

## 留学報告書

## アメリカ合衆国・ハワイ東海インターナショナルカレッジ

学部学科・研究科専攻	農学部食生命科学科		留学時学年	3年
留学先	国	アメリカ合衆国	大学/機関	ハワイ東海インターナショナルカレッジ
	2025年2月11日～2025年3月12日			
期間	短期		計1ヶ月	

## [1] 参加した語学コースの時間数/科目名 (受講科目・複数可)

## ・授業時間数:

平日のみ・1日4コマ (午前と午後それぞれ2コマずつ)

## ・科目名:

午前: English Conversation・Reading &amp; Writing

午後: Speech・American Culture

時間	月	火	水	木	金	土	日
08:30~11:40	○	○	課外活動	○	○	Free	Free
14:00~16:40	○	△	UHWO	○	○	Free	Free

△火曜日は翌日の課外活動の説明・予習時間のことが多かった

※初日と最終日に TOEIC テストを受験

※最終日に自己スピーチ

## [2] 授業内容について教えてください。

(クラス人数、国籍割合、担当の先生、授業方法、使用教材等)

クラス: 7人、日本人のみ (HOPES 参加者)

担当の先生: Ms. Chandra Luchetti, Mr. Daniel Pelt

他対面での少人数クラス、アクティブラーニング

教材: ハワイ東海オリジナルのテキスト

## [3] 課外活動・研修旅行・余暇の過ごし方について教えてください。

## ・課外活動・研修旅行:

真珠湾アリゾナ記念館、ハワイプランテーションヴィレッジ、ハワイ東海のボウリングイベント、ハワイ大学ウエストオアフ校（UHWO）の授業見学、オアフ島ツアー、ホノルルフェスティバルのボランティア

・余暇：

買い物（アラモアナショッピングセンター、カマカナアリィ、パールリッジセンター etc.）、観光（ハレイワ、ラニカイピルボックス、アウラニディズニーetc.）、アクティビティ（ダイヤモンドヘッド登山、スキューバダイビング、パラセーリング）、海・ビーチ（ワイキキビーチ、コオリナビーチ）

#### [4] 派遣先でよく使った施設について教えてください。（図書館、学生会館、スポーツ施設等）

- ・UHWO のカフェテリア・カフェ
- ・コオリナビーチ

#### [5] 宿舎（寮やホームステイ）での生活について教えてください。

部屋：4 人部屋を3人で使用

様子：

- ・ルームメイトとは仲良く特に問題なく過ごせた。
- ・他のカリキュラムでハワイ東海に来ている東海大学や東海大附属中学高校の学生が代わる代わる寮に滞在しているため、日によって寮内の設備が混んでいることがややあった。
- ・シャワールームにはスノコやバスマットのような裸足で上がれる場所はないため、ビーチサンダルが必須だった。
- ・寮内清掃は平日のみのため、土日祝日はごみが溢れていることが多かった。
- ・部屋には冷蔵庫・エアコンが設置してあるが、湿度が高いため洗濯物の乾燥に苦労した。（ジーンズ、厚手のスウェットなど）
- ・ハワイの気候のためか、ゴキブリやムカデがやや出たため、虫よけが必要だった

#### [6] 留学中に楽しかったこと、苦労したことを教えてください。

楽しかったこと：

- ・ハワイの美しい海や自然の中で毎日過ごせたこと
- ・UHWO の学生と交流できたこと
- ・日本では購入できない、ハワイ・アメリカ限定の商品を購入できたこと

苦労したこと：

- ・どこのトイレも扉上下の隙間が広いよくある海外のトイレで慣れなかった。
- ・現地の食事に慣れるまで時間がかかったこと（同じような食事内容ばかりで飽きた）
- ・日本食を気軽に入手できなかったこと

## [7] 留学の成果について教えてください

### 語学力の向上

初回よりも TOEIC の点数が向上したと思う。また、英語を話すことに対する恐怖心が薄まった。  
ライティング力の向上・初回は100字に満たなかったが、だんだんと文章を長く書けるようになった

### 専門知識の向上：

今回は語学留学だったため、専門知識や自分の専攻分野についてほとんど触れることはなかった。

### 自己成長など

- ・文法や発音にとらわれず、積極的に英語を話すことができた。
- ・人間性の向上（他文化への尊重、日常のありがたみ、向上心）
- ・海外における自己防衛
- ・ハワイの歴史および日本との関わりについて知ることができた。

## [8] 来年度に留学を希望する学生へのアドバイスをお願いします！

積極的に英語を話すようにしてほしいです。1ヶ月は思っている以上に早いです。日本食（インスタント味噌汁・麺、和風パスタの素）や日本のお菓子（特に抹茶味）を日本から持参することをお勧めします！日本食が恋しくなった時や、現地の学生と交流する際に重宝します。その他の日用品（洗濯洗剤、服、シャンプーやボディソープ、医薬品など）は現地で調達できます。また、お気に入りの服や高価な服は持参しないでください。乾かないことや縮んでしまうことがよくありました。

- ・便利だったもの：卓上鏡、変圧器、食品ラップ、日本のティッシュ
- ・必要なかったもの：電子辞書、英和辞典（紙）…スマホで代用可、かなり荷物になる

## [9] 留学に関する費用の総額について内訳を教えてください。

項目※詳しく記入して下さい	金額（当時の日本円）
渡航費（旅行会社に支払った経費）	¥750,000
授業料以外の諸経費（教材費・課外活動・保険料等）	¥35,000
私生活における諸経費（食費・交通費・洗濯費等）	¥250,000
現地からの奨学金がある場合	¥0
お土産代や個人的な買い物	¥100,000
その他（ダイヤモンドヘッド入場料）	¥770
留学に関する費用の総額	¥1,135,770





