

アメリカ・サンディエゴ州立大学 留学報告書

学部学科・研究科専攻	文化社会学部ヨーロッパ・アメリカ学科		留学時学年	2学年
留 学 先	国	アメリカ	大学/機関	サンディエゴ州立大学
期 間	2026年 8月 12日 ~ 2026年 9月 13日			
	短期		計 1ヶ月	

[1] 参加したコースの時間数と時間割

- 授業時間数： 時間
- 科目名（受講した科目を全てご記載ください）：Reading & Writing , Listening & Speaking , English in Action

【時間割】

時 間	月	火	水	木	金	土	日
例) 9時~13時	○	○	○	○	○	○	Free
9時~11時45分	○	○	○	○	○	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
 クラス8人、日本人2人、中国人3人、トルコ人2人、サウジアラビア人1人
 クラスで指定された教科書を本屋さんで購入し、それをもとに授業が進められました。基本的に先生が生徒を当てて、喋ることで授業が進んでいきました。

[3] 課外活動や週末の過ごし方について教えてください。

夕食の後にはホストマザーやホストマザーの友達とボードゲームをしたり、友達とショッピングや観光地に行ったりしていました。また、学校の授業で一度、学校外に出ることがあってミッドウェイの船を見にダウンタウンの方に行きました。

[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）

授業は午前で終わるので毎日学校の食堂、フードコートみたいな所を利用していました。また、有料の大きなジムがあってよく利用していました。

[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：一緒にホームステイ先の子がもう一人いましたが、一人一つの部屋を用意してもらいました。夕食の後には一緒にゲームをすることでホストマザーとコミュニケーションをとっていました。

[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：

アメリカでの生活は、ただ歩いたりバスに乗ったりしているだけでも楽しかったのですが、放課後に友達と食堂に行ったり、お出かけをしに行ったりしたのが楽しかったです。学校では日本人の生徒とよく会うのですが、学校外に出ると日本人は全くいないし日本と違うことだらけなのでとても刺激的でした。

● 苦労したこと：

ホストマザーと会話している時に、思っていることを思うように伝えられない瞬間がありました。

[7] 留学の成果について教えてください

- 1) 語学力の向上：留学に行く前は頭で考えてから口に出さなきゃいけなかったけれど、頭で考える時間が減り、英語を喋ることのハードルが下がった。
- 2) 専門知識の向上：特になし
- 3) 自己成長など：英語で話しかけることへの恐怖心がなくなった。また、海外での生活や知らない土地でもやって行けるという自信がついた。

[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！

簡単に決断できることではないと思いますが、私自身1ヶ月の留学でも人生においてかけがえのない思い出が沢山できたので、皆さんもぜひ留学行ってみてください！最後は勢いです。

[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）	1,020,000
2	中期・長期留学者のみ	フライト代	0
3	中期・長期留学者のみ	滞在費（寮費・ホームステイ代など）	0
4	教材費		10,000
5	保険代		20,000
6	私生活における諸経費（食費・交通費・洗濯費等）		80,000
7	個人的な買い物		300,000
8	その他（ ）		0
9	留学に関する費用（1 から 8 の合計）		1,430,000
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）		1,430,000

