

交換留学帰国報告書

記入 | 2019 年 5 月
 所属 & 学年 | 工学部 2 年
 卒業予定 | 2021 年 3 月

留学先大学	ノースカロライナ州立大学
留学先国	アメリカ
留学期間	約 9 ヶ月 (2 年次に留学)
留学開始 - 終了	2018 年 8 月 17 日 - 2019 年 5 月 8 日

A. 留学に至った経緯や留学準備について

- ① 留学する大学や国、プログラムを決めた理由を教えてください。

一年次に短期のノースカロライナ州立大学研修に参加したことがきっかけで、ノースカロライナ州立大学に決めました。

- ② 留学を志したきっかけや経緯、動機などについて教えてください。

大学入学時から海外の大学や生活に対して漠然とした興味があり、一年次にノースカロライナ州立大学の短期研修に参加しました。そこで、自分の個性がアメリカで生きることを確信し、将来は海外の大学院に進学し海外で働きたいと思い交換留学を決意しました。

- ③ 留学前の海外渡航経験があれば教えてください。

渡航先	渡航時の学年	目的 & 期間など
ノースカロライナ州立大学研修	1 年	名古屋大学の短期研修 三週間

- ④ 実際に留学準備を始めたのは応募した時期からどのぐらい前でしたか？

2 ~ 3 か月前です。ノースカロライナ州立大学研修から帰国し、そのままその年に交換留学に応募しました。

- ⑤ 海外留学室の個別相談を利用した方は相談回数や相談内容、参考になったことを教えてください（利用していない方は、利用しなかった理由や状況など）。

海外交換留学室の面談は 5 回ほどしました。相談内容としてはなぜ二年で交換留学をしたのか、具体的にどのようなことを現地で学ぶのか、などでした。

B. 留学前の語学対策や単位などについて

- ① 留学前の語学対策、TOEFL などの受験回数などについて教えてください。

TOEFL 一回 IELTS 一回

絶対に IELTS をおすすめします。

- ②単位取得、単位互換、教職履修などに関してのアドバイスをお願いします。

基本的には単位互換が認められないので、自分の興味のある専門科目をとっていました。

C. 授業や勉強について

- ①留学先で履修した科目と科目コード（例：MKG3001 Introduction to Marketing）、時間数、形態、授業の内容、履修方法、などについて教えてください。

＜履修した科目＞

MSE 200 Mechanical properties of structural materials

MSE 260 Mathematical methods for material engineers

MA 341 Applied differential equations I

CSC 111 Introduction to computing: python

CH 111 Prep chemistry

FLE 201 Oral communication English

MA 111 Precalc Alg & Trig

MA 114 Intr Finit MA appl

＜時間数、形態＞

基本的にはレクチャータイプなのですが、CH 111 だけは lab がありました。Lab では、実践的な coding をしていました。

基本的にレクチャーは1時間くらいで、lab は3時間くらいでした。

- ②授業を受けるにあたって、心掛けていたこと、どんな努力や工夫をしていましたか？

分からないところがあったら、積極的に TA や教授に質問していました。特に Lab などの授業ではたくさんの課題やプロジェクトが出るので、早めにそれらの課題にとりかかりわからないところは早めにつぶしておいたほうが良いです。

例えば CSC 111 ではかなりの課題やプロジェクトが課されたため、毎週 office hour の時間帯にわからないことを TA に質問したりしていました。

- ③学習面で困ったことはありましたか？どのように解決しましたか？

分からなかったら、そのままにせず教授や TA に聞いたほうが良いです。

D. 大学生活について教えてください。

- ①現地の雰囲気や大学の校風について教えてください。

大学のキャンパスは基本的には赤レンガで建てられておりとてもきれいで、散歩するにはもってこいだと思います。また図書館や学生会館などは近代的で、勉強や授業の気分転換のため友達とそこでよくコーヒーを飲んだりしていました。

- ②ネット環境、施設、周辺環境などハード面について教えてください。

ネット環境は大学内では大学生専用の wifi が使えたため、苦勞はしませんでした。しかし、一歩でも大学の外に出るとその wifi が使えなくなってしまうため、prepaid の携帯を購入しました。

- ③留学先でどのようにして現地の学生と交流を深めましたか（具体的にお願いします）？

日本に興味のある学生が集まる Japan club に加えて、k-pack(k pop が好きな学生が集まる団体)や Cru(クリスチャンの団体)にも顔を出していました。
一番重要なことは、大変でも毎回顔を出すということでした。そうすればみんなが顔を覚えてくれます。

- ④余暇の過ごし方（授業後や長期休暇など）について教えてください。

Spring break ではサークルのメンバーとフロリダに行ってきました。

E. 健康管理、保険、予防接種など

- ①健康管理あるいは衛生面について注意していたことはありますか？

野菜、フルーツをしっかりと食べることだと思います。

- ②留学中に病院へ通った経験の有無、医療費などについて教えてください。

病院には行きませんでした。

- ③加入した保険の種類について教えてください。

☐ 留学先の大学が用意した「キャンパス保険」への強制加入

*キャンパス保険でカバーされない部分は、個人保険に加入も含む

☒ 個人の保険のみ

☐ キャンパス保険と個人の保険の二重加入

- ④留学するにあたって、予防接種は必要でしたか？

☒ はい（種類：5 種ほど）

☐ いいえ

F. 住居、食事、マナーなどについて

- ①留学中の滞在先について教えてください。

形態	☒ 寮 ☐ 下宿 ☐ アパート ☐ ホームステイ ☐ その他（ ）
何人部屋	（ 2 ）人

- ②生活（住居、食生活、服装など）や習慣の違い（マナー、対人関係）、安全面などについて、困ったこと、気をつけていたことがあれば教えてください。

寮を選ぶときは絶対にキッチン付きの寮にしたほうが良いです。
アメリカでは基本的に食べ物自体（肉や野菜など）は日本よりも断然安いのですが、一度でも人の手が加わる（料理したもの）と日本よりも断然高くなってしまいます。
（例）近くのスーパー価格表
ステーキのお肉パーティー用 13 ドル（日本では 5000 円くらいします）
メロン 3 ドル（日本では 2000 円くらいすると思います）
それに対して近くのレストラン
プレート（10 ドル）+チップ+税=およそ 15 ドルくらいになります。

もしキッチンがあれば、一日 10 ドル以下に軽く抑えられますが、キッチンがないとムリです。

- ③日本から持参するとよいもの、または持参しなくてもよかったと思うものは何でしょうか。

持参するとよいもの：男性はスーツ、女性はドレスコードを必ず持って行ったほうが良いと思います。(特にヨーロッパ系の国に行く場合)
冬服（渡航は夏ですが必ず必要になります。）
電子レンジで温められるお米など（現地に到着した当日は外で食べる気にはなりませんでした。）

- ④参考となる留学先国の情報（出版物、web サイト）を教えてください。

なし。

G. 留学費用について

- ①留学費用や支出の管理などに関してアドバイスがあれば教えてください。

航空券は行きかえりで、別々にとったほうが安いかもしれないです。

- ②奨学金はもらっていましたか？

☒はい （奨学金名： Jasso 支給額： 8 万 円）

☐いいえ

- ③差し支えなければおおよその留学費用を教えてください。*内容の費目は自由に変えてください。

内容	金額	備考
渡航費	26 万円	航空券代
保険代	10 万円	
予防接種・ビザ代	10 万円	ビザ 5 万円 + 予防接種およそ 5 万円
住居費	80 万円	寮費
食費	40 万円	生活用品込みです。
教科書代	5 万円	

F. 今後の進路や目標、就職活動について

- ①卒業後の進路（進学、就職、その他）について教えてください。

☒進学

☐就職

☐その他（ ）

- ②今後の進路や目標があれば教えてください。また留学の前後で、進路や目標に対しての考え方や気持ちの変化があれば教えてください。

今後は海外の大学院に進学するため、語学試験対策に加え、名古屋大学の教授やノースカロライナ州立大学で知り合った教授の下で研究のお手伝いなどをさせてもらおうかと思っています。

- ③留学中に就職活動を行った方は、具体的なエントリー、一時帰国の時期、感想などを教えてください。

ださい。海外留学生用の就職活動を受けた場合はそれに関する情報をお願いします。

なし。

F. 留学を終えて感じること

① 留学を終えて今の率直な気持ちや感想、印象に残っていることなど教えてください。

交換留学に行ってよかったです。あちらで学ぶことは何も専門科目だけではありません。自分で問題を解決する力や、さまざまな文化に適応する能力、また幸せとはいったい何なのかについても学ぶことができました。

また、将来必要になってくるのは、学力だけではなく人間力なのだなとおもいました。

② 留学したことで、何がどのように変わったと思いますか？

これからは、世界中の学生たちと戦っていかなくてはいけないのもっともっと努力しなければいけないと思いました。

③ 現在、留学を考えている学生へのメッセージをお願いします。

交換留学をすることは、就職だけではなく生きていくうえで必要な能力が沢山つきます。ぜひ、挑戦してみてください！

◆自由記述欄◆

渡航先の大学や留学の様子がわかる写真（メール添付でも可）があれば下記へ。この報告書はウェブや印刷物として公開する予定ですので、被写体の人物へ使用についてあらかじめ確認をお願いします。

↓↓↓





以上