

ブリティッシュコロンビア大学

留学報告書

| | | | | |
|------------|-------------------------|-------|-------|----------------|
| 学部学科・研究科専攻 | 観光学部観光学科 | | 留学時学年 | 2年生 |
| 留学先 | 国 | カナダ | 大学/機関 | ブリティッシュコロンビア大学 |
| 期間 | 2026年1月4日～2026年3月23日 | | | |
| | 短期・中期・長期 ※○で囲んでください。 | 計 3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): 最初の2ヶ月は EAP500、最後の3週間は ASPIRE600

【時間割】

| 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------------------------------------|---|---|---|---|------|------|------|
| 例) 9時～13時 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | Free |
| EAP 8:30～12:00 13:00～14:45 | ○ | ○ | ○ | ○ | Free | Free | Free |
| ASPIRE 9:00～12:30 13:30～15:45 | ○ | ○ | ○ | ○ | 午前だけ | Free | Free |

[2] クラス編成や授業方法について教えてください。

- 【例】クラス人数、国籍割合、担当の先生、授業方法、使用教材等

1月5日～2月26日

→EAP (English for Academic Purpose) 500 Reading & Writing, Speaking & Listening
東海大生7人、韓国人1人、トルコ人1人、メキシコ人1人の合計10人の少人数クラス。
教科書3冊で1冊大体1万円ほどです。また、先生から配られるプリントを使いながら4技能を重視したコースなので、宿題が多く、週にテスト2回ほどあります。さらに、課題やテストの出来具合によって点数が決まります。

2月26日～3月20日

→ Aspire Intensive600 Integrated Skills, Project

3週間の日本人のみの20人クラス。

このコースはスピーキング重視のため、教科書はなく、先生から配られるプリントを使い、ディスカッション多めの授業です。また、午後の授業ではグループワークを行い、週に1回は発表があります。

[3] 課外活動や週末の過ごし方について教えてください。

最後の3週間のコースでは、学内にある博物館を訪れ、調べ学習を行いました。さらに、グループワークの一環として学外に出て現地のコミュニティセンターを訪問し、情報収集を行ったうえで、その内容をもとに発表する機会もありました。

また、UBCにあるELIという語学学校に通っていましたが、学校に来ていたツアー会社の説明を聞き、プランを予約し3泊4日のロッキー山脈旅行にも行きました。また、放課後にはUBCで開催されたアイスホッケーの試合を観戦するなど、現地ならではの体験も楽しみました。

週末には友人とともにバンクーバー市内やその周辺へ出かけることが多く、家で過ごすことはほとんどありませんでした。さらに、放課後にはSNSで見つけた「Language Exchange」という交流会にも何度か参加しました。これは日本人と日本に興味のある人々が集まる交流イベントで、17時から19時までの2時間の中で、30分ごとに相手を変えながら4回の会話を行う形式でした。年齢や国籍の異なるさまざまな人々と交流することができ、大変有意義な時間となりました。また、交流会で知り合った人と、その後一緒に食事に行くこともあり、交流の輪を広げることができました。

[4] よく利用し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)

最初の2か月間はEAPの授業で課題が多かったことに加え、このコースが秋学期の期末試験の時期と重なっていたため、UBCにある図書館へ行って勉強することが多くありました。

また、NESTという学生ホールのような建物があり、カフェやレストラン、バーなどが入っているため、放課後には飲み物を買って、そこで友人とよく会話を楽しみました。

[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：

ホームステイ先ではホストマザーと二人で生活していました。ホストマザーはイギリス系カナダ人で、元国連職員であり、さらに教師の経験もあったため、英語だけでなく、テーブルマナーや対人コミュニケーションについても多くのことを教えていただきました。

住居は地下1階と地上2階からなるタウンハウスで、私は2階の個室を使用していました。部屋にはクローゼット、ツインベッド、勉強机、椅子、ソファ、棚がすべて付けられており、生活に不便はまったくありませんでした。また、洗面所と浴室は一人で使うことができました。

食事は1日3食すべて用意していただく形式でした。朝食はシリアルやトースト、ご飯、ヨーグルトなど、日によって異なるメニューが提供されました。昼食は主にサンドイッチと果物で、加えて昼休みに食べる軽食も用意していただきました。ただし、ホストマザーがベジタリアンであったため、肉料理は週に1回程度でした。そのため、野菜があまり得意ではない私にとっては、食事の面で苦労することもありました。

夕食と朝食はホストマザーと一緒にとることが多く、毎日その日の出来事について話す時間があり、1日あたり2時間は少なくとも会話をしていました。こうした時間を通して、英語力だけでなくコミュニケーション能力も向上したと感じています。

また、立地も良く、学校やダウンタウンへはどちらも約20分でアクセスできる便利な場所でした。生活上のルールは厳しくなく、夜10時以降の入浴をできるだけ控えることと、洗濯が週1回であることくらいでした。洗濯はホストマザーが行ってくれており、他のホームステイでも週1が一般的であったため、特に不便は感じませんでした。

当初は食事が合わず苦労することもありましたが、自分からリクエストをしたり外食の機会を増やした

りすることで、次第に対応できるようになりました。最終的にはホストマザーとの関係も非常に良好になり、帰国時には別れを惜しんで涙を流したことも、今では大切な思い出の一つです。

[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：

カナダでは、日本人だけでなく、多国籍のさまざまな人々と出会い、年齢や国籍の異なる人々と交流する機会が増えました。そうした交流を通して、価値観や人生経験の違いに触れ、多くのことを学ぶことができ、これまで以上に視野が大きく広がったと感じています。また、カナダは多文化国家であり、さまざまな言語が飛び交う環境の中でも周囲の目を気にすることなく過ごすことができ、非常に居心地の良さを感じました。

さらに、カナダならではの生活スタイルや食文化を日常生活の中で楽しむことができました。友人の家でホームパーティーに参加し、夜遅くまで過ごすといった日本ではあまり経験できない体験をすることもありました。加えて、自然が豊かな環境の中で山やビーチに出かけたり、散歩を楽しんだりすることもできました。そのほか、日本では観戦する機会の少ないアイスホッケーやラクロスの試合を観戦するなど、多くの新しい経験をすることができました。

● 苦労したこと：

苦労したことは、主に食事と対人関係です。特に食事は、ホストマザーがベジタリアンだったため肉料理が少なく、野菜があまり得意ではない私にとっては最初が大変でした。また、さまざまな人と関わる中で、対人関係の難しさを感じることもありました。

さらに、最初の2週間ほどはホストマザーとのコミュニケーションもうまくいかず、自分の言いたいことがうまく伝わらなかったり、意図と違うふうに受け取られてしまったりすることもありました。しかし、そうした経験を通して、自分の考えをはっきり伝えることの大切さを学ぶことができました。

[7] 留学の成果について教えてください

1) 語学力の向上：

リスニング力とスピーキング力が大きく伸びたと感じています。特に、人と会話をする中で自然なリアクションが取れるようになり、以前よりもスムーズにコミュニケーションができるようになりました。

2) 専門知識の向上：

語彙力が大きく向上し、使える単語の数が増えました。また、授業で扱ったトピックを通して環境問題の現状について理解を深めることができ、今後は自分も意識して行動していきたいと感じました。さらに、多国籍な環境の中で過ごすことで、異文化理解も深めることができました。

3) 自己成長など：

以前から人と話すことには抵抗はありませんでしたが、カナダでの生活を通して、さらにコミュニケーション能力が向上したと感じています。会話のキャッチボールが以前よりも上手になり、相手に合わせたやり取りができるようになったと感じます。また、問題解決能力や新しい環境への適応力も高まったと感じています。さらに、視野も広げることができ、様々な価値観を受け入れるようになりました。

[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！

まず、英語がどれだけ伸びるかは人それぞれだと思いますが、自分から積極的に学ぶ姿勢があれば、しっかり身につくと思います。留学に行くこと決めたら、モチベーションを保つことも大切だと感じました。

また、実際に現地に来てみると、想像していたものと違うと感じることもあると思います。すべてが楽しいことばかりではないかもしれませんが、その分得られるものも大きいです。ホームステイなどで合わないと感じた場合は、自らなんかないと何も変わりませんので、まず自分にできる工夫を試みたり、リクエストを伝えたりすることが大切です。それでも難しい場合は、無理をせず変更することも一つの方法だと思います。

最初は不安も多いと思いますが、できるだけ前向きな気持ちで過ごすことが大切です。自分の考え方や行動を少し変えるだけで、状況も大きく変わると感じました。また、英語に自信がなくても、間違いを恐れずに話してみることが大切だと思います。最初の一步を踏み出すことで、少しずつ成長を実感できるようになるはずですよ。さらに、現地の物価は想像以上に高いと感じたため、ある程度の貯金をしておくことで安心です。

留学は大変なこともあります。ほとんどの人にとっては人生に一度しかない貴重な経験になり、自分の成長を実感できる機会でもあるので、ぜひ前向きにチャレンジして、思いきり楽しんでほしいと思います！！

[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) | 0 |
| 2 | 中期・長期留学者のみ | フライト代 | 32万 |
| 3 | 中期・長期留学者のみ | 滞在費(寮費・ホームステイ代など) | 62万 |
| 4 | 教材費 | | 3万 |
| 5 | 保険代 | | 0 |
| 6 | 私生活における諸経費(食費・交通費・洗濯費等) | | 38万 |
| 7 | 個人的な買い物 | | 32万 |
| 8 | その他(旅行ツアー代金) | | 7万 |
| 9 | 留学に関する費用(1から8の合計) | | 174万 |
| 10 | 受給した奨学金(奨学金名: 国際交流金) | | 10万 |
| 11 | 留学に関する費用総額(上記9から10を引いた額) | | 164万 |

