

2025 年度春学期派遣交換留学修了届

※HP 上で公開しますので、個人情報記入しないようにしてください。

私は海外協定校に派遣され、この度交換留学を修了しましたので、下記のとおりご報告いたします。

■基本情報

留学先国	アメリカ合衆国
留学先大学	バルドスタ州立大学
形態	☐ 国立 ☒ 公立 ☐ 私立 ☐ その他
学年歴（留学先大学の年間スケジュール）	※記入例 1 学期：9 月中旬～1 月中旬、2 学期：1 月下旬～6 月中 1 学期：8 月中旬～12 月上旬 2 学期：1 月中旬～5 月上旬
学生数	11,270
創立年	1906 年
留学先での所属学部	なし
留学時の学年	3 年
留学開始・終了時期	2025 年 1 月 27 日～ 2025 年 5 月 26 日 （ 4 カ月）

■留学先での生活について

① 大学がある町やキャンパスの雰囲気はどうでしたか？
自然が多く、キャンパスは清潔で過ごしやすい雰囲気でした。
② 留学中はどこに住んでいましたか？
a. 大学寮 (O)： 何人部屋でしたか (2 人)

- b. アパート (): 何人部屋でしたか (人)
 c. ホームステイ (): 何人部屋でしたか (人)
 d. その他 (): 具体的に:

③ 住環境はどうでしたか？

夏場は虫が現れることもありましたが、部屋も不自由なく快適でした。

④ 現地のインターネット環境はどうでしたか？

大学内では生徒専用の Wifi があり、問題なく利用することができました

⑤ 食事はどうしましたか？

- a. 大学・寮のミールプラン (☐)
 b. 主に外食 ()
 c. 自炊と外食が半々程度 ()
 d. その他 () 具体的に:

⑥ 留学先で他の留学生や現地学生とどのように交流を深めましたか？

ルームメイトと部屋で一緒にテレビゲームをしたり、夜に寮のロビーで現地の生徒と会話することで交流を深めました。

⑦ 余暇や長期休暇はどのように過ごしましたか？

主に旅行に行き、ほかには BBQ やパーティーを企画したり、ゲーム大会を行ったりしました。

⑧ 健康管理や危機管理で注意したことについて、アドバイスがあれば具体的にお願いします。

バルドスタは比較的安全な地域ですが、旅行先によってはチップの強要など金銭面で狙われることがあるので、旅行をする際は旅行先の治安について下調べをすることをお勧めします。

⑨ 文化、習慣、宗教の違いなど、生活全般（衣食住）に関するアドバイスがあればお願いします。
場所によっては大麻のにおいがするので気づいたときは近づかないようにしましょう。ただし、大麻のにおいがしたとしても、彼らにとっては当たり前のことであり決して治安が悪いわけではないです。ニューヨークでは実際に大麻ショップがあるほどです。
⑩ どのような保険に加入しましたか。（ ）に○をつけてください。
a. 留学先大学が指定した保険 （ ） b. 個人の保険のみ （ ○ ） c. 大学指定の保険と個人保険の両方 （ ）
⑪ 予防接種は必要でしたか。（ ）に○をつけてください。
a. はい （ ） 具体的に： b. いいえ （ ○ ）
⑫ 現地で病院に掛かったことはありましたか？
ありませんでした
⑬ 大学内の医務室・診療所（附属病院など）で医療サービスを受けることは可能でしたか？
自分は受けていませんが、オリエンテーションの際に利用することができるとお聞きしました。
⑭ 学内外で問題があった時には誰に相談しましたか？留学先に相談窓口はありましたか？
問題は起きなかったです。留学先の先生が主な相談先になると思います。
⑮ 現地での危険情報をどの様に収集し、どのような防犯対策をしましたか？
現地の友人から情報調達して、チャック付きのズボンなどに物はいれるようにしました。

■留学先での学習について

① 留学先で履修した科目・時間・授業内容について教えてください。
※ 詳細は別紙「学習・研究活動レポート」に記載をお願いします
文法、読解、英作文、会話の授業を各 50 分おこないます。

② 授業履修の際に、注意したほうがいいことがあれば、なるべく具体的に教えてください。
一定の欠席回数を超えると（私が説明を聞いたときは 5 回）履修を修了できない可能性があるらしいので必ず毎日出席するようにしましょう。アメリカの生活に体が慣れるまで体調を崩しやすいので、いざとなった時に休めるように管理しましょう
③ 授業に関して、困ったこと、うまくいったこと、努力したことなど、教えてください。
人の前で恥ずかしがらずに英語で話せるように成長することができました。

■留学前後の外部語学試験の成績・資格試験の実績について

① 外部語学試験	
〔留学前〕 550	〔留学後〕 結果待ち
② 資格試験	
〔留学前〕	〔留学後〕

■今後の進路等について

① 卒業時期について教えてください。（わかる範囲で結構です）○をつけてください。
a. （ ○ ） 4年で卒業予定
b. （ ） 卒業は延期する予定（延長予定期間： ）
② 就職・進学のための活動について教えてください。（留学中にしたこと、留学後の予定など）
留学で得た経験を整理し、就活のガクチカにできればと思います。

--

■留学全般について

① 留学を終えての学習成果を教えてください。
リスニングとスピーキングの力は伸ばせたと感じています。
② 留学して、何が変わったと思いますか。
外国の人と話すことに抵抗を感じることなく、楽しく会話ができるようになった。相手の国の文化を理解して尊重できるようになった。
③ 留学を考えている人へのメッセージをお願いします。
人生で留学できるのは現実的には大学生である時期だけなので、少しでも迷っているのであれば行くことを強くお勧めします。自分を変える大きなきっかけにもなります。

■学習・研究活動レポート

履修した授業科目名（留学先大学言語）：		履修した授業科目名（日本語）：	
Grammar		英文法	
科目設置学部・研究科			
履修期間	4 か月		
単位数			
本学での単位認定状況			
授業形態	対面授業		
授業時間数	55 分		
担当教授			
授業内容			

試験・課題など	課題 問題集を毎日数ページ 試験 週に一回小テスト 2 か月ごとに期末テストあり	
学習成果（自由記入）		
履修した授業科目名（留学先大学言語）：		履修した授業科目名（日本語）：
Writing		英作文
科目設置学部・研究科		
履修期間	4 か月	
単位数		
本学での単位認定状況		
授業形態	対面授業	
授業時間数	55 分	
担当教授		
授業内容		
試験・課題など	課題 英作文 試験 不定期で小テスト 2 か月ごとに期末テストあり	
学習成果（自由記入）		

■学習・研究活動レポート

履修した授業科目名（留学先大学言語）：		履修した授業科目名（日本語）：
Conversation		英会話
科目設置学部・研究科		
履修期間	4 か月	
単位数		
本学での単位認定状況		
授業形態	対面授業	
授業時間数	55 分	
担当教授		

授業内容			
試験・課題など	課題 週に一回プレゼンに向けたパワーポイント制作 試験 週に一回プレゼン 2 か月ごとに期末テストあり		
学習成果（自由記入）			
履修した授業科目名（留学先大学言語）：		履修した授業科目名（日本語）：	
Reading		英文読解	
科目設置学部・研究科			
履修期間	4 か月		
単位数			
本学での単位認定状況			
授業形態	対面授業		
授業時間数	55 分		
担当教授			
授業内容			
試験・課題など	課題 問題集を毎日数ページ 試験 週に一回小テスト、単語テスト 2 か月ごとに期末テストあり		
学習成果（自由記入）			

■留学費用について

			現地通貨：ドル	円換算：1 \$ = 150 ¥
50 留学費用項目	現地通貨	日本円（換算）	その他（備考欄）	
授業料	4,000	600,000		
滞在費	2,535	380,250		
食費	1,628.63	244,295		
図書費				
学用品費				
教養娯楽費				
被服費				

医療費			
保険費			
渡航旅費（航空運賃・空港税など）	3866	579,844	旅行会社様からの請求をすべて含んだ数字となっています。この中にはビザ代行代金も含まれています。
雑費	3000	約 45 万円	今回私は多くの旅行を行った為、平均よりも高い費用になっています。
その他			
その他			
その他			
合計	15,029.63	2,254,389	

以上
