分にも取り組みました。教員との一対一の面談などを通して、実践的なライティングの力を身に着けることができたと思います。</p>		
成績	A -		
YCU 振替予定	科目	コミュニケーション論/英語学	
	単位数	2	
	担当教員	佐藤 響子/土屋 慶子	

科目	Sociology: The Study of Society		
履修期間	4 か月	単位数	3
授業内容／形態	<p>約 200 人の大講義と少人数のブレイクアウトセッション</p> <p>社会学の概念や目的に触れ、現代社会が抱える問題にどのように適用されるかを学習しました。個人と社会間の関係に焦点を当て、双方がどのようにに影響し合っているかを学びました。特に印象的だったのは myth of meritocracy と呼ばれる社会的コンセプトです。この考えを現代社会での人種差別、不平等に当てはめて考えることで、問題の原因を特定するといった内容が興味深かったです。またブレイクアウトセッションでは、大講義で扱った内容のディスカッションを行い、授業内容の深い理解に繋がりました。</p>		
成績	A		
YCU 振替予定	科目	現代社会論	
	単位数	2	
	担当教員	角田 隆一	

科目	Asian American Film Study		
履修期間	4 か月	単位数	3

授業内容／形態	<p>約 50 人ほどのディスカッションクラス</p> <p>アメリカ在住のアジア系移民が、芸術的表現、政治活動、コミュニティ構築の手段として映画やメディアをどのように活用してきたかを探求しました。ディスカッションを通して、アジア系移民の歴史や差別等がどのように描かれてきたかを考察しました。アジア人が社会的に差別されてきた歴史や、その差別がメディア業界にも影響していたことを学びました。ハリウッド映画でのアジア人のキャスティング差別や、ステレオタイプのシナリオなどアジア系アメリカ人の苦悩を学びました。また、実際の事件を反映したドキュメンタリーなどの鑑賞を通して、当事者たちがどのようにストーリーを伝えていたのかも学習しました。</p>		
成績	A		
YCU 振替予定	科目	多文化社会論	
	単位数	2	
	担当教員	滝田 祥子	

科目	Introduction to Hospitality, Recreation, and Tourism Management		
履修期間	4 か月	単位数	3
授業内容／形態	<p>約 100 人のディスカッションクラス</p> <p>この授業では、ホテル・レストラン・イベント運営・観光・レクリエーションなど、ホスピタリティ産業の幅広い分野について学びました。各分野の特徴や業界構造、キャリアパスについて理解を深めるとともに、ホスピタリティ産業が地域社会や経済に果たす役割についても学びました。また、持続可能な観光や今後の業界の課題について考える機会がありました。グループワークやゲストスピーカーによる講義を通じて、コミュニケーション能力やチームワークの重要性を実践的に学び、将来のキャリア形成について考える良い機会となりました。</p>		
成績	B		
YCU 振替予定	科目	地域活性化論	
	単位数	2	
	担当教員	柴田 仁夫	

科目	Cinema As Arts		
履修期間	4 か月	単位数	3

授業内容／形態	<p>大講義＆ディスカッション</p> <p>この授業では、映画を単なる娯楽作品としてではなく、芸術作品として分析する方法を学びました。物語の構成だけでなく、カメラワーク、照明、編集、音響などの映画技法が観客に与える効果について理解を深めました。また、映画制作やマーケティングの仕組み、作品が制作された時代や文化的背景との関係についても学びました。授業では映画を分析的な視点で鑑賞する機会が多く、映像表現に込められた意図やメッセージを読み取る力が身についたと感じています。さらに、ディスカッションや課題を通じて、自分の考えを論理的にまとめ、他者と意見を共有する力も養うことができました。</p>	
成績	B	
YCU 振替予定	科目	メディア社会論
	単位数	2
	担当教員	角田 隆一

科目	Introduction to American Politics in a Global Perspective		
履修期間	4 か月	単位数	3
授業内容／形態	<p>約 100 人の一斉授業</p> <p>この授業では、アメリカの政治制度や憲法、選挙制度を中心に、政治学の基礎について学びました。特に、アメリカの政治を他国の制度と比較しながら理解するとともに、政府だけでなく政党や利益団体、国際機関など、政治に関わるさまざまな主体の役割について学びました。さらに、グローバル化や国際政治、権力や不平等、紛争といった現代社会の課題について政治学の視点から考察しました。授業を通して、文献の読解やレポート作成を通して、根拠に基づいて自分の意見を論理的にまとめる力や、多角的な視点から社会問題を分析する力を養うことができました。</p>		
成績	B+		
YCU 振替予定	科目	特講（国際政治学）	
	単位数	2	
	担当教員	西海 洋志	

科目	Chicano/a/x Study Written Communication		
履修期間	4 か月	単位数	3

授業内容／形態	<p>一斎授業&ディスカッション</p> <p>この授業では、チカーナ／チカーノ研究（メキシコ系アメリカ人の歴史・文化・社会）を題材に、大学レベルのアカデミックライティングを学びました。エッセイや小説、詩などを読み、民族的・文化的アイデンティティ、人種、階級、ジェンダー、移民などのテーマについて議論しました。また、文章の構成や論証の組み立て方、信頼できる資料の収集・引用方法など、学術的な文章を書くための基礎を身につけました。グループディスカッションやピアレビューを通して、自分の考えを論理的に表現するとともに、他者の意見を踏まえながら文章を改善する力を養うことができました。また、メキシコ系移民の資料を読んでいく中で、異国における自身のアイデンティティの形成にも繋がりました。</p>	
成績	A	
YCU 振替予定	科目	ラテンアメリカ研究/特講 (Practice in Language Education)
	単位数	2
	担当教員	松野 哲朗/瀧野 みゆき

科目	Sociology of Race and Ethnicity		
履修期間	4 か月	単位数	3
授業内容／形態	<p>一切授業&ディスカッション</p> <p>この授業では、人種・民族に関する社会学を学びました。人種や民族に関する歴史的背景や社会構造を理解するとともに、人種差別、偏見、ステレオタイプなどの問題について社会的な視点から考察しました。また、特に印象に残っているのはロビン・ディアンジェロ著 “White Fragility” を通したディスカッションとプレゼンテーションです。白人が人種問題について議論する際に見られる防衛的な反応（White Fragility）の概念を学び、人種差別が個人の偏見だけでなく、社会構造や特権とも深く関わっていることについて理解を深めました。さらに、アメリカにおける人種・民族関係だけでなく、世界各国の事例も比較しながら、多様な文化や価値観への理解を深めました。授業では文献やドキュメンタリーを用いた学習やディスカッションを通して、社会問題を多角的・批判的に分析する力を養うことができました。</p>		
成績	B		
YCU 振替予定	科目	アメリカ社会論	
	単位数	2	
	担当教員	細谷 典子	

<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)

私は今回、アメリカ・サンディエゴに 2 学期間留学しました。生まれてから 20 年間、日本で生活してきた私にとって、これが初めての海外経験であり、渡航前は期待と同じくらい不安も大きかったです。しかし実際に現地での生活が始まると、その不安はすぐに新鮮な驚きへと変わっていきました。

留学中に最も印象に残ったのは、サンディエゴという街の「多様性」です。日本では同じような背景を持つ人々に囲まれて生活してきましたが、現地では異なる人種や民族的背景を持つ人々が当たり前のように共に生活し、学び、働いていました。街を歩くだけでも、様々な言語が飛び交い、多様な文化が共存している様子を肌で感じることができました。

特に興味深かったのは、訪れるスーパーマーケットによって商品の価格帯や品揃えが大きく異なるという発見です。同じ都市の中でも、地域やスーパーの違いから、そこに住む人々の生活水準や社会的背景がある程度見えてくることに気づき、アメリカ社会に存在する経済的・社会的格差を肌で実感する貴重な機会となりました。

もともと私は、留学前から人種や民族に関する問題に関心を持っていました。今回サンディエゴでその現実を目の当たりにしたことで、関心はより具体的なものへと変わりました。幸い留学先では、"Sociology of Race and Ethnicity"という、まさにこのテーマを扱う授業を履修することができました。現地の大学の授業はディスカッション中心で進められることが多く、教授の話を一方向的に聞くのではなく、学生同士が互いの意見をぶつけ合いながら学びを深めていくスタイルに強い刺激を受けました。自分の意見を言葉にし、他者の視点に耳を傾ける中で、物事を多角的に捉える批判的思考力が自然と鍛えられていったように思います。

また、日常生活の中で常に英語に囲まれた環境に身を置けたことも、私にとってかけがえのない経験でした。授業だけでなく、買い物や友人との何気ない会話まで、生活のあらゆる場面が英語を使う機会となり、教科書だけでは得られない生きた英語力を自然と身につけることができたと感じています。

そして何より、この留学を通じて出会った人々の存在が、私にとって何物にも代えがたい財産となりました。人種や文化的背景の異なる仲間たちと過ごした日々は刺激に満ち、気づけば毎日のように「またあの場所に戻りたい」と思うほど、大切な絆を築くことができました。異文化の中に身を置き、多様な人々と関わりながら学問的な学びを深めたこの 10 か月間は、単なる語学力の向上にとどまらず、私自身の視野と価値観を大きく広げてくれました。この経験を通じて得た気づきや問題意識、そして出会った人々とのつながりを、今後の学びや人生においても大切にしていきたいと考えています。

(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)

今回の留学で得た学びや気づきは、今後の学業や進路選択において大きな指針になると感じています。特に、"Sociology of Race and Ethnicity"の授業を通じて深めた人種・民族に関する問題意識は、帰国後も継続して探求していきたいテーマです。日本にいただけでは気づきにくい社会的格差や多様性のあり方を、今後は日本社会というフィールドにも当てはめて考察し、比較の視点を持ちながら学びを深めていきたいと考えています。

また、現地の授業で経験したディスカッション中心の学び方は、これからのゼミ活動や研究においても積極的に取り入れていきたいです。自分の意見を根拠とともに発信し、他者の視点を柔軟に受け入れながら議論を重ねる姿勢は、これから社会に出た後も、多様な価値観を持つ人々と協働していく上で欠かせない力になると考えています。

現在の日本は、インバウンド観光客の急増に加え、移民として日本で働き、生活する外国人の数も年々増加しています。こうした社会の変化の中で、異なる人種や文化的背景を持つ人々を理解し、共に生きていく力はますます重要になっていくと感じています。留学中に多様性の中で学んだ経験は、今後日本国内で多文化共生を考えていく上でも、活かせると考えています。

さらに、今回の留学を通じて、いつかまた必ずアメリカに戻りたいという思いが一層強くなりました。まだ具体的な形は決まっていますが、帰国後は数年間日本で就職し、社会人としての経験を積みながら資金を貯めた上で、将来的にはアメリカで働くこと、あるいはアメリカの大学院に進学することのどちらも視野に入れています。留学中に培った実践的な英語力やコミュニケーション能力、そして異文化の中で物事を多角的に捉える姿勢は、そのどちらの道に進むとしても、確かな土台になると確信しています。今後もこの経験を糧に、異なる背景を持つ人々と積極的に関わりながら、学び続けていきたいです。

(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)

これから留学を考えている後輩の皆さんに伝えたいのは、「不安があっても、まずは飛び込んでみてほしい」ということです。私自身、渡航前は期待と同じくらい大きな不安を抱えていましたが、実際に現地で生活してみると、その不安の多くは杞憂に終わり、むしろ日本にいては得られない発見や刺激の連続でした。

また、準備はできるだけ早く始めることを強くおすすめします。私自身、ビザの申請やワクチン接種などの手続きにかなり追われてしまい、直前まで慌ただしい思いをしました。加えて、渡航当時はアメリカの政治情勢が不安定な時期でもあり、状況次第では留学自体が実現できなかった可能性もありました。制度や情勢は自分ではコントロールできない部分も多いからこそ、早め早めに動き、余裕を持ってスケジュールを組んでおくことが大切だと痛感しました。

特に大切だと感じたのは、授業以外の場面でも積極的に人と関わることです。スーパーでの買い物や友人との何気ない会話まで、生活のあらゆる瞬間が学びの機会になります。教科書だけでは身につかない生きた英語力や、多様な価値観への理解は、こうした日常の積み重ねの中で自然と養われていくと思います。

また、少しでも興味のある授業には積極的に挑戦してみてください。私は"Sociology of Race and Ethnicity"という授業を通じて、自分の関心をより具体的な形に深めることができました。ディスカッション中心の授業スタイルに最初は戸惑うかもしれませんが、自分の意見を発信し、他者の意見に耳を傾ける経験は、必ず今後の財産になります。

留学は決して楽なことばかりではありませんが、その分得られるものも大きいです。ぜひ勇気を持って一步を踏み出し、かけがえのない経験をしてきてください。