

2025 年度秋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	<input type="checkbox"/> 国立 <input type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input checked="" type="radio"/> 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 月中旬
学生数	約 12,000 人
創立年	1906 年
留学先での所属学部	語学留学、ELI
留学時の学年	3 年生
留学開始・終了時期	2025 年 8 月 13 日～2025 年 12 月 15 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？
大学のある町は日本でいう地方都市に近く、商業施設は多くありませんが、その分、落ち着いた生活ができる環境でした。地域の人々も親切で、学生を温かく迎えてくれる雰囲気があり、初めての海外生活でも安心して過ごすことができました。娯楽が限られている分、学習や人との交流に時間を使うことができ、語学力向上や現地学生との関係構築に集中できました。留学先として、非常に恵まれた環境だったと感じています。
② 留学中はどこに住んでいましたか？
a. 大学寮 (○)： 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？
共同生活である為、生活リズムや価値観の違いに配慮する必要があり、互いに気を遣う場面もありましたが、その分、相手を尊重しながら生活する姿勢を学ぶことができました。寮には冷蔵庫や電子レンジなど生活に必要な最低限の設備が整っており、日常生活において大きな不自由を感じることはありませんでした。トイレやシャワーは各フロアに3つずつあります。
④ 現地のインターネット環境はどうでしたか？
現地のインターネット環境については、大学構内に Wi-Fi が整備されており、授業や課題、連絡手段において不自由を感じることはありませんでした。また、個人で eSIM を契約していた為、学外においても安定してインターネットを利用することができ、生活面・学習面の両方において支障なく留学生活を送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 (○) 週に 10 回
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？
留学先では、他の留学生や現地学生との交流を深める為、大学が主催するイベントやアクティビティに積極的に参加することを心がけました。また、授業や寮生活の中でも自ら声を掛け、日常的な会話を通じて、関係を築くように意識しました。こうした継続的な関わりにより、国籍や文化の違いを超えた交流を深めることができました。積極的に会話することで、語学力向上だけでなく、相手の文化や考え方への理解を深めることができました。
⑦ 余暇や長期休暇はどのように過ごしましたか？
余暇や長期休暇の期間中は、留學生活のメリハリを意識して過ごしました。特に後期休暇を利用して、追手門学院大学から同じ留学プログラムに参加していた学生4名とともにニューヨークを訪れました。実際に現地を訪れることで、アメリカの多様な文化や都市の雰囲気を感じることができました。移動や宿泊の手配を協力して行う中で、協調性や計画性の大切さを学ぶと共に、留学先での貴重な経験となりました。
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。
留學中は、健康管理及び危機管理に十分に注意して生活しました。体調管理の面では、規則正しい生活を心がけ、衣服での体温調節をすることを心がけました。また、危機管理の面では、貴重品の管理、現金は最小限を持ち歩くことに加え、夜間の単独行動を控えるなど、現地のルールや注意事項を守って行動していました。
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。

<p>留学先では、日本とは異なる文化や生活習慣、宗教的背景を持つ人々と共に生活するため、相手の価値観を尊重する姿勢が大切であると感じました。衣食住の面では、わからないことを確認しながら行動することが大切であると思います。</p>
<p>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。</p>
<p>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 ()</p>
<p>⑪ 予防接種は必要でしたか。() に○をつけてください。</p>
<p>a. はい () 具体的に： b. いいえ (○)</p>
<p>⑫ 現地で病院に掛かったことはありましたか？</p>
<p>無</p>
<p>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？</p>
<p>留学期間中に大きな体調不良やけががなかった為、利用することがありませんでした。</p>
<p>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？</p>
<p>学内外で問題が生じた際には、主に ELI の教員に相談していました。大学内の正式な相談窓口については詳しく把握していませんでしたが、ELI の先生方が親身に話を聞いてくださり、必要に応じて助言やサポートを受けることができた為、安心して留學生活を送ることができました。</p>
<p>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？</p>
<p>現地での危険情報については、大学の案内を確認するとともに、周囲の学生や友人からの情報をも参考にしていました。その上で、夜間の単独行動は避ける、危険とされている場所には近づかないなど、基本的な防犯対策を徹底しました。また、常に周囲の状況に注意し、自分の安全を最優先に行動することを心がけていました。</p>

■留学先での学習について

<p>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。</p> <p>※ 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</p>
<p>Grammar 50分 テキストを用いて問題を解く。 Reading 50分 テーマに沿って問題を解く。 Writing 50分 テーマに沿って意見を記述。 Conversion 50分 生活に近いトピックでクラスメイトと会話。</p>

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。

本プログラムは履修登録がなく、あらかじめ決められた授業を受講する形式であった為、科目選択で迷うことはなかったです。しかし、授業事に課題量や進行スピードが異なる為、必ず確認する必要があります。

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。

授業に関して困ったことは、はじめのうちは英語での説明スピードが速く、内容を十分に理解できない場面が多かったことです。特にディスカッション中心の授業では、自分の考えを英語で表現することが難しく、発言をためらうこともありました。一方で、毎回の授業でわからない点は授業後に教員やクラスメイトに積極的に質問するよう心がけたことで、次第に内容理解が深まり、発言への抵抗も減ったように思います。また、単語を事前に調べ、メモをしてから授業に挑んだことで、参加しやすくなった点はうまくいったことだと感じています。

■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〕 TOEIC570	〔留学後〕 TOEIC425
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)

留学中も就職活動を継続し、企業のマイページ登録、インターンシップ応募の為のエントリーシート提出、会社説明会への参加、面接などに取り組みました。留学という環境の中でも、時間管理を意識し、将来を見据えた行動を継続できたことは、自身の計画性や主体性の向上に繋がったと感じています。引き続き、企業研究や選考対策に取り組みます。

■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。

留学生活を通して、英語を使って自分の意思を伝える力が向上しました。イベント参加や日常的な会話を通じて、間違いを恐れず発言する姿勢が身についたと感じています。また、理解する力も向上したと考えます。授業や日常生活の中で英語を使う機会が増え、以前より英語での会話に対する抵抗感が

減りました。相手の話を聞き、自分の考えを簡潔に伝える力が身に付き、実践的な語学力を高めることができました。
② 留学して、何が変わったと思いますか。
留学を通して、自分から行動する姿勢が身に付いたと感じています。言語や文化の違いがある環境では、待ってるだけではなにも進まないことが多く、自ら話かけたり、挑戦したりする必要がありました。その経験を通じて、失敗を恐れずに行動することの大切さを学び、以前よりも主体的に物事に取り組めるようになったと感じています。
③ 留学を考えている人へのメッセージをお願いします。
留学は不安や戸惑いもありますが、それ以上に多くの学びや成長を得られる貴重な経験だと思います。語学力の向上だけでなく、自分の価値観を見つめ直し、視野を広げるきっかけになります。完璧な準備ができていなくても、挑戦することで得られるものは大きい為、最高の思い出となりました。

■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	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
授業時間数	月～金 毎日 50 分
担当教授	フレミング、タケシ
授業内容	テキストを基に、問題を解く
試験・課題など	その日行った練習問題が課題、チャプターごとのテストと学期末テストが 2 回
学習成果（自由記入）	今まで文法を英語で教えてもらうことが無く、最初は難しさを感じました。ネイティブだからこそその使用方法を教えてくださいました。
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	リーディング
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
授業時間数	月～金 毎日 50 分
担当教授	ステイファニー、メリッサ
授業内容	テキストに沿い、文章を読み問題を解く
試験・課題など	課題は日による、チャプターごとのテストと学期末テストが 2 回
学習成果（自由記入）	知らない単語が多く、読み解く際に苦労しました。

■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）：
Writing	ライティング
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
授業時間数	月～金 毎日 50 分
担当教授	ステイファニー、メリッサ
授業内容	テキストに沿い、そのテーマで自分の意見を記述
試験・課題など	課題は日による、チャプターごとのテストと学期末テストが 2 回
学習成果（自由記入）	自分が何を書きたいか、日本語で思いついたとしても英語に変換することが難しかったです。短い文章でも書きだすことが大切だと感じました。
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	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
授業時間数	月～金 毎日 50 分
担当教授	ディアナ、サラ
授業内容	プリントを基に会話練習、クラスメイトとの会話、プレゼンテーション
試験・課題など	定期的なプレゼンテーション、学期末テストが 2 回
学習成果（自由記入）	英語でプレゼンテーションを行うことに抵抗があり、緊張しました。しかし、回数を重ねる中で、少しずつではありますが、慣れたと思います。

■留学費用について

			現地通貨：\$	円換算： = ¥150
留学費用項目	現地通貨	日本円（換算）	その他（備考欄）	
授業料		616,386		
滞在費	2,623	393,450	寮	
食費	2,239	350,100	ミールプラン・その他	
図書費				
学用品費				
教養娯楽費				
被服費		20,000		
医療費				
保険費		101,020		
渡航旅費（航空運賃・空港税など）		567,549	VISA 含む	
雑費		500,000	旅行、レストランでの食事、お土産等	
その他				
その他				
その他				
合計		2,548,505		

以上

本学学生の個人的な質問等に回答していただける方、また卒業後のフォローアップ調査に協力いただける方は、下にお名前と連絡先をご記入ください。ご記入いただいた個人情報は、本目的以外には利用致しません。

(了)