

以下は、2022 年度に英語圏へ長期留学した学生による留学関連情報と最終報告書です。番号①-③:カリフォルニア大学リバーサイド校 ④-⑨:ヴィクトリア大学

①

留学先	アメリカ・カリフォルニア大学リバーサイド校
留学期間（半年/1年）	半年
留学開始時の学年	4年生
派遣先での授業	語学センターの授業
宿舎	<p>学生寮</p> <p>→寮費に食事が含まれるか： 含まれない 1ヶ月約10万</p> <p>→ルームメイトの国籍と人数： 1人部屋につきルームメイトなし</p> <p>→水道光熱費も含んだ寮費の月額： 1人部屋約22週間で7,850USD</p>
スマホ・携帯電話はどうしていたか	<p>日本からSIMフリー端末を用意して現地でSIMカードを購入</p> <p>→金額など詳細：1ヶ月30ドル</p>
現地での資金調達は どうしていたか	主にクレジットカードを使用していた
現地で困ったので日本で準備した方が良かったこと	<p>夜や飛行機が寒いので、ヒートテックや厚手の上着</p> <p>薬、体温計、爪切り</p> <p>調味料、パスタソース</p>
留学を考えている後輩へ伝えたいこと	<p>現地の大学は6月から10月まで夏休みなのでほとんどの生徒が地元へ帰省しまい、周りに友達がいない状態になってしまうため、半年留学で考えている人は、後期（9月出発）をおすすめします。</p> <p>電車やバスは治安が悪いので使わない方がいいですが、タクシー（ウーバー）はドライバーさんの評価を確認して使用すれば基本的に乗れます。</p>

留学最終報告書

4月から6月までは300^{※1}クラスでしたが、7月からは、ワンランク上の400クラスになり、毎日たくさんの課題をこなしてきました。授業内容は主に教科書の問題を解いたり、ペアワークをしました。内容自体は元々習った部分ですが、授業は全て英語で進行されるため、簡単ではありません。クラスメイトは4人でした。スプリングクォーターは全体の生徒が30~40ほどいましたが、サマークォーターでは15人程度で、日本人がほとんどでした。スプリングクォーターでは毎週木曜日の午後に全クラスが交流するアクティビティがありましたが、サマークォーターではありませんでした。市内の美術館に行くという校外学習があり、リフレッシュできました。

400クラスでは、主にリーディング、リスニング、ライティング、スピーキング、全ての分野を勉強していましたが、500クラスは主にスピーキングに力を入れ、600クラスはライティングに力を入れるなど、クラスによって取り組む分野や、課題の量が異なりました。また、定期的に中間テストのようなものがありました。

私のクラスは、クウェート人、台湾人、中国人がいて、様々な国の文化、習慣を学ぶことができたり、お互いの国の言語を教えあったりなど、語学の勉強以外にも、たくさんの経験ができました。

週末は寮で課題に取り組み、ゆっくりと過ごすときもあれば、ロサンゼルス市内に遊びに行ったり、サンディエゴやラスベガスにも行きました。更には、カナダ、ニューヨーク、ハワイにも行きました。これらの地域は、比較的日本で日本人も多いため、電車やバスを使うことができるので、1人で行っても楽しめました。現地でのオプションツアーに参加するとより安全で、楽しむことができます。日本にいたら行けない場所にたくさん行けたことは、物凄く貴重な体験となりました。

コロナウイルスに罹患したときは、登録している海外保険の会社にメールで連絡を取り、病院の予約から支払いまで全て手配してもらいました。

また、毎週火曜日の夜にはメインキャンパスでダンスサークルが開催されていたため、参加していました。

食事はほとんど自炊生活で節約をしていました。外食をするときもありましたが、1食20ドル以上はしました。

8月の最後の週には期末テストがありました。テストの内容は、授業で習ったことの振り返りがほとんどです。最後の週末には、メインキャンパスの友達3人とパドルボートをしたり、ラグナビーチやコリアタウンにも行きました。そして初めてのアサイーボウルのお店にも連れて行ってもらい、とても楽しかったです。

授業最終日には、生徒、先生全員でパーティーをしました。みんなでご飯を食べながら、カラオケをしたのしい最終日でした。

留学に行く前に受けたTOEICと、留学最終日に受けたTOEICでは、点数がかなり上がっていました。しかし、リスニングは結構上がっていて、自分でもかなり聞き取りやすくなったと実感しましたが、リーディングがまだまだ理解に時間がかかるので、力を入れていこうと思いました。

様々な異例事態やアクシデントが多かったのですが、語学力の他に、人間的に成長できたので、とても有意義な時間を過ごせたと思います。

※1 本学生が Intensive English のプログラムを受講時、レベルが下から 300, 400, 500, 600 クラスと分かれていた。

留学先	アメリカ・カリフォルニア大学リバーサイド校
留学期間（半年/1年）	半年 *4月～6月中旬まで
留学開始時の学年	4年生
派遣先での授業	語学センターの授業
宿舎	<p>学生寮</p> <p>→寮費に食事が含まれるか： 含まれない 1ヶ月約3～4万円</p> <p>→ルームメイトの国籍と人数： 日本人、1人</p> <p>→水道光熱費も含んだ寮費の月額： 2人部屋約10週間で3,922USD</p>
スマホ・携帯電話はどうしていたか	<p>日本からSIMフリー端末を用意して現地でSIMカードを購入</p> <p>→金額など詳細：1ヶ月6Gで30ドルのものを使っていました。学校や寮にはWi-Fiがあったので使用していました。</p>
現地での資金調達は どうしていたか	<p>基本的にはクレジットカードを使用していました。(VISA) 毎月親が必要額を口座に入れてくれていました。現金が無くなった時はデビットカードやプリペイドカードを使って現地のATMで下ろしていました。</p>
現地で困ったので日本で準備した方が良かったこと	<p>薬類は、アメリカのものは強かったり体に合わなかったりするので日本から多めに持って行った方がいいと思います。特に、アメリカは運転が荒いので車酔いをする人は日本から酔い止めを持っていった方がいいと思います。また、寮では最初は物が何もないので生活することができる最低限のものは持って行った方が困らないと思います。</p>
留学を考えている後輩へ伝えたいこと	<p>留学前にTOEICを受けていた方がいいと思います。最初にTOEICのスコアをもとに授業のクラス分けをされるので、事前に少しでも勉強しておいた方がレベルの高いクラスに入ることができると思います。</p> <p>留学中は積極的にコミュニケーションをとることが1番大切で、完璧に英語を話せなくても自分から積極的に話そうとすれば絶対に相手の人は耳を傾けてくれるし間違えた英語でも少しでも伝われば会話することができるので、とにかくたくさん英語を話してコミュニケーションをとった方が友達もできて楽しい留学生活を過ごすことができると思います。</p> <p>また、UCRでは定期的にたくさんのイベントが行われていて、参加するとUCRキャンパスの在學生と交流することができるのでおすすめです。</p>

留学最終報告書

約 3 ヶ月間の留学生生活を振り返ってみて、自分にとってすごく成長できたいい経験だったと思いました。短い留学期間でしたが、その中でたくさんのことを身につけて成長することができました。

特に、語学力は留学前と比べると確実に上がったと感じます。私のクラスは3人の少人数クラスだったこともあり、わからないことをすぐに聞くことができる環境でした。そのため、今まで曖昧だった文法や発音などを集中して理解できるまで学ぶことができました。また、授業内容もグループワークやディスカッションが多かったため、スピーキング力やコミュニケーション力も高めることができましたと思います。

私が留学を通して一番大切だと学んだのは、自分の意見をはっきりと持つということです。

日本では、遠慮したり考えずに相手に合わせたりして意見を発言することはほとんどありませんでしたが、アメリカではみんな自分の意見を持って行動していてすごく素敵だと思いました。また、アメリカの学校では、授業で自分の意見や考えを求められる機会や友達と話している時に自分の気持ちを聞かれることがよくあったため、まず物事を自分なりに考え明確に自分の意見を持つということが身につきました。最初は、自分の意見を持っていても発言することを躊躇していましたが、先生のいろんな意見があって当たり前という考えのおかげで発言することに対して何も思わなくなりました。

また、留学中は授業や日常生活でも積極的に英語でコミュニケーションを取るようになっていました。最初の頃は、簡単な英語や単語しか話すことができませんでしたが、自分から積極的に英語を話すようになっていました。完璧な英語を話せなくても、伝わるまで話を聞いてくれたり、理解しようとしてくれる優しい人ばかりだったので、たくさんの人と交流することができました。そのおかげで、とにかく英語を使って話してみようとする積極性が身につき、たくさん友達を作ることができました。平日は学校や課題に取り組み、毎週休みの日には現地の友達や UCR の友達、エクステンションの学生と LA やモールなどに外出したりスポーツをしたりとても充実した留学生生活を過ごすことができました。最初の頃は、UCR 本校の学生とはあまり関わる機会がなかったため、積極的に UCR で行われているイベントに参加し交流していました。特に、日本について学んでいるサークルに参加したときは海外の人からは日本がこう見えていて、こういう文化に興味を持っている人が多いんだという違う視点から日本を学ぶことができとても面白かったです。

UCR への留学を通して、自分の価値観や考え方が大きく変わりました。違う国の人や文化に触れて物事を見る視野が広がったと思います。短い留学期間でしたが、たくさんの人と交流することができたので、アメリカだけではなく様々な国の文化についても理解を深めることができました。今回の留学は、自分の人生の中でもかけがえのない貴重な経験になったと思います。これまでに得たことや経験を通してさらに人として成長することができました。これから先もこの経験を活かし、留学で得たものを忘れずに活用していきたいと思います。

留学先	アメリカ・カリフォルニア大学リバーサイド校
留学期間（半年/1年）	半年 *4月～6月中旬まで
留学開始時の学年	4年生
派遣先での授業	語学センターの授業
宿舎	<p>学生寮（外国人学生専用の宿舎）</p> <p>→寮費に食事が含まれるか： 含まれない 1ヶ月5万ぐらい</p> <p>→ルームメイトの国籍と人数： 日本人、1人</p> <p>→水道光熱費も含んだ寮費の月額： 2人部屋約10週間で3,922USD</p>
スマホ・携帯電話は どうしていたか	日本からSIMフリー端末を用意して現地でSIMカードを購入
現地での資金調達は どうしていたか	<p>クレジットカード（家族カード）</p> <p>現金は日本で\$200換金して行きましたが、現地のATMを使ってさらに\$200下ろしました。</p>
現地で困ったので日本 で準備した方が良かったこと	<p>夜最初アメリカの食べ物になれるまで時間がかかった。日本食は多めに持っていった方が良いと思う。</p> <p>虫が苦手な人は対策するものが必要かと思う。スーパーであまりいいものは売っていません。（私の部屋にはゴキブリが出ました）</p> <p>薬類は余計に持っていった方が良いと思う。基本車移動なので（現地の人は運転荒いです）普段車酔いしない人でもあった方が安心かもしれません。</p> <p>普段決まって使っている日用品がある人は、買えないことはありませんが、日本のものは金額が倍くらいします。</p>
留学を考えている後輩 へ伝えたいこと	<p>とても充実していて楽しい留学でしたが、ネイティブの人と繋がり作るには積極的に行動するべきです。しかし留学生だと思われて騙される可能性もあるので気をつけながら楽しんでください。</p> <p>外食は安く済ませても¥1000はかかり、物価はとても高いです。各部屋にキッチンがついているので私たちは自炊をしていました。大学の周りは治安があまりよくなくホームレスがたく</p>

さんいます。夜は複数人でも外出は控えた方がいいかもしれません。現地の車を持っている友達とならまだ安全かもしれませんが、基本的に常に周りを警戒していた方が良いでしょう。学校生活はエクステンション校には大体 40 人位の生徒がいて、日本人とクウェート人がほとんどでした。先生たちはとても親切な先生ばかりです。寮から徒歩で 5 分くらいの学校なので通学も楽にできます。異文化に触れるるととてもいい機会だと思うので楽しんでください。

留学最終報告書

報告書として私は、学校生活、寮と学校外での出来事について話したいと思います。

まず初めに学校生活では私のクラスは教科書の授業ではなく、コミュニケーション力を高めるためにゲーム感覚での授業が多くありました。簡単な質疑応答を身につけることができました。私は3ヶ月弱の短期留学だったので英語が堪能になるまでには至りませんでした。リスニング力が留学当初より身についたと思います。少人数クラスだったのでクラスメートとも仲良くなり、先生とクラスメートで自分の国のことや家族のことを共通言語の英語で話し、アメリカの文化も他国の文化も知ることができました。具体的に、プレゼンテーションを使って家族のことや、自国の文化、アーティストについて話し合いました。私自身に日本について説明するのが難しいこともあったので改めて自分の国について知ることができて良かったと思います。また、週に一度全クラス合同のアクティビティがあり自分とは英語力の違う同年代の人たちと交流することができとても刺激的でした。特に私は4年での留学だったので年下の人々がほとんどで自分の英語力の低さを痛感しました。その経験をバネに今後の英語の学習を頑張りたいと思いました。

次に寮生活では初めは想像していたよりも綺麗でなく抵抗がありました。備つきのシーツや枕カバーも綺麗とは言えずスーパーで調達しました。土日はメインキャンパスの学生が部屋に集まってパーティーをしている声が聞こえてきたりします。火災報知器が作動しやすく、週に一回は必ず鳴りみんな火災報知器が止まるまで外で待機していました。設備はとても良かったとは言いませんが、自然に囲まれて天気も良いので窓から見える景色はとても素敵でした。

学校外の時間はクラスメートと遊んだり、メインキャンパスの学生と遊んだりすることが多かったです。車を持っていないので遠出は友達の家かUberを使っての移動でした。あまり安全ではないし高いですが移動手段としてはそれを使うことしかできませんでした。初めは友達に頼んでいましたが次第に車を出してもらうのが申し訳なく思い自分たちで割り勘をして乗っていました。自分で行きたいところを調べて移動手段や金額を計算し、プランを立てることはあまりしてこなかったので予算も含め計算してプランを立て行動することで、そこで何かを得て自分の知識をつけて帰ろうという意識がめばえとても良い休日を過ごすことができていました。

今回の留学を経て自分自身生活面でも、学習面でも成長することができたと感じています。日本では経験できないことをたくさん経験できました。自分の将来に向けてもとても良い刺激になったのでこの経験を忘れずに今後夢に向かって過ごして行きたいです。

留学先	カナダ・ヴィクトリア大学
留学期間（半年/1年）	半年
留学開始時の学年	3年生
派遣先での授業	語学センターの授業
宿舎	ホームステイ
スマホ・携帯電話はどうしていたか	海外でも使用できる携帯会社にしたためSIM交換をしていないです。メリットは日本でも海外でも到着して設定を変えるだけでつながり、連絡もスムーズにできます。
現地での資金調達は どうしていたか	親から自分の口座に入金してもらい、デビットカードを使っていました。現地紙幣の調達もそのカードで行っていました。 ※ただし、その1枚のカードだけでは使用できないお店もあるのでクレジットカードも必要です。また、デビットカードとクレジットカードはクレジット会社を違う会社にした方がよいです。
現地で困ったので日本で準備した方が良かったこと	私の場合はパソコンが日本だけの対応になっていたのか、未だ原因はわかりませんが、ハプニングが起きて留学報告書を提出できないと思ったときがあったので海外でも使用できるのか確認してから持参した方がよいです。また、コロナにかかったとき体温計がなく大変だったので忘れがちなものですが必ず持参してください。
留学を考えている後輩へ伝えたいこと	1. 日本食があまりないと思ってたくさんインスタントの味噌汁や白米を持っていきましたが、カナダにはたくさんの日本食があるので多くは必要ないです。 2. 私は海外のお友達（現地のお友達）が簡単に作れると思っていましたが違いました。日本人が圧倒的に多いです。春の Semester ではある大学から57人の日本人生徒が来て日本人の友達が増えるのも悪くはありませんが、ほとんど海外の人と交流する機会がなかったです。そのため日本語で会話してしまいカナダに来た意味がなかったように感じました。色々なサークルに積極的に参加し現地の人と交流することをおすすめします。

留学最終報告書：半年間の留学生生活を振り返って

カナダのバンクーバー空港に到着して乗り継ぎでビクトリアに向かう飛行機に乗る前にビザを取得しなければならなかったのですが、その列が大行列で乗り継ぎの飛行機に間に合いませんでした。わたしたちは飛行機会社のグランドスタッフさんにこの状況を説明しましたが、もう今日は乗れないと言われ次の日の早朝に出るか、飛行機をキャンセルしてタクシーでフェリー乗り場まで向かうかという選択しかありませんでした。わたしたちはフェリーを選択し、約1時間半かけてビクトリアに行きました。ビクトリアに到着したら少し安心しました。到着して早々ハプニングがあったのでわたしたちはこの先やっていけるのか不安でした。学校が始まるとはじめてにテストがありそこでスピーキングテストもあったのですが全く話せなく、自分の英語力が高校のときより下がっているのを実感し、失望しました。ですが、毎日ホストファミリーの会話や英語の授業を聞いていたら少しずつでしたが、リスニング力が上がっているのではないかと思い始めました。それでも5か月という短い期間だったのでまだわからない単語も何のトピックを話しているのかもわからないときもありますが行く前よりは遥かに良くなったのではないかと感じています。日本にいるときは英語を話す機会がなく、会話も危なかったのですが今回カナダに行って最初は単語しか出てこず、話すのに時間がかかったり相手が理解できるまで大変だったのですがだんだん文章を作っていけるようになり、改めて環境というのはとても大事なのだと気づきました。そして自分自身が英語を学ぼうという姿勢を強く持つことです。なぜなら、レベル分けで下のクラスで最初英語が出来なかった子もいた中、時間が経つにつれて成長している子もいたので自分も置いていかれないように勉強をしなきゃいけないという気持ちに自然になりました。

留学は何回かしてきましたが、初めての長期留学だったので少し緊張はありました。今まではみんなと同じ行動をして同じ学校の友達と授業を学ぶというスタイルでホストファミリーたちとの関わりもたくさんあったのですが今回は全く違い、他の学校や他国の生徒たちとも関わり授業もクラスメイトの人たちとたくさんコミュニケーションを取るスタイルでこれがほんとうの留学なのかなと思いました。今までのホストファミリーならどこかに出かけるときや食事のときも必ず一緒に行動するのが当たり前でしたが今回は一緒に出かけることもなく食事も学校が終わる時間が遅ければ先にホストファミリーが食べてわたしは部屋で1人で食べたり、一緒に食べても食べ終わったらすぐ自分の部屋に戻るとというのが普通でした。コロナの影響もあったのか家族は家族、わたしはわたしというのが当たり前で関わりが全くなかったというわけではありませんが、今までの留学と比較すると少なかったです。

カナダに来て驚いたことはまず、トイレが日本と大きな違いがあったということです。海外のトイレといったら下が空いているのは普通ですがドアのところに少し隙間があってそこから人が見えるということです。日本は全て閉まっていて何も見えないのが当たり前ですが、学校のトイレは見えていました。もちろん見えないトイレもいくつかありました。また女性のトイレには日本は音姫がありますが、カナダにはなくナプキンの開く音が響いたときは少し恥ずかしかったです。

今回留学してみて自分に自信が持てた気がします。自分から話しかけることができる力、自分から学ぼうとする意欲、1人暮らしをしたことがなかったので1人で洗濯や食事の準備など色々な場面で1番成長できたのではないかと思います。そして最後になりますが、今回の留学にあたって準備から協力してくださった大学の方、旅行会社の方、両親に心より感謝します。

留学先	カナダ・ヴィクトリア大学
留学期間（半年/1年）	1年
留学開始時の学年	3年生
派遣先での授業	語学センターの授業
宿舎	ホームステイ
スマホ・携帯電話はどうしていたか	現地で新たに契約・購入 →金額など詳細：月50ドル（15GB）
現地での資金調達は どうしていたか	私は楽天銀行のデビットカード（Mastercard）をメインで使っていました。ホームステイ代も両親に毎月楽天銀行の口座に振り込んでもらい、現地で引き落とししていました。VISAのクレジットカードも持って行っていました。MastercardもVISAも使えるお店がほとんどでした。JCBは基本使えません。
現地で困ったので日本で準備した方が良かったこと	日本から生理用品は持参しましたが、足りなくなったのもっと多めに持っていけばよかったなと思います。海外の生理用品は大きく、質も固いので私には合いませんでした。また、ドライヤーや体重計、体温計なども現地で買えますが、高いので持参してよかったです。
留学を考えている後輩へ伝えたいこと	<ol style="list-style-type: none"> 1. 留学前に英語の勉強は絶対にするべきです。 2. 半年よりも一年間の留学をおすすめします。半年たったころに「会話のキャッチボールが早くできるようになってきたな、耳慣れもしたな」と感じ、後半の6カ月のほうが前半よりも英語の伸びを大きく実感しました。また、最初の4カ月は生活に慣れることに必死だったので、長期のほうがより身になると思います。 3. 現地では日本語を話さないことや日本人と一緒にいないことが大切だと思います。渡航前に自分で目標を立て、留学中もなぜ自分は留学しに来たのかを考え、目的を見失わないように努力することも英語の伸びに繋がります。

留学最終報告書

【語学学校】

私は語学学校で ELPI というコースを受講していたのですが、毎日 4 時間の授業で、1 クラス約 10 人～13 人ほどいました。授業内容としては、文法・リスニング・ライティング・発音全てを万遍なく教えてくれます。日本の大学の英語の授業との大きな違いは、発言する機会の回数です。眠くなる暇もないくらい、常にディスカッションを行ったり、先生にあてられます。また、プレゼンテーションも頻繁にあり、多い時では 1 週間に 8 回ほどプレゼンテーションを行いました。初めはクラスメイトの前で英語を話すことにとても緊張しておりましたが、徐々に慣れ、今では人前で話すことに抵抗がなくなりました。また、先生方も本当に親切な方ばかりで、常に生徒一人一人を寄り添い、わからないことがあれば授業前や後でもマンツーマンで親切に対応してくださいました。その授業スタイルのおかげで、自分でも実感できるほど英語力はとても伸び、最後は1番上のクラスを卒業することができました。また、帰国後に受けた TOEIC では点数が約 200 点上がっていて、1 年間カナダで学んだことが全て身になっていたことが分かりました。

【ホームステイ】

1 年間お世話になったホストファミリーはフィリピン人の家族だったのですが、私に対して本当の家族のように接してくれました。ホストファザーとマザーは共働きで忙しいにも関わらず、毎日私のランチと夜ご飯を作ってくれて、家でも「今日は学校で何をしたの？」と常にコミュニケーションをとってくださいました。中学生と高校生のホストシスターとブラザーも夕食の時間に私に英語を教えてくれたり、私に対して実の姉のように悩みを相談してくれたり学校での出来事を話してくれました。また、休日にはホストファミリーと海にドライブへいたり、夏休みには一緒に旅行にもいき、帰国時には離れる寂しさに涙が止まらないくらいまでに絆が深まりました。私がホームステイを出る日には「ここはあなたの家なんだからいつでも遊びに来ていいんだからね。」と私を抱きしめてくれました。振り返ると留学中辛いことはたくさんありましたが、ホストファミリーのあたたかさに本当に救われました。私の周りにはホストファミリーと合わず、何度かホストファミリーを変える友人もいたので、そこがホームステイの難しい部分だと思いますが、ビクトリア大学のホームステイ担当の方は常に臨機応変に対応してくださるので、安心してホームステイをすることができると思います。

【異文化理解】

カナダは多国籍文化なため、多くの国の友人と出会うことができました。4 月に渡航した際、語学学校には日本人がとても多くいて少しショックを受けましたが、自分の意識次第で日本人と一緒にいないようにしたり日本語を話さないことはできます。私が最も仲良かったのはメキシコとコロンビアの友人だったのですが、彼女達は常にその瞬間瞬間を楽しんでいて、表情が豊かで、私が辛くて泣いている時には一緒に泣いてくれるなど、日本の友達よりも距離が近く、なんでも言い

合える関係でした。また、自分が異文化を学べただけでなく「私の人生の中で初めて出会った日本人があなたで、あなたのおかげで日本人は本当に優しいことが分かった。日本に是非遊びに行きたい。」と言ってもらえたこともすごく感動し、今後も私と出会ったことで日本は素敵な国だと思ってもらえるように、自分自身、日本人としての誇りを持ち、仕事をしていきたいと思うようになりました。

1年間を通して、留学生活は自分の意識と行動で180度変わることをとても実感しました。その点では、なぜカナダで英語を勉強しているのかを常に頭に入れ、自分に厳しく努力することができたと思います。また、英語を伸ばすことだけでなく、日本ではできない沢山の経験をするのができ、人としても大きく成長できました。1年間で出会った友人とサポートしてくれた方への感謝を忘れず、このカナダでの経験を今後の人生に活かしていきたいです。

留学先	カナダ・ヴィクトリア大学
留学期間（半年/1年）	半年
留学開始時の学年	3年生
派遣先での授業	語学センターの授業
宿舎	ホームステイ
スマホ・携帯電話はどうしていたか	日本からSIMフリー端末を用意して現地でSIMカードを購入 →金額など詳細： カナダ提携してる携帯会社、RogersのSIMカード本体 1000円程度をAmazonで購入。現地の携帯屋さんで契約して月15GBで5000円程度。
現地での資金調達は どうしていたか	私の場合、ホームステイ代は別として、月10万ほどVISAカードにチャージしてもらい、その金額で1ヶ月分食費やその他の生活費を使用していました。
現地で困ったので日本で準備した方が良かったこと	生理用品、薬。 生理不順のため、生理が突然来たり、長い期間続いたことがあり、カナダのナプキンでは性質が日本のものと違うため余分に多く持ってくることをお勧めします。 薬に関しては自分が今まで飲んで合っているものを多めに持ってくることをお勧めします。カナダには日本のものも売っていますが、品数が少なく、値段が倍し、いつ体調を崩すかわからないため多く持参するべきだと思います。
留学を考えている後輩へ伝えたいこと	半年の留学経験を経て、伝えたいことは留学前にしっかり勉強をして対策することです。例えば留学前、留学後の英語力を比較するためにも英検やTOEICを受験すれば自分はどの分野が苦手かまたは伸びているか明確に理解することができる。また、留学行く行かないに関わらず、単語練習やCNNニュースを聞いて海外では何が起きているか情報を知ることができ、留学に行った際にその話題で現地の人とディスカッションすることができ、現地の方々が実際どう思っているか実際の声や考えを聞くことができます。単語練習は、現地の学校で勉強するときや、実際関わる際に多く単語を知っておくことでお互い関わりやすいと思います。そのためにもただ単語練習をするのではなく、英語の本を読んだりするのもお勧めします。またNetflixなどで好きな洋画を繰り返し見て、字幕なしで挑戦し耳をならしておくと、ネイティブの方と実際話するときコミュニケーションが取りやすいと思います。

学校にはいろんな国籍の方や実際にその大学に通っている学生もいるので、食堂で話しかけて見たり、サークルや部活が行われている時期があれば、積極的に参加することがとてもいい経験になり、スピーキング力の向上になると思います。また、留学生活では初めてのことばかりだと思うので、分からないこと困ったことがあれば、はっきり言うことも必要です。学校のスタッフの方、学校に通っている方、現地に住んでいる方はとても親切なので助けてくれるはずですよ。

留学最終報告書：ヴィクトリア大学留学を振り返って

私は 2022 年4月2日から9月3日までの五カ月間、カナダ・ヴィクトリア大学を留学していました。留学した主な理由としては、私は以前コロナ禍だったため、春休み期間中にオンラインで、ヴィクトリア大学の授業を受講し、その経験を通して、分かりやすさ授業に対する積極性を感じとても充実した時間を授業を通して、学ぶことができたため、今度はヴィクトリア大学で直接学んでみたいと強く思ったことと、スピーキング力、リスニング力、ライティング力などの英語力向上とカナダ・ヴィクトリア大学(UVIC)では、さまざまな国の生徒を歓迎し学びの場を設けているため、直接留学を通して、世界各地の文化や言語を学ぶことができるため、この学校を選ぶことに決めました。この半年間とてもいい経験となりました。そして留學生活は、毎日が衝撃の連続と言っているほど刺激を受ける毎日でした。実際の授業態勢としては現代の社会問題や日常生活におけるディスカッションが多く、必ず授業で行っていました。話すことでクラスメイト全員が参加型だったため、一つ一つの授業が、とても五ヶ月間これらの留學生活を終えて、3つ学んだことがあります。

ヴィクトリアという地域はさまざまな面で多様性に優れていて、受け入れ、それぞれが自立しているということです。例えば、LGBTQ や私生活、そして言語です。

初めに、LGBTQ について話します。カナダではレズビアン、ゲイ、バイセクシュアル、トランスジェンダー、クエスチョニングなど、性的マイノリティの差別なく、そして自分のアイデンティティを大切にすることがごく自然に行われているということです。実際にヴィクトリアで行われたLGBTQ のイベントでプライドパレードに参加した友人が、「自分の性を気にせず、さまざまなカップルが認め合って存在し、堂々と道を歩いていることに幸せを感じていて猛烈に最高だ。」と言っていました。私はそれを聞いて他の人と比べずにできる地域だと改めて実感しました。

二つ目に私生活についてですが、学校に行く時や毎日利用した、バスではもちろんバリアフリーが充実しており、例えば障害者の方やご老人の方で車椅子や手押し車を利用した場合にほとんどの運転手の方が車体を下げ、入口の所にスロープを出して段差を無くして、乗りやすくしたり、前の座席は折り畳み式で席を自由に作ることができ、車椅子や手押し車等を利用している方々に対する配慮が素晴らしいと感じました。そして、私自身もヴィクトリアに滞在している際に習慣化されたことがありました。それは語学学校の先生、ホストファミリー、ヴィクトリア大学の生徒も口を揃えて言っていたのですが、ヴィクトリアの素晴らしい文化で、自分たちがバスを降りる際に必ず「Thank you.」または「Thank you Driver.」とすることです。カナダ滞在中バンクーバーという他の地域を訪問したことが何回かありましたが、ヴィクトリアだけ感謝の言葉を言うことが習慣化されており、感謝を忘れない心はとても素晴らしいことだと改めて実感することが出来ました。

三つ目は言語についてです。ヴィクトリア大学の語学学校では、多くの国籍の生徒が通っていました。例えば、メキシコ人、コロンビア人、イラン人、ケベック人、ウクライナ人、韓国人、などの生徒たちが通っていました。実際その方々たちとお話してみると英語以外の言語を日常会話を交えながら学べると言うことはとても充実した時間となりました。また授業の際もクラスメイトはもちろんさまざまな国籍の方が出席していました。そこで、日本人もちろん国が違えば、それぞれの英

語の訛りがありました。それに対してカナダに住んでいるネイティブの方でしたが、きちんと耳を傾けてコミュニケーションを取っていました。日本では発音が違ったら少し伝わらないことがあります。しかし英語はさまざまな国の方が話している英語でも伝わり、発音をお互い理解し尊重しあい、研究してみたいと思いました。

最後にこの留学経験を通し、ただ楽しいということだけではなく、さまざまな出会いがあり、言葉の壁もありましたが、貴重な経験をできたとともに新しい言葉を覚える楽しさを実感して、現時点での私の将来の目標としては常に新しい出会いと毎日が新しい言葉との出会いである通訳者になりたいという挑戦性を持つことが出来ました。

留学先	カナダ・ヴィクトリア大学
留学期間（半年/1年）	半年
留学開始時の学年	2年生
派遣先での授業	語学センターの授業
宿舎	ホームステイ（サマープログラム受講時のみ外国人専用寮）
スマホ・携帯電話はどうしていたか	日本からSIMフリー端末を用意して現地でSIMカードを購入 →金額など詳細：カナダはフリーWi-Fiスポットがたくさんあると聞いていたので、一か月2Gで1000円弱のSIMカードを買っていきました。
現地での資金調達は どうしていたか	現地のATMでおろしていました。
現地で困ったので日本で準備した方が良かったこと	特にありませんが、カナダは物価が高いため消耗品はできる限り持って行ったほうがいいと思います。
留学を考えている後輩へ伝えたいこと	ヴィクトリアはとても治安もよく適度に栄えていてとても過ごしやすいところです。留学するということはとても大きな決断で不安なこともたくさんあると思いますが、期間にかかわらず現地で英語だけで生活するという事は必ず力になると思います。

留学最終報告書

私がヴィクトリアで過ごした 5 か月間は、ほかの何にも代えられない素晴らしい経験になりました。出国前の準備中や、空港で家族と別れたときは不安でいっぱいでもう今から留学をやめてしまおうかと思ったことも実は何度かありました。しかしぎ現地についてみて 日本で暮らしているとは絶対に出会うことのできなかつたたくさんの人と出会い、カナダならではの経験をたくさんしていくうちに、勇気を出してここにきて本当に良かったと心から思えるようになりました。

特に記憶に残っているのは、ホストファミリーの家で親せきをたくさん呼んで開いたイースターパーティーです。日本にはほとんどイースターの文化はなく、どんなことをするのか全く予想もついていませんでしたがイースターバニーが隠した卵を探したり、たくさんお菓子を食べたりととても楽しい一日になりました。

私はホームステイと寮での一人暮らしのどちらも経験しましたが、それもまた自分自身を成長させるよい決断だったと思います。最初の 3 か月をホストファザー、ホストマザー、そして 12 歳のホストシスターのいる家で過ごし、そこではカナダの家庭料理を食べたり、親戚が集まったりしたときにはみんなでゲームをしたりと、現地の人と同じ生活を楽しみました。そして最後の 2 か月は大学の寮に入り一人部屋で過ごしました。そのときは、ホームステイ先ではできなかった友達を部屋に呼んでのパーティーや、朝までパブで飲んでの朝帰りなど、若者らしい生活を楽しむことができました。

私のカナダでの生活をこんなに楽しくしたのは、現地ですきたたくさんの友達です。残念なことに私はカナダの友達はあまり作ることはできませんでしたが、学校で出会ったいろいろな国出身の友達はたくさんできました。特に韓国とブラジル出身の女の子ととても仲良くなり、カナダにある韓国料理、ブラジル料理、日本料理のお店を回ってそれぞれの国の自慢の食べ物を紹介しあったり、自国の恋愛あるあるを語ったりして日本との違いと同じところをたくさん知ることができました。この経験を通して、私は英語をコミュニケーションの手段として学ぶということを理解したように思います。これまでは英語は学校の授業で習わなければいけないから学ぶ、試験に合格するために単語を覚える、テストの点数がほかの強化よりも少し高いから英語が好きだ、というように何の目標も達成感もなく英語を勉強してきました。しかしもちろんカナダでは聞こえてくる言葉は全部英語で、英語で伝えなければ何も伝わらない。自分の言いたいことを伝えるための手段としての英語だということを身をもって感じ、英語を学び使うことの楽しさを知りました。

ここで学んだことを無駄にしないためにも、英語を学び続けて様々なことに積極的に挑戦していきたいです。

留学先	カナダ・ヴィクトリア大学
留学期間（半年/1年）	半年
留学開始時の学年	4年生
派遣先での授業	語学センターの授業
宿舎	ホームステイ
スマホ・携帯電話はどうしていたか	日本で Phone Box を契約し、e-SIM を入れた状態で使用していた。月7GB で約 4~5,000 円。家や学校の Wi-Fi があったので、使い切ることはなかった。アメリカに旅行に行った際は、アプリでギガを購入し、ホテルの Wi-Fi を使用しながら過ごした。
現地での資金調達は どうしていたか	Money T Global というデビットカードを使用していた。カナダに行く前に、まとめて入金したため、一度しか追加することはなかった。使用した後すぐにメールが届き、何ドル使用したか、またそれを日本円に換算した金額、残高を同時に確認できる点良かった。しかし、何故か小規模店舗等に置かれているモバイル決済の様な（タブレットスタンド？の）機械では使用できなかったため、そういう時のために、サブのカードと現金を一緒に持つようにしていた。
現地で困ったので日本で準備した方が良かったこと	<ul style="list-style-type: none"> ・レターセット・メッセージカード <p>カナダで売っているものは、二つ折りでハードな素材のものばかりだったので、柔らかい紙に書きたい人や日本で売っている様なデザインが好きな人は、買って行って良いと思う。友人に短文の小さなメッセージカードをあげたかったが、どこのお店を探しても高額のものしか見つけれなかったため、持って行かなかったことを後悔した。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・機内持ち込み OK のキャリーケース <p>帰国前のパッキングで、荷物が入りきらず、最終的に大量の服を寄付することになったので、機内持ち込みできる大きめのバッグやキャリーケースを持って行けば良かったと後悔した。旅行する時にも使えるので、持って行って損はないと思う。3個目の大きなキャリーケースを購入する友人もいて、それもありがたかったかなと思う。</p>
留学を考えている後輩へ伝えたいこと	海外に行かなくても語学力は磨くことができますが、長期間滞在してこそわかることや学べることもたくさんありました。自分の行動次第ですが、行けばきっと沢山の人と出会い、様々な経験をすることができると思います。留学は簡単な選択ではありませんが、どちらにしても後悔のない選択ができるよう応援しています。

留学最終報告書

私は、この約7ヶ月の留学を経て、特に成長したと感じるものがある。それは、間違いを恐れずに発言する力だ。間違えたら恥ずかしいと感じて、最初はあまり発言できなかったが、授業の中ではペア・グループワークが多く、常に発言を求められる環境があったため、自然と発言することに抵抗を感じなくなっていた。また、2月に参加したボランティアは、自ら街の人たちに話しかける機会があった。予想外の質問をされた時に上手く返答できなかったことが悔しかったが、学校の授業だけではわからないリアルな会話の表現を知ることができた。伺ったお店の中には、実際に働いている日本人との出会いもあり、自分の将来を考える上での参考になった。積極的にホストファミリーへ話しかけたことも、自分の英会話能力の向上につながった。最初はホストマザーが夕食後にテレビ鑑賞に誘ってくれても、学校で疲れていて課題もあるからと断ることが多かったが、学校に慣れてきてからは一緒にテレビを見るが多くなり、テレビを見ながら、わからない単語があったら聞いて教えてもらい、最終的には3、4つの番組を見終わることができた。さらに、私はLearning Centerの個人レッスンもよく利用していた。Writingの添削や、期末テスト前にspeakingテストの対策として、自分の苦手分野に合わせたレッスンを行ってもらった。その先生には正直に私の苦手な部分、与えられたお題に答える時に考え込んで言葉に詰まってしまうことを指摘され、それを直すために何度も練習に付き合ってもらった。クラスの先生にも個人的にレッスンをしてもらい、そこでは最近あったことなどを自由に話し、最後に文法や発音のミスを直してもらった。これらを通して、様々な方面から練習や経験を重ね、以前より自信を持って発言することができるようになったと感じる。

こうして私が頑張ることができたのは、先生やホストファミリーはもちろんのこと、私を支えてくれた友人の存在も非常に大きかった。特に、私のルームメイトだ。新しい環境の中で過ごすとともに、新しい悩みや考えが増えていった。私は、普段そういった自分の気持ちをあまり人に話さないが、そんな私に対して彼女は、先に自分のことを話して、これからお互いに自分のことを話す時間を作ろうと言ってくれた。そのおかげで、私は無駄なストレスを溜めずに楽しく毎日を過ごせたので、彼女には本当に感謝している。また、他にも友人達との思い出が沢山あり、特に帰国する一週間ほど前に、次の学期まで残る仲の良かった3人のクラスメイトが、ドライブしながら私が行きたかった場所に行こうと計画を立ててくれたことが、とても記憶に残っている。正直、車でしか行けない場所に行くのは難しくほとんど諦めていたので、本当に嬉しかった。彼らは1月からのクラスメイトで、まだ仲良くなってからあまり経っていなかったが、以前から友達だったと感じるくらい一緒にいて楽しかった。また、留学中ずっと年下に囲まれて過ごしていた私にとっては、彼らは全員が自分より年上で社会経験があり、いつも何かしようとして誘ってくれて、思い返すといつも彼らに甘えていたし、時には将来について相談して、かなり心の拠り所となっていた。日本でもそんな関係の友人はいなかったのので、こうして出会えて良かったし、これからもこのような関係を大切にしたい。

最後に、私は休学をして4年生での留学で、留学準備中に就活を頑張っている友人を見ながら、本当に卒業を先延ばしにしてまで行く意味があるのか、働いてお金を貯めてから行くこともできるのではないかと考えることもあった。しかし、今回の留学を通して沢山の人の出会い、学生のうちに自分の価値観や考えを大きく成長させられる経験ができたことは、それだけの時間をかけ

る価値があったと感じる。また、留学中に友人と将来の話をする、そのほとんどが海外で仕事がしたいと言っていたことが印象に残っており、留学前に、それは現実味がないことだと思っていたが、今ではそれが自分にとっても1つの選択肢となっていることを実感した。選択肢が増えた分、悩むことも増えたが、この7ヶ月間の経験をこれからの活動に活かせるよう努力したい。

留学先	カナダ・ヴィクトリア大学
留学期間（半年/1年）	半年
留学開始時の学年	2年生
派遣先での授業	語学センターの授業
宿舎	ホームステイ
スマホ・携帯電話はどうしていたか	日本からSIMフリー端末を用意して現地でSIMカードを購入 →金額など詳細：カナダに行く前にネットでカナダで使えるSIMカードを購入した。値段は1か月70ドルくらいのもを使っていました。
現地での資金調達は どうしていたか	国際デビットカード（楽天デビットカード）を日本で作って、親に口座に月に一回振り込んでもらっていました。
現地で困ったので日本で準備した方が良かったこと	全体的に物価が高く、メイク用品は日本のキャンメイクのようなプチプラのコスメが無いので、メイク用品は日本から持っていくべきだと思いました。
留学を考えている後輩へ伝えたいこと	留学に行く前にある程度の英語力はあった方がいいです。ショッピングをする際や、最初に友達を作るときに日常会話ができる方がいいと思いました。また、留学するなら1年間の方がいいのかなと思います。私は半年間の留学でしたが、まだまだヴィクトリア大学にいたいと思いましたし、大体3か月くらいでプログラムが変わり、人が入れ替わるのでいろいろな人に出会うにはできるだけたくさん時間いればたくさんの人と出会えると思います。どうせだったら、1年間留学した方がよりたくさん経験をできたと思います。

留学最終報告書

私は 9 月から3月末までの半年間カナダのヴィクトリア大学というところに留学していました。たくさんの思い出が出来ましたし、友達もできました。たまに留学しに戻りたいと思うほどいい経験が出来ました。カナダの生活は人生で一番と思うほど充実していました。

ヴィクトリア大学はとても広くて、大学の敷地内にカフェテリアやご飯を食べるところ、図書館、ジムなどたくさんの建物が建っています。私のお気に入りの場所はスタバと図書館でした。スタバは日本では味わえない味がたくさんあってとてもよかったです。スタバで勉強もしていました。図書館に比べて音楽がかかっている静かではなかったので主に集中なくていい課題をするときに利用していました。図書館はとても大きくて、たくさんの本がありました。図書館の 1 階にはカフェテリアがあり、そこでも勉強ができます。私はカフェテリアにあるホットチョコレートが大好きでした。一時期毎日ホットチョコレートを飲んでいました。ホットチョコレートを片手に授業を受けたり、図書館で勉強していました。図書館の地下はとても静かで集中したい時によく利用していました。2階に上がると、友達と話しながら勉強できるスペースなど、利用目的に合ったスペースがありました。とても素晴らしい施設が集まった大学だと思います。

私はホームステイ先を1回変えたことがあります。1軒目の家はカナダ人の老夫婦とその子供、同じプログラムの日本人の女の子がいました。朝昼晩の3食作ってくれて、最初はとてもいい人たちだと思っていました。他の家は朝と昼は学生自身が作るという所もあります。仲良くなろうと、早めに帰っていました。一緒にボードゲームをしたり、話したりしていました。ですが、だんだんと冷たくなっていきました。夫婦2人でゲームをしていたので「私もしたい。教えて。」と言ったところ「今度ね。」と言われ、夫婦2人で楽しんでいました。そのゲームは結局教えてもらっていません。そして、たまに 1 週間前くらいの夕飯をお昼として出されたことがあります。カナダでは数日前のものを出されるのは普通のことなので、3, 4日は許容範囲でしたが、さすがに 1 週間前くらいの夕飯をお昼として出されるのは私的には許容範囲外でした。カナダには感謝祭という行事があり、家族みんなで集まってターキーなどのごちそうで祝うものなのですが、オーブンが故障していたみたいで、メインのターキーが焼けなく、結局父親と息子さんがハンバーガーを買いに行きました。とても楽しみにしていたので、その分ショックも大きかったです。最後に私が家を変えようと思ったきっかけはマリファナの匂いが家全体に充満していた時が 1 回だけでなく、何回かあったからです。ファミリーに言ったところ、「私たち家族のだれもすっていない。」と言われ、逆に怒られました。そして、家を移れるとなった時にファミリーに言わないといけなくなり、言ったところ、キレられました。一緒に住んでいた日本人の子がほとんど言ってくれたのですが私1人だったら、絶対に家を移れなかったと思うのでとてもその子には感謝しています。その日本人の子がルームメイトで無かったら、私は早く日本に帰りたと思っていたでしょう。2 軒目のホームステイ先はとてもよかったです。1 軒目に一緒に住んでいた日本人の子とは離れてしまいました。フィリピン人で、夫婦と子供が 2 人、初めの 2 か月くらいは高校生のオーストラリア人とイタリア人と一緒に住んで、二人が母国へ帰った後にイタリア人とメキシコ人、メキシコ人がいなくなって、中国人が来て、その子は 2 週間く

らいでいなくなってしまう、私が暮らしていた最後の方は、ルームメイトはイタリア人だけでした。食事は朝は各自で、昼と夜は作ってくれていました。12月に引っ越したのですが、クリスマスには泊りでバンクーバーへ行き、クリスマスディナーを家族みんなで食べようと言われ、後から入ってきた私をととても歓迎してくれました。結局クリスマスは大雪でファザーの仕事もあるしバンクーバーに行くのはやめておこうとなりました。家で過ごしたのですが、たくさんのごちそうとゲームをしました。プレゼントもくれました。とても楽しかったです。私の誕生日もごちそうを作ってくれて祝ってくれました。そして、プチ旅行でヴィクトリアとバンクーバーの間にある小さな島に連れて行ってくれました。最後のごはんは、私が行きたいレストランまで行ってくれました。とても嬉しかったです。私は半年間で2軒のホームステイを経験できたのですが、やはり大切なのは言葉にすることなのだと思いました。言葉にできなかつたら行動で示したり、自分の意志はとても大事だと思います。また、夕飯の有無の連絡などは頻繁にとらないといけないと思いました。

私は1軒目の家の居心地が悪かったので、できるだけ外で過ごしていました。外で過ごすことによって、家の中ではできない体験をたくさんしたと思います。その習慣がついており、2軒目の家はとても居心地がよかったです。外で過ごす時間が多かったです。家の中にいてYouTube や Netflix などを観ていても、日本の生活とほぼ変わらないです。せっかく留学に来ているので、誘われたら断らずに行ったり、自分からここに行きたいと、とにかくフットワークを軽くしました。私は日本では家に籠っている人間だったのですが、留学先ではひたすら外に出ていました。帰国した後も家にいるより外の方が楽しいと感じるようになりました。

私は、コミュニケーション力が良い方ではないので、英語力が足りないというより、コミュニケーション力を上げてから留学をすればよかったなと思いました。海外では自分の意志などをたくさん発言しなければならないことがあったので大変でした。特にディスカッションの際はとても緊張しました。ですが、私の周りはとてもいい人が多かったので助けてくれたり、理解してくれていました。本当にいい人たちに出会ったと思います。留学してよかったです。