



## 1. 出発前の準備について

ビザの種類	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 種類(J1 交流訪問者)	ビザ申請先	<input checked="" type="checkbox"/> 国内 <input type="checkbox"/> 現地 場所(大阪 ※面接は福岡)																								
必要書類、手続き 手続きに要した期間	約 2 か月																										
ビザ申請以外で 必要な事前手続き	<ul style="list-style-type: none"> <li>● モンタナ大学の住居手配（寮など）</li> <li>● 履修登録</li> </ul>																										
留学に向けて 取り組んだ語学	<input checked="" type="checkbox"/> 英語 <input type="checkbox"/> 独語 <input type="checkbox"/> 仏語 <input type="checkbox"/> 中国語 <input type="checkbox"/> 韓国語 <input type="checkbox"/> その他（語）																										
勉強方法	留学するために必要な IELTS の勉強。																										
留学先の手続き (必要書類、大変だったこと、どのように取り組んだか等)	<p>あまりいろいろと難しく考えずに流れにしっかりと乗っていれば提出漏れなどはないと思います。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 留学生オリエンテーションが新入生オリエンテーションの一週間前に開催されるので、他の留学生と一緒に行動することで確認しあえた</li> <li>● 不安なことがあったらとりあえず誰にでもいいから聞いてみるのが 1 番</li> </ul>																										
事前の必要経費 (留学前に必要な 支払い費用) ※概算費用	<table> <tr> <td><input type="checkbox"/> 授業料</td> <td>円</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 寮費</td> <td>約 600,000 円<sup>1</sup></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 語学研修費</td> <td>円</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 教材費</td> <td>約 20,000 円<sup>2</sup></td> </tr> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請</td> <td>約 25,000 円</td> <td colspan="2">(交通費含む)</td> </tr> <tr> <td>渡航費<sup>3</sup> (<input checked="" type="checkbox"/>片道 <input type="checkbox"/>往復)</td> <td colspan="3">140,000 円</td> </tr> <tr> <td>海外旅行保険料</td> <td colspan="3">220,000 円<sup>4</sup></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> その他 ( )</td> <td colspan="3">円</td> </tr> </table> <p>※1 寮費+食費（寮に入る人は自動的に食堂に通う制度になっているため）</p> <p>※2 履修する授業により異なる</p> <p>※3 新型コロナウイルスの世界的流行により早期帰国したため復路は大学に補助していただきました</p> <p>※4 AIG 損保</p>			<input type="checkbox"/> 授業料	円	<input checked="" type="checkbox"/> 寮費	約 600,000 円 <sup>1</sup>	<input type="checkbox"/> 語学研修費	円	<input checked="" type="checkbox"/> 教材費	約 20,000 円 <sup>2</sup>	<input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請	約 25,000 円	(交通費含む)		渡航費 <sup>3</sup> ( <input checked="" type="checkbox"/> 片道 <input type="checkbox"/> 往復)	140,000 円			海外旅行保険料	220,000 円 <sup>4</sup>			<input type="checkbox"/> その他 ( )	円		
<input type="checkbox"/> 授業料	円	<input checked="" type="checkbox"/> 寮費	約 600,000 円 <sup>1</sup>																								
<input type="checkbox"/> 語学研修費	円	<input checked="" type="checkbox"/> 教材費	約 20,000 円 <sup>2</sup>																								
<input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請	約 25,000 円	(交通費含む)																									
渡航費 <sup>3</sup> ( <input checked="" type="checkbox"/> 片道 <input type="checkbox"/> 往復)	140,000 円																										
海外旅行保険料	220,000 円 <sup>4</sup>																										
<input type="checkbox"/> その他 ( )	円																										

## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	JAL (Delta 航空とのコードシェア便)	手配	JTB ※利用したサイト、旅行会社等
移動経路 ※往路のみ	OIT→HND(→)NRT →PDX→MSO	到着時刻	16:30 頃 【※移動時間 (約 15 時間)】
大学 (寮) への移動手段	<input checked="" type="checkbox"/> 大学手配の出迎え <input type="checkbox"/> 知人の出迎え <input type="checkbox"/> タクシー <input type="checkbox"/> 公共交通機関 ( <input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車) <input type="checkbox"/> その他 ( )		
空港から移動する際の注意点 行き方、料金等	モンタナ大学の担当の方が預け荷物受け取り場所にいてくださるので心配はいりません。また、ミズーラ国際空港は非常に小さい空港です。迷うことはないと思います。不安なことがあったり困ったことがあったりしたら近くの人に聞くといいと思います。みなさんフレンドリーに応じてくれます。		
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート その他 ( )	住居手配	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で その他 ( )
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> 二人部屋 その他 ( )	ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input checked="" type="checkbox"/> 他国からの学生 ※前期は留学生と、後期は地元の学生との二人部屋でした。 その他 ( )
住居の申込手順	食堂の利用や授業の履修登録と同様に留学のための手続きの中に含まれています。手順通りに行えば、寮の手配がされています。		
住居でのトラブル および解決方法	RA (Resident Assistant) に相談する。それでも騒音等が気になる、またはそもそも騒音ごときで相談する気にもならない場合は耳栓を用意する。耳栓やアイマスクを利用することはわりと当たり前のことみたいです。		
大学への交通手段 (※費用がかかれば費用も)	キャンパス内の寮を選択したため徒歩。 ほかの住居を選択した場合はミズーラの中を無料で走るバス。		
生活費および内訳 (概算を円換算)	生活費計 10,000 円/月 ※最初に支払った食費+寮費以外 (生活費内訳) 住居費:                      円/光熱費:                      円/通学費:                      円 食費:                      円/通信費: 約 3,000 円/書籍代:                      円 その他: (                      )                      円  ※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの:                      円 (徴収された費用の名目:                      )		

<p><b>その他生活に必要な 手続き、アドバイス (口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など)</b></p>	<p><b>口座開設</b>：していません。</p> <p><b>保険</b>：日本で海外旅行保険に加入。モンタナ大学で自動的に学生保険に加入していることになっているので期限までにドロップ。</p> <p><b>携帯電話</b>：日本でSIMカードを購入</p> <p><b>荷物</b>：人それぞれかと思いますがわたしはわりと現地調達したほうだと思います。</p> <p><b>支払い方法</b>：基本的にキャッシュレス。現金が必要な場合もあるので準備は必要。</p>
---	---

### 3. 留学先の大学について

<p><b>授業(カリキュラム)の概要について</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 基本的にどの授業でも受講できる</li> <li>● 学部によって授業形態や費用が大きく異なるため、しっかり確認することをお勧めします</li> </ul>
<p><b>履修登録の時期 登録方法</b></p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 渡航前 ※渡航後でも可      <input type="checkbox"/> 渡航後      ⇒ (      月頃)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録      <input type="checkbox"/> 志願書類の提出</p> <p><input type="checkbox"/> その他 (      )</p>
<p><b>留学生特例措置 (履修制限、優先措置、 留学生専用のオリエンテーション、 チューター制度等)</b></p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 有り (具体的には以下のとおり)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 新入生オリエンテーションとは別に留学生オリエンテーションがある</li> <li>・ 留学生はほかの学生よりも早く履修登録ができる (オンライン) ため人数制限にかかる可能性が低い</li> </ul> <p><input type="checkbox"/> 無し</p>
<p><b>留学先大学でのサポート体制について (語学面/学校生活/ 住居・日常生活等)</b></p>	<p>“留学生として”生活したいか、“現地の学生として”生活したいかによってスタンスが異なるとは思いますが、自分からわからないことをしっかりと消化することを怠らなければ、どちらにしても安心してサポートを受けることができると思います。</p>
<p><b>留学開始後に行った 留学先大学の手続き (学生証、履修登録、 大学 ID の設定等)</b></p>	<p>学生証：留学開始前にオンライン上で学生証用の写真の手続きを行っていれば受け取りのみ (ビザの写真をそのまま利用できます)</p> <p>履修登録：渡航前にもオンラインで可能だが、留学生オリエンテーションの時に履修登録をする時間は設けられている。</p>
<p><b>授業外活動について (サークル、部活、 インターン、フィールド ワーク等)</b></p> <p>※どうやって探したか、 どのような活動か、入 りきっかけなども具体的に</p>	

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
8:00	起床 朝食	起床 朝食	起床 朝食	起床 朝食			
9:00		授業		授業	起床 朝食	起床	起床
10:00		授業		授業		ランチ	ランチ
11:00	軽い昼食		軽い昼食				
12:00	授業		授業				
13:00	授業	昼食	授業	昼食	昼食		
14:00	授業		授業				
15:00	授業		授業				
16:00	授業		授業				
17:00	授業		授業			夕食	夕食
18:00	授業	夕食	授業	夕食			
19:00	夕食		夕食				
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
24:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

平日の空いている時間は基本的に宿題か勉強。休日は外出したり、宿題が多い日は宿題をしたり。時間があったらジムに行くことも。

## 5. 留学成果とアドバイス

### 留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

入国した瞬間に、今まで勉強してきた英語に関する知識は半分以上役に立たないことに気づきました。焦ることも多かったですが、とりあえず環境に適応しないことにはなにもできないので、流れに任せつつ当時は必死に毎日を過ごしていたのだと思います。現地の人の英語の癖やいろいろなことの習慣に適応することは決して簡単なことではなかったけれど、日本で英語を学ぶのではなく、留学することの醍醐味はそこにあるのだと思います。

いろいろな国からの留学生と関わることで、文化の違いを実感することはもちろんのこと、自分が、日本人がどのようにみられているのか、ということを知ることができました。

不安になること、焦ることは当然たくさんあったけれど、それらを解消するためには、とりあえず行動するしかない、ということをも身をもって実感しました。行動力は格段に上がったと思います。

### 同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関すること、生活全般に関することなど自由に記載してください）

ミズーラは絵にかいたようなアメリカの田舎です。わたしの想像する“アメリカの田舎”が全部ありました。アメリカの大学の規模としては、小さい大学ですが、日本人のわたしからしたら正直めちゃくちゃ大きいなと感じました。とにかく先生方のサポートがとても手厚いです。たくさん助けていただきました。

留学生のコミュニティで活動していることが多かったので、いろいろな手続きもみんなできるとスムーズに解決することができました。はじめのほうの授業はついていけないことが多くて焦ることもありました。先生方や、同じクラスの現地の学生が本当に早く助けてくれて、ありがたかったです。また、留学生であることを伝えると、現地の学生も、留学したいと思っている、ということでお互いに情報を交換し合うこともあり、助け合えたのではないかと思います。

白人の多い地域ではありますが、ミズーラは本当に温かい人しかいません。すれ違うときに必ずみんな笑顔であいさつしてくれるくらいフレンドリーです。安心して生活できる環境だと思います。

### 留学を通しての感想

留学を許してくれた両親、留学に必要な英語の試験を受けるために指導して下さった先生、一緒に勉強しながら刺激をくれた友人に、感謝しかありません。ひとりだったら絶対に留学に飛び込む度胸もなかっただろうし、金銭的にも能力的にも確実に留学には届かなかったと思います。自分の想像していた留学中にしたいことを全部達成できたわけでもないし、納得する終わり方をしたわけでもありません。だけど、考え方は確実に変わったし、単純に趣味嗜好も変わりました。そのくらい大きな影響のある長期留学という経験が自分の中にあることにまずは価値があるのではないかと思います。今後直接自分の将来にかかわってきたり、何か強みになるかは、自分の努力次第だということをはっきりとわかっているので、経験と時間を無駄にしないように、行動していきたいです。

## 熊本大学海外派遣留学生 報告書

<b>氏名</b>	B さん		
<b>所属</b>	文 学部・大学院 コミュニケーション情報 学科・専攻		
<b>留学先機関名</b>	モンタナ大学 (国名： アメリカ合衆国 )		
<b>留学先所属</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部・研究科に所属(コミュニケーション学部・研究科) <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず、様々な学部等の授業を履修 <input type="checkbox"/> その他：		
<b>留学期間</b>	2019年8月 - 2020年5月 コロナウイルスの影響で3月下旬に早期帰国し、その後はオンラインで受講	留学開始時 学年	2 年次
<b>奨学金</b>	<input checked="" type="checkbox"/> JASSO 海外留学支援制度 <input type="checkbox"/> 国際奨学事業 <input type="checkbox"/> トビタテ！留学 JAPAN 【第 期】 <input type="checkbox"/> その他 ( )		

## 1. 出発前の準備について

ビザの種類	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 種類( J1 )	ビザ申請先	<input checked="" type="checkbox"/> 国内 <input type="checkbox"/> 現地 場所( 福岡 )
必要書類、手続き 手続きに要した期間	身分証明書、DS-2019、銀行残高証明書 オンライン申請（5日程度）と面接（在福岡米国領事館） 申請準備開始から5～6週間で発行		
ビザ申請以外で 必要な事前手続き	入学手続き 寮・ミールプランの申請 海外旅行保険加入 SIMカードの手続き		
留学に向けて 取り組んだ語学	<input checked="" type="checkbox"/> 英語 <input type="checkbox"/> 独語 <input type="checkbox"/> 仏語 <input type="checkbox"/> 中国語 <input type="checkbox"/> 韓国語 <input type="checkbox"/> その他（                      語）		
勉強方法	学内講座を活用して IELTS に向けた学習を行った。実用的な英語力を身につけるために Youtube を通しての英語学習を習慣化していた。		
留学先の手続き (必要書類、大変だったこと、どのように取り組んだか等)	手続きはすべて自分で行うものであったため、疑問があればすぐに現地職員にメールで連絡を取っていた。時差もあり、返信が来るまでに時間を要することが多かったため、何事も早めに取り掛かることを心掛けていた。疑問があればその都度、遠慮せずに質問することが手続きを進める上で一番重要だと感じた。		
事前の必要経費 (留学前に必要な支払い費用) ※概算費用	<input type="checkbox"/> 授業料                      円 <input type="checkbox"/> 寮費                      円 <input type="checkbox"/> 語学研修費                円 <input type="checkbox"/> 教材費                   円 <input checked="" type="checkbox"/> ビザ申請    43,000 (うち交通費 5,000) 円 渡航費 (□片道 <input checked="" type="checkbox"/> 往復)    300,000 円 海外旅行保険料    210,000 円 <input checked="" type="checkbox"/> その他 (寮の申し込み費用) 25,000 円		

## 2. 渡航～到着時の生活について

利用航空会社	ANA、デルタ航空	手配	楽天トラベル ※利用したサイト、旅行会社等
移動経路 ※往路のみ	熊本、大阪、シアトル、ミズーラ	到着時刻	15:25 【※移動時間（約24時間）】
大学（寮）への移動手段	<input checked="" type="checkbox"/> 大学手配の出迎え <input type="checkbox"/> 知人の出迎え <input type="checkbox"/> タクシー <input type="checkbox"/> 公共交通機関（ <input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車） <input type="checkbox"/> その他（                      ）		
空港から移動する際の注意点 行き方、料金等	帰国の際は知人に送ってもらった。バスも通っているが時間がかかるため、友人たちはウーバーを利用していた。		
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート その他（                      ）	住居手配	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で その他（                      ）
部屋の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 その他（                      ）	ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input type="checkbox"/> 他国からの学生 その他（                      ）
住居の申込手順	オンラインで申し込み費用（\$250）を入金し、希望する寮を選択し申請。		
住居でのトラブル および解決方法	フロアごとの RA（Residence Assistant）に相談する。		
大学への交通手段 （※費用がかかれば費用も）	大学内の寮に住んでいた。		
生活費および内訳 （概算を円換算）	生活費計 140,000 円／月 （生活費内訳） 住居費：80,000 円／光熱費：                      円／通学費：                      円 食費：40,000 円／通信費：3,500 円 その他：（                      ）                      円 書籍代：95,000 円／年 ※学費・寮費以外に留学先大学へ納入するもの：                      円 （徴収された費用の名目：                      ）		
その他生活に必要な 手続き、アドバイス （口座開設、保険、 携帯電話、荷物、 支払い方法など）	保険は AIG 損保の海外旅行保険に加入した。モンタナ大学独自の保険制度もあり、それに加入しない場合は必要条件（補償の範囲や金額の最低条件が提示された）を満たした保険加入証明書を提出し認定されなければならない。クレジットカードを2枚（VISA/Mastercard 1枚ずつ）とデビットカードを1枚持っていた。寮費と食費（ミールプラン）は各学期の初めにまとめて請求されるため、デビットカードで決済していた。現金は念のため\$400持参したが、あまり使わなかった。渡航前に SIM フリーの iPhone の手配と SIM カードの購入・契約を済ませていたため、到着後アクティベートするだけですぐに使用できた。		

### 3. 留学先の大学について

<p><b>授業(カリキュラム)の概要について</b></p>	<p>留学生は所属学部に関係なく自由に受講することができる。VISAの条件を満たすために1学期で12単位以上の取得が必要。</p>
<p><b>履修登録の時期 登録方法</b></p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 渡航前                      <input type="checkbox"/> 渡航後                      ⇒ (                      月頃)  <input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録        <input type="checkbox"/> 志願書類の提出  <input type="checkbox"/> その他 (                      )         </p>
<p><b>留学生特例措置 (履修制限、優先措置、留学生専用のオリエンテーション、チューター制度等)</b></p>	<p> <input checked="" type="checkbox"/> 有り (具体的には以下のとおり)            ・留学生向けオリエンテーション            ・留学生支援に特化したオフィス (Global Engagement Office)            ・現地学生とのパートナー制度 (Global Partner)            ・現地市民とのパートナー制度 (Missoula International Friendship Program)  <input type="checkbox"/> 無し         </p>
<p><b>留学先大学でのサポート体制について (語学面/学校生活/住居・日常生活等)</b></p>	<p>Global Engagement Office (以下 GEO) という主に留学生の支援を行うオフィスが設置されており、少しでも疑問があれば職員にメールで尋ねたり、アポイントメントを取って相談をしたりしていた。小さなことでも対応してくれるので、遠慮せず自分から積極的に活用するべきだと思う。</p>
<p><b>留学開始後に行った留学先大学の手続き (学生証、履修登録、大学 ID の設定等)</b></p>	<p>新学期が始まる前に2~3日間にわたる留学生向けオリエンテーションがあり、その中に学生証の発行、履修登録の確認、VISA 関係の手続きなどの必要な手続きはほとんど組み込まれていた。</p>
<p><b>授業外活動について (サークル、部活、インターン、フィールドワーク等)</b> ※どうやって探したか、どのような活動か、入るきっかけなども具体的に</p>	<p>さまざまなサークルや団体がブースを出して勧誘するイベントがオリエンテーション中に開催される。私はサークル等には所属していなかったが、大学が開催する全学生向けのイベントや、GEO が開催する留学生向けのイベントが頻繁に開催されていたのでそれらには積極的に参加するようにしていた。</p>

#### 4. 一週間のスケジュールについて

(授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入してください)

2019 Fall

	月	火	水	木	金	土	日				
7:00	起床 朝食	起床 朝食	起床 朝食	起床 朝食	起床 朝食						
8:00	自習	自習	自習	自習	自習	起床	起床				
9:00						自習	自習				
10:00		Yoga				Yoga					
11:00	Rhetorical Theory		Rhetorical Theory		Rhetorical Theory	ランチ	ランチ				
12:00	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	自由 友人達と 買い物や カフェへ	自由				
13:00	Organizational Communication		Organizational Communication		Organizational Communication						
14:00	College Writing	Anthropology	College Writing	Anthropology	College Writing						
15:00	自由	自由	自由	自由	自由						
16:00											
17:00										電話	
18:00	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食				
19:00		自由	自由	自由	自由	自由	自由				
20:00	寮のイベント (映画鑑賞等)							自由	自由	自由	自由
21:00								自習	自習	自習	パーティ イベント等
22:00											
23:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝				
24:00											

## 2020 Spring

	月	火	水	木	金	土	日					
7:00	起床 朝食	起床 朝食	起床 朝食	起床 朝食	起床 朝食							
8:00	自習	自習	自習	自習	自習	起床	起床					
9:00						自習	自習					
10:00	Nonverbal Communication		Nonverbal Communication		Nonverbal Communication	Nonverbal Communication						
11:00	Interpersonal Communication	Ethics	Interpersonal Communication	Ethics	Interpersonal Communication	ブランチ	ブランチ					
12:00	昼食		昼食		昼食							
13:00	自由	昼食	自由	昼食	自由	自由 友人と 買い物 カフェ ジムへ	自由					
14:00		Gender and Communication		Gender and Communication								
15:00		自習		自習								
16:00		自習		自習								
17:00	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食					
18:00	自由	自由	自由	自由	自由	自由	電話					
19:00												
20:00							自由	自由	自由	自由	自由	自由
21:00							自習	自習	自習	自習	パーティ イベント等	自習
22:00												
23:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝					
24:00												

## 5. 留学成果とアドバイス

### 留学によって得られた成果（語学に関すること、ものの考え方や取り組み方、コミュニケーション能力など自由に記載してください）

留学を通しての目標として定めたのは、英語能力試験等のスコアの向上ではなく、コミュニケーションのツールとしての英語運用能力を上げることであった。会話能力は自分が理想とするレベルにはまだまだ達していないが、英語を用いたコミュニケーションに慣れ、口語的な表現や新たな語彙も友人達から多く教わったため、留学前と比較すると着実に進歩したと感じた。

ものの考え方は留学を通して自分でも実感できるほどに大きく変化した。留学前の私は注意深く相手の心情や周囲の反応を読み、結果として何も言えなくなったり、なかなか行動できなかつたりすることが多かった。しかし、現地で生活を送るうちに「まず自分が動く」という習慣ができ、悩みがあればすぐに相談する、疑問があればすぐに質問する、という当たり前のようできて今まで出来ていなかった自発的行動が自然と身についた。意見や不安、要望など自分の抱えていることを相手に伝えるべきだと改めて実感し、少しずつではあったが実践できるようになったことが私にとっては大きな成長であった。

### 同じ大学へ留学を希望する人へのアドバイス（留学先大学、プログラムに関する事、生活全般に関する事など自由に記載してください）

知っておきたかったと思ったことは、約1か月ある冬休み期間中、学生はみな帰省し寮は空っぽになること、さらに滞在し続けるためには追加料金が必要であることである。秋ごろに現地大学からメールで知らされ、とても焦ったが、私の場合は現地の友人とその家族がホストファミリーとして私を受け入れてくれ、冬休み期間はもちろん、サンクスギビングなどの連休やただの休日さえ頻繁に家を訪れ一緒に過ごすことができた。寮生活だけでなく、ホームステイによりアメリカの家庭生活を体験することができ、非常に恵まれていたと感じる。他の日本人留学生の多くはアメリカ国内を旅行して冬休みを過ごしており、中には一時帰国をした留学生もいた。念頭に置いておき、少し考えておくだけで焦らずに済むと思う。留学生特例措置の欄でも記入したが、留学生向けのプログラムへの参加を強くお勧めする。現地大学生とのパートナー制度と、ミズーラ市内に住む家族とのパートナー制度の二つがあり、私は両方とも参加していた。人との繋がりをどんどん広げるためにも、いろいろなコミュニティを持つておくのは大事なことだと思う。

### 留学を通しての感想

実は、私にとってミズーラでの生活、モンタナ大学での学びは初めてではなかった。高校2年生の夏にモンタナ大学で開講された短期語学研修に参加し、3週間ほど寮に滞在した経験があった。その研修後すぐに「次は交換留学生として長期留学する」という目標を掲げ続け、ついに叶えた留学であった。思いが強かった分、留学が決定するまで、渡航するまで、そして留学中、あらゆるタイミングにおいて悩みくじけそうになった時も何とか踏ん張ることができたのだと思う。留学期間、現地で過ごして一番感じたことは人との「縁」の大切さである。現地で多くの友人と出会うことができ、そのまた友人とも出会う機会があり…と、人との繋がりを大事にすることで輪がどんどん広がり、自分の生活が豊かになっていくのがわかった。私の留学生生活を彩ってくれたのは紛れもなく現地で出会った人々であり、今後もこの関係を大切にしたいと思う。

留学を通して得られた成果や培った経験を積極的に発信し、留学したいと思っている人たちの役に立てるように努めていきたい。