

留学報告書

カナダ・ブリティッシュコロンビア大学

| | | | |
|------------|----------------------|-------|------------------|
| 学部学科・研究科専攻 | 体育学部生涯スポーツ学科 | 留学時学年 | 1年 |
| 留学先 | 国 カナダ | 大学/機関 | ブリティッシュ コロンビア |
| 期間 | 2025年8月4日～2025年8月31日 | | |
| | 短期 | 計1ヶ月 | |

[1] 参加したコースの時間数と時間割

・科目名（受講した科目を全てご記載ください）：

【時間割】

| 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---------------|---|---|---|---|------|------|------|
| 9:00 - 12:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | Free | Free |
| 13:30 - 15:45 | ○ | ○ | ○ | ○ | Free | Free | Free |

[2] クラス編成や授業方法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）

17人/18人

日本：13,チリ：1,ブラジル：1,韓国：1,台湾：1/日本人のみ

Harmd,June/Nessa

文法、アクティブラーニング

[3] 課外活動や週末の過ごし方について教えてください。

大学内の博物館、庭園、研究室などを訪問し、バンクーバー市内の観光名所においてインタビューを実施した。

週末には観光地やアウトレットにて買い物を楽しんだほか、近隣の公園で散歩やサイクリングを行うなど、豊かな自然に触れる機会も多く得られた。

[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)

図書館、コンビニ、スタバ

[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：1部屋1人で使用

様子：同じ大学からの参加者4名が、同一のホームステイ先に宿泊した。

朝食はセルフサービスであり、昼食および夕食はホストマザーが準備してくれた。洗濯やゴミ捨ては週に一度、ホストマザーが行っていた。

部屋は一階に2部屋、二階に2部屋あり、私たちは主に一階で生活していた。そのため、ホストファミリーと生活空間が重なることは少なく、比較的自由に過ごすことができた。

[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：

ホストファミリーはとても優しく、私のつたない英語にも耳を傾け、理解しようと一生懸命に対応してくれた。積極的に話しかけてくれたり、私たちが快適に過ごせるようにいろいろと気を配ってくれたり、温かいサポートがありがたかった。

また、日本以外の国の友達もできて、それぞれの文化について詳しく知ることができた。考え方や習慣の違いがとても興味深く、母国語を教え合う時間も楽しい思い出になった。

さらに、「Meet up」という国際交流アプリを通じて参加した地元のビーチバレーは本格的で、みんなで体を動かしながら交流できたのがとても楽しかった。

● 苦労したこと：

授業や日常会話で、聞き取れない単語や表現が多く、理解が追いつかないことがあった。また、とっさに言いたいことが出てこず、沈黙してしまう場面も多くあった。

クラスに日本人が多く、現地の人とかかわるためには自主的にアプリを用いてコミュニケーションをとる必要があって大変だった。

[7] 留学の成果について教えてください

1) 語学力の向上：

毎日授業で分からなかった単語や、日常で出てこなかった単語をノートに書き込み、復習するようにしたら段々と出てくる言葉の量が増えてきた。

また、文法も意識して話すようにしていたら相手によく伝わるようになった。

2) 専門知識の向上：

環境問題に関する語句を頭に入れることで、より深い意見交換をたくさんの人と行うことができ、すごく勉強になった。

3) 自己成長など

この留学でたくさんの人に出会い、色々な議論を行ったことによって、自分の考えの幅が広がったし、すごく勉強になったことばかりだった。

また、たくさん文化に触れることでもっといろいろな世界を知りたいと思うようになり、勉強のモチベーションにもつながった。

[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！

私は大学一年生としてこの語学留学に参加しました。周囲の参加者は年上の方ばかりで、初めの頃はとても緊張し、心細く感じることもありました。しかし、多くの方々が親切に接して下さり、おかげで非常に貴重な経験を積むことができました。

初めての環境に不安を覚える方もいるかもしれませんが、実際には他国から16歳や17歳の若い学生も語学留学に参加していました。そのため、年齢を理由に戻込みする必要はまったくないと思います。むしろ、若いうちにこうした経験をすることで、視野が広がり、自分の可能性に気づくきっかけになると強く感じました。

一カ月という期間は非常に短く、気づけばあっという間に時間が過ぎてしまいます。そのため、限られた時間の中で、自分自身で学ぶ環境や習慣を整えることがとても重要だと感じました。特に、授業以外の時間をどう活用するかが鍵になると思います。

アプリや学校の支援システムを通じて、自分から積極的に人と関わり、英語を使う機会を増やすことが大切です。最初はすごく勇気が必要ですが、話しかけてみると意外と相手もフレンドリーで、会話が広がる事が多くありました。

短期間でも、自分の意識次第で得られるものは大きく変わります。受け身ではなく、自分から一歩踏み出すことで、語学力だけでなく人間関係や異文化理解も深まり、留学生活がより充実したものになると実感しました。

[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。

| 内訳 | | | 金額 (留学時の日本円) |
|----|--------------------------|-------------------------|-----------------|
| 1 | 短期留学者のみ | 旅行会社に支払った経費(授業料、フライト代他) | 1,020,000 |
| 2 | 中期・長期留学者のみ | フライト代 | |
| 3 | 中期・長期留学者のみ | 滞在費(寮費など) | |
| 4 | 教材費 | | 0 |
| 5 | 保険代 | | 30,000 |
| 6 | 私生活における諸経費(食費・交通費・洗濯費等) | | 23,000 |
| 7 | 個人的な買い物 | | 132,000 |
| 8 | その他() | | 0 |
| 9 | 留学に関する費用(1から8の合計) | | 約 1,205,000 |
| 10 | 受給した奨学金(奨学金名:) | | 0 |
| 11 | 留学に関する費用総額(上記9から10を引いた額) | | 約 1,205,000 |