



生活環境調査

2022年度1期発

アメリカ	…p1
イギリス	…p112
イタリア	…p125
オランダ	…p128
カナダ	…p129
スペイン	…p161
ドイツ	…p162
フランス	…p164
ベルギー	…p170
韓国	…p173
台湾	…p174



PDFのしおり機能から希望の国や大学のページに飛ぶことができます

基本情報

留学先大学	アメリカ・アイオワ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：前期（summer semester)の期間は大学が夏休み期間のため、生活面、大学のシステムの説明等のサポートはほぼゼロでした。大学が始まった以降でも分からないことは自分で聞きに行く姿勢が求められました。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/前期: Stanley、後期: Catlett
ベッドルームの共有人数	1 名
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, シャンプー等のバス用品、ハンガー、電子ケトル、洗濯用洗剤
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：申請、追加料金が必要

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：無し
- クローゼット：無し

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：トイレとシャワーが一緒になっているスタイルは初めてだったので初めは驚きましたが、建物自体は綺麗です。ラウンジで過ごすのが好きでした。どちらの寮もキャンパス内にあり、カフェテリアからも近いが、その建物内にあるかだったのでとても便利でした。しかしキッチンだけでなく、電子レンジや冷蔵庫すらなかったのは少し不便でした。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車で 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題をやるのにパソコンは必須です。図書館に貸し出しがあると聞きましたが、やはり貸出期間は短いそうなので必ず自分のパソコンは必要です。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	150
持って行った方がよかったものと、その理由	化粧水等のスキンケア用品（現地のものを 2 つほど購入しましたがどちらも肌に合わず、結局 Amazon で高額な日本製商品を買いました。）、水筒（寮にウォーターサーバーがあるので持ち運ぶのに必要でした）、ウェットティッシュ（アメリカのものは液体が多すぎてべたべたになりました）
持って行かなくてよかったものと、その理由	手洗いが必要な衣服（手洗いする場所もなく、ランドリーで洗濯したら服が傷んで着られなくなってしまいました。）

自由記述：円安に加え、物価が日本よりも高いので、あつという間にお金がなくなっていました。渡航 2 か月後から、支出を項目ごとに分けて（食費、娯楽費など）細かく記録するようにしました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・アイオワ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Stanley, Mayflower
ベッドルームの共有人数	1
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：個人用
 - バスタブ：共用
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：無し
 - 固定電話：共用
- 冷房：個人用
 - シャワー：共用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：キャンパスから近いところ、クレンリネス

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	3 0 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 大学の手続き、講義、課題、テスト全てにおいてパソコンが必要でないとなかなり不便
携帯電話の利用	現地でプリペイド携帯を購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	特になし
持って行かなくてよかったものと、その理由	大量のノート、そこまで使わない

自由記述：留学中のインフレと円安がすごく奨学金とのギャップがあったためお金の管理はしっかり行なった。そうしないとお金がすぐ無くなります。

基本情報

留学先大学	アメリカ・アイオワ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：とても田舎の地域ですが、勉強するのと住むのにはとても適していると思います。先生も皆とても協力的で、留学生の私にも、各授業のノートを送ってくださったり、専属のアドバイザーの人も付きます。留学生のサポートに関しても、語学・学部それぞれに留学生のためのオフィスが存在しており、とても充実しています。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Stanley Hall（夏）、Catlett Hall（秋冬）
ベッドルームの共有人数	2 人
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，インターネット機器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：二人部屋で、部屋には洗面台、空調、個人の机、棚、ベッドがあり、広さは結構狭い（寮による）私の寮にはキッチンは無かった。トイレとシャワーは同じ部屋にあり、フロアの人（50 人程）と共同。このトイレとソファの使い方が非常に悪く、汚いのは日常茶飯事だったので、そこへの妥協は必須だと思う。私は比較的新しい寮に住んでいたの、寮内に食堂もあり、勉強するスペースもたくさんあった。ビリヤードや卓球台もある。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー・車で 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい レポート課題や、オンラインクイズ・テストが当たり前。PDF で配布される資料や教科書もあるので、iPad を持っていて非常に便利だった。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	カードケース。バスに乗る以外に現金を使う場面は 0 だった。お財布を持ち歩くと高張るので、カードケースに何枚か紙幣と、カードを入れて持ち歩いていた。 洗濯を溜めておくネット 部屋から洗濯室までは少し距離がある。毎日洗濯をする学生はなかなかいないので、洗濯を溜めておいてそのまま持っていけるような袋があると便利。
持って行かなくてよかったものと、その理由	服大量 私は大学のファンショップに売っている大学デザインの服をたくさん買ったので、帰りにすぐ荷物になった。現地でも、自分の持参した服はあまり着る機会はなかった。

自由記述：食事はキッチンがなかったので、途中で食堂に飽きてしまい、ご飯を食べる量が格段に減ってしまった。アメリカの外食は高いが、たまには息抜きをするべき。SIM カードを契約した時に無制限のプランを契約したが、大学内の Wi-Fi 環境がとても整っていたので、そんなに必要なかったし、少しのギガでよかったと思う。

生活環境調査 2022 年度 1 期発

基本情報

留学先大学	アメリカ・ウェスタンカロライナ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Blue Ridge Residence Hall
ベッドルームの共有人数	2
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：キャンパス内で特にアクセスの良い場所に位置していたのがよかった。留学前に宿舎の希望調査を出したが、希望したところより新しく費用の高いところに決まった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間半
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題提出のために使用するから
携帯電話の利用	日本で SIM カードを事前に購入して持参
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：円安ドル高の動きを見ながら、お金を使うべきタイミングを考えた

基本情報

留学先大学	アメリカ・ウェスタンワシントン大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英語教育

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Birnam Wood Apartment
ベッドルームの共有人数	2 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	国際交流部の担当の方

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：共用
 - キッチン：共用
 - テレビ：共用
- クローゼット：共用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：無し
 - シャワー：共用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：部屋全体が薄暗かった。
フルキッチンがあったため料理しやすかった。
キャンパスから少し離れたところにあったが、バスに乗れば 10 分程度で通学することができた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	Covid-19 検査
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題や様々な手続きをする際に便利だから。
携帯電話の利用	ソフトバンク アメリカ放題
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	食器や鍋、日用品は現地で購入すれば良いと思った。

自由記述：ミールプランは 1 番少ないもので十分。食堂のチケットは学期ごとにリセットされ、Subway などので使えるダイニングダラーは留学の開始時期を問わず、春学期が終わったらリセットされるため、それまでに使いきる必要がある。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ウェスタンワシントン大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
- 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
- バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
- 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
- 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
- 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Brinam Wood
ベッドルームの共有人数	2 人
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
- 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
- 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
- 洗面所：共用
- バスタブ：共用
- キッチン：共用
- テレビ：無し
- クローゼット：共用
- トイレ：共用
- リビング：共用
- 固定電話：無し
- 冷房：無し
- シャワー：共用
- 食堂：無し
- インターネットアクセス：共用

自由記述：ミールプランを買わずに済んだ点、またキッチンが部屋の中にあった点。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 5 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 大学の課題のため
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	400
持って行った方がよかったものと、その理由	日本食、物価が高いため
持って行かなくてよかったものと、その理由	特になし

自由記述：食事は安いスーパーになるべく行くようにしていた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ウェスタンワシントン大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Birnam Wood
ベッドルームの共有人数	1
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	NUFS の指定

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：共用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：比較的広く、キッチン完備で料理もでき良かった。2 人部屋×2 の 4 人共用だったがルームメイトに恵まれ、ストレスなく過ごせた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 10 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	分からない
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 大学に共用のパソコンがあるかわからないため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	900
持って行った方がよかったものと、その理由	リュックサック、楽だから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	シャンプーや洗濯洗剤等の日用品、現地で購入する猶予があったため

自由記述：学食ではなく自炊にこだわった。学食はチケットを使いきれない留学生ばかりだった。

基本情報

留学先大学	アメリカ・オハイオ州立大学ヤングスタウン校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- | | |
|----------------------------|-------------------------|
| ●大学の授業環境・自習施設：良い | ●留学生に対する生活面のサポートの充実：良い |
| ●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い | ●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる |
| ●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない | ●大学内・付近のセキュリティや治安：普通 |
| ●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通 | |

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Kilcawley house
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- | | |
|----------------------|---------------------------|
| ●宿舎のネットワーク環境：共用 | ●長期休暇中の滞在の可否：可能だが、使い費用が必要 |
| ●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通 | ●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い |

設備の有無/個人用・共用の別

- | | | |
|----------|-------------|-----------------|
| ●椅子机：個人用 | ●クローゼット：個人用 | ●冷房：共用 |
| ●洗面所：共用 | ●トイレ：共用 | ●シャワー：共用 |
| ●バスタブ：無し | ●リビング：無し | ●食堂：共用 |
| ●キッチン：共用 | ●固定電話：無し | ●インターネットアクセス：共用 |
| ●テレビ：共用 | | |

自由記述：よかった点は、キャンパスのセンターに位置していたため、どこに行くのにも便利だったこと。そして、地下に、卓球台やビリヤード台、共用キッチンがあり友人を招いて交流し、楽しむことができたこと。悪かった点は、キッチン用品、ベッドのシーツ、枕など自分で購入しなければなかった。ベッドに関してはマットレスしかなく、全て自分で購入した。その他は、シャワーが1フロアに4個あったのだが、そのうちの1つしかしっかりと温まったお湯が出なく、休暇中には、そのお湯が出るのにもいつも以上に時間がかかり、冬はとても寒かった。あと、寮に住むと、ミールプランに加入しなければいけなく、その一番安くて量の少ないプランでも、とても高く、量も多かったのでミールプラン加入が強制的ではない方がよかった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車で約 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題やオンライン授業などでパソコンを使う機会が多いため。大学から借りることのできるはず。
携帯電話の利用	日本で SIM カードを事前に買って持っていき、現地についてから今まで使っていた SIM カードと自分で SIM カードを交換した。
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	延長コード、自分の好きな化粧品、インスタントの日本食、
持って行かなくてよかったものと、その理由	マスク。現地についてすぐ。マスクが必須ではなくなり、大量に持っていく必要はなかった。

自由記述：お金については、円安がどんどん進んでいた時期だったので、ついてすぐノイ現地の口座を開設するべきだったと思った。

基本情報

留学先大学	アメリカ・オハイオ州立大学ヤングスタウン校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：バディ制度のようなものはないが、現地学生やインターナショナルオフィスの職員が手助けしてくれる

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Kilcawley house, Cafaro house
ベッドルームの共有人数	前半半分ダブルルーム、後半半分シングルルーム
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：キッチンやランドリールームが共用で地下にあるので、少し不便。また、潔癖症の人にはシャワーやトイレなどを使うのが厳しい

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ダイニングホール、自炊、外食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 寮にパソコンはあるが、クラスで使うため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：特になし

基本情報

留学先大学	アメリカ・オレゴン大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮とホームステイ/Kalapuya Ilihi
ベッドルームの共有人数	2 人
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	友人・知人の紹介から

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：不可

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：バスルームがそれぞれのタイプについている寮を選びました。しかし、女子 3 人で 1 つのバスルームをシェアするため、大変なこともありました。そのため、2 以上でバスルームをシェアする場合は、部屋にバスルームがついているタイプの寮の部屋よりも部屋の外についている方が何かと便利だと感じました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	寮に住んでいた時は、学食、自炊。ホームステイをしていた時は、ホストファミリーが用意してしてくれた。
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題ではもちろん、授業中のノートもパソコンでとる場合があったり、パソコンを利用しながら授業に参加したりする授業もありました。そのため、パソコンは何かと必要になる場面が多いため、必須なのではないかと思います。
携帯電話の利用	日本でアメリカで使用可能の SIM を購入しました。アメスマという会社を利用しました。
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	水筒：アメリカの大学にはたくさん給水器があり水を補充できます。また、水もアメリカでは買うと高いため、水筒は持って行った方がすぐに使えるので便利だと思います。 割り箸ではない箸：テイクアウトしたときにカトラリーがない場合が多いです。 約 10 日分の下着と靴下：寮の場合、洗濯は基本的に有料で忙しくて頻繁に洗濯ができないことも多くなると思うので、下着と靴下は 1 週間分以上持って行った方が後々現地で追加購入しなくても良いので楽だと思います。
持って行かなくてよかったものと、その理由	ノート：現地でも売っているし、日本から持って行く際に荷物にもなると思います。また、現地での授業は基本的にパソコンでノートを取る場合も多いため、実際に授業に行ってからノートを買うかどうかを決めることもいいと思います。

自由記述：お金は、円安だったため、円安が少し和らいだ日に ATM から現金を引き出して使用したりしました。アメリカの大学は生徒に多くのフリースタッフを支給している場合が多いので、大学の公式インスタグラムなどで情報を逐一チェックしていました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・オレゴン大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界共生

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：私が学部授業で履修していたうちの一つの、ジャーナリズムの学部は、専攻をきちんと決めていくため、生徒へのサポート体制が手厚かった印象を受けました。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮：1 ターム、ホームステイ：2 ターム/Unthank Hall
ベッドルームの共有人数	2 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：良かった点はセキュリティがしっかりしてたことと、新しく建設された寮だったので、清潔だったことです。悪かった点は、退寮した後に寮に入ったことが延長して利用していると勘違いされ、追加料金を請求され、その手続きをすることが面倒だったことです。重視した点は、そこの大学に留学したことのある人に、寮の雰囲気や設備など、詳しく聞いて決めたことです。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 20 分程度
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	なし

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業中に急に出して使う場面などがあるため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	255
持って行った方がよかったものと、その理由	特にありませんが、日本食は持って行ってよかったと思います。
持って行かなくてよかったものと、その理由	生理用品、コンタクト洗浄液：学校のトイレに生理用品が多くあったこと、どこでも売っていたから

自由記述：食費は、節約のためにチップを払わなくても良いお店では払わないようにしていました。また、学校内で配られているフリーフードを週に一回もらいに行って食費を節約していました。通信機器については、現地の 3 大キャリアと、自分の留学先地域がどのキャリアが 1 番使われているかを調べて、選びました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・オレゴン大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：語学学校にはカンパセーションパートナーと言って週一度 50 分一緒に会話をする時間が設けられていた。学部授業の方には、授業にもよるがチューター制度があり好きな時に決められた教室に行き先輩に質問できる環境があった。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Unthank hall、Earl hall、Glonal scholars hall
ベッドルームの共有人数	3
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	友人・知人の紹介から

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：一学期目に住んでいた Unthank hall はシャワー、トイレが部屋についていて 1 人のルーミーと共だったが自分たちで当番を決めて掃除したりしないといけないので少し面倒だった。共有の bath であれば掃除しなくてもよいので楽だった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 25 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	なし

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題など PC を使って行うから。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	400
持って行った方がよかったものと、その理由	レインジャケット オレゴンは夏以外よく雨が降るから。 日本のお菓子や食べ物 アジアンマーケットはあるがすべて高いから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：食事は 3 ターム寮で食べないといけなかったので飽きた。ほかの大学に比べかなりオプションが多く、新しく出来たばかりの寮ではおいしいものが食べられるが最後 2 か月くらいで飽きてしまった。また、キャンパス内にヘルスセンターがあるので安心。

基本情報

留学先大学	アメリカ・オレゴン大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	春、秋タームは大学寮、夏の間はホームステイ/アンサンク、アールホール、グローバルスカラーホール
ベッドルームの共有人数	アンサンク：2 人、アールホール：2 人、グローバルスカラーホール：3 人
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：シャワーが部屋にひとつずつあるのか、フロアで共有なのか。
料金が支給金額よりどのくらいオーバーしてるか。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	特になし

生活全般について

主な食事の用意	ホームステイ中はファミリーが用意
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題や授業でパソコンの持ち込みが求められることがある。
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	400
持って行った方がよかったものと、その理由	洗濯ネット、日本の薬
持って行かなくてよかったものと、その理由	服、食品

自由記述：食事のためのミールプラン 50 ポイントが足りなくならないように計算。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立工科大学ポモナ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Bonita
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，インターネット機器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：ルームメイトに恵まれました

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	Uber 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題を全てオンラインで提供する為
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	600
持って行った方がよかったものと、その理由	冬服 想像以上にカリフォルニアが寒かった為
持って行かなくてよかったものと、その理由	特になし

自由記述：夜間の外出、治安の悪い場所には 1 人では行かない

生活環境調査 2022 年度 1 期発

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立工科大学ポモナ校				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Sicomoro(Spring), Village(Summer)
ベッドルームの共有人数	Sicomoro では 2 人部屋、Village では 1 人
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：シコモロとセコヤは同じ階で男女混合なので気にする人は他を選ぶべき

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題や資料閲覧はオンラインで行う
携帯電話の利用	携帯が壊れる前は Softbank のアメリカ放題を使用
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	スーツケースの重さを測る道具
持って行かなくてよかったものと、その理由	服

自由記述：食事は偏らないようにした

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立工科大学ポモナ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界共生

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/residential hall, suites
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：無し
 - キッチン：共用
 - テレビ：共用
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：常に RA が常駐しており、問題があれば夜中でも駆けつけてくれることはよかった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 50 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 資料が紙で配られることはほぼなく、また課題を行うにはパソコンが必須であった。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	ウェットティッシュ、洗濯ネット、文房具は日常的に使うが手に入りにくい。折りたたみ傘：カリフォルニアはほとんど雨が降らないため、いざ雨が降ると傘が売り切れ、もしくは売られていない。
持って行かなくてよかったものと、その理由	変圧器は必要ない。

自由記述：友達との食事の支払いなど、お金の送金は Venmo や Zelle といったアプリが使用される。しかし、それには銀行口座開設が必要になる。口座開設をする予定がない場合、多めに現金を持っていく、もしくは現地でお金を下ろせるようにしておくが良い。
また身分証明に関して、現地ではパスポートしか有効な身分証と認められない。時間と手間はかかるが、留学生でもカリフォルニア州の身分証明のカードを作成できることを知っておくと良い。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立工科大学ポモナ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/bonita
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：共用
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：個人用

自由記述：キャンパス内にあるためとても便利。寮費がとても高い。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題をするのに必要
携帯電話の利用	現地で契約
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	日本製の日用品：現地で買うと高い、もしくは売っていない
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：学食はしばらくすると飽きる。キッチンがあるため自炊できるが車がないと買い出しが大変。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立工科大学ポモナ校				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Residential hall (Sicomoro), Residential suits (Estrellas)
ベッドルームの共有人数	Sicomoro 2 / Estrellas 1 (キッチン・リビング 4 人/バスルーム 2 人で共有)
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：無し
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：Sicomoro のエレベーターがよく壊れ、階段を利用する必要があったこと。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	ピックアップを手配 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	Suites に移ってからはキッチンがあるため自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業で毎日利用した。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	800
持って行った方がよかったものと、その理由	メガネ アメリカでは高いと聞いた。
持って行かなくてよかったものと、その理由	コート 冬でも思ったより暖かった

自由記述：銀行口座がないと Zelle や Venmo が利用できないため、割り勘をする際に現金が必要。そのために他で使いすぎないようにした。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サクラメント校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/American River Courtyard
ベッドルームの共有人数	2
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，掃除道具，お風呂道具，料理道具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：コロナの影響で留学可否の最終決定がかなり遅かったため、空いている宿舎が一つしかなく選択肢が無かった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 2 時間半
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	ワクチン接種

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 外大のように授業以外でパソコン室を使うことが出来なかった。また共有パソコンは台数も少ない上、寮には一台も無く夜中まで勉強する為には自身のパソコンが必須であった。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	スキンケア類、一度現地で購入したスキンケア商品で顔中にかゆみが生じたことがあったので日本から持ってきた物を留学中使い続ける事が出来た。 たこ足コンセント、共有ベッドルームにはコンセントが 1 人 2 つしかなく、さらに非常に使いにくい場所に設置されていたのでたこ足プラグのおかげで電子機器は快適に使うことが出来た。
持って行かなくてよかったものと、その理由	ワンピース、日本にいた時は頻繁に着ていたが、アメリカでは丈の長いドレスを日常的に着ている人も少なく、私も普段からおしゃれをしすぎる必要もないなと現地の考えに賛同したため T シャツや丈の短いパンツ等現地で購入した服をよく着ていた。

自由記述：現地でしかできない経験にはお金を気にせず自分のやりたいことをどんどんやろうと思っていた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サクラメント校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：わからない

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/American River Courtyard/ Riverview Hall (夏季休暇中のみ)
ベッドルームの共有人数	2 人、キッチン是他 3 人とシェア
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：2 期は友人のいる Hornet Commons というアパートにいる事が多かったが、やはりアパートの方が住みやすいと感じてしまった。American も Riverview もミールプランに強制加入しなければならず、それが厄介だった。（Hornet は任意加入のため、アパートが選択できれば出費を抑えられて最高だった。）良かった点は階ごとに自習室があった点である。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	uber で 2 時間程度
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 何をするにもパソコンは必要になるため、自分専用を持っていた方が効率がいいから
携帯電話の利用	日本の会社でアメリカの sim を購入した
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	2000
持って行った方がよかったものと、その理由	薬、アメリカのものは色が毒々しく使う気が失せるため
持って行かなくてよかったものと、その理由	洋服、現地で買える為

自由記述：円安が酷く、どんどんお金が飛んでいってしまうが、気を病まずにいて欲しいと思う。また、高いがオーガニックのものを買った方が健康にはいいと思う。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サクラメント校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/American River CourtyardとRiverview Hall
ベッドルームの共有人数	AMC:2 人でルームシェア、Riverview:1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，バス用品
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：食堂やバス停、キャンパスは、寮から大変近かったため、移動が便利だった。
AMC では、エアコンの温度の調整ができなかったため、冬は寒い時があった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	SFO から車で約 2 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい パソコンのドキュメント等でノートをとることが多く、分からない単語をインターネットの辞書ですぐに調べることができるため。また、テストもオンラインで行われることが多いため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	日本食。食文化がかなり異なり日本食が恋しくなることが多く、授業が大変なことも多いため、即席のみそ汁などを持っていくと簡単に食べることができ、かつ、安心感を感じました。
持って行かなくてよかったものと、その理由	生理用品。他の学校は分かりませんが、私が留学した学校では、生理用品を無料でもらうことができたため。

自由記述：寮に住んでいる学生は、月 450 ドルほどのミールプラン（寮の中のカフェテリアで一週間に 8 回使用可能。バイキング式）に入ることが必須であったため、少なくとも月に 6 万円は食費にかかっていました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サクラメント校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：他の生徒との扱いの違いがあり、不便な場面が多々あった。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/American River Courtyard
ベッドルームの共有人数	2 人
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：部屋に電子レンジしかなかったので、不便だったが学食があったの長期休暇以外はあまり困らなかった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車、バスで 2 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内にあったが、留学生は使えなかった。
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい レンタルはできるがその日に返却しないといけなくて課題ができない。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	炊飯器、もしくは米を炊ける何か。長期休暇の間は学食がなくて自炊する際にあったら便利だった。
持って行かなくてよかったものと、その理由	資格勉強の本など。重い上に留学中に資格勉強するよりも留学先での生活を満喫することを優先しがちになり、結局ほとんど読まない。案外暇な時間がない。

自由記述：とにかく物価が高い。節約生活を心がけないとやっていけない。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サクラメント校				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/American River Courtyard
ベッドルームの共有人数	2
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：私が住んでいた部屋のバスルームは元々すごく汚れていた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車で 2 時間半ほど
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	利用したことがないのでわからない。
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい パソコンでレポートを書いたりするから。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	1700
持って行った方がよかったものと、その理由	持ち込める日本食、到着して数日は食事に困るから
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：わたしはできるだけ現金を使っていたが、アメリカは日本よりキャッシュレス化が進んでいるので、カードを使う人が多かった。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サンバナーディーノ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	アパートメント/the gren
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	大学

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：不可
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：個人用
 - バスタブ：個人用
 - キッチン：共用
 - テレビ：共用
- クローゼット：個人用
 - トイレ：個人用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：個人用
 - シャワー：個人用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：個人用

自由記述：とくになし

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー2 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：自炊をする

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サンバナーディノ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/university village
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：・university village は一人部屋なのでとてもよかった。古い寮だったが綺麗だし悪くはない。食洗機はほぼ壊れている。ルームメイトはとても優しい人が多い。RA もいるので困ったら聞くことができる。この大学に通う人はこの寮にすべきだと私は思う。
・Glen というアパートは選ぶべきではない。オフィスの対応が悪く、部屋の壁がとても薄く、共有スペースは汚く臭い。光熱費がだんだん高くなっていくので多く払うことになる。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい レポートやプレゼンで必要
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	スリッパ、土足だから
持って行かなくてよかったものと、その理由	おしゃれな服、おしゃれすると浮く

自由記述：

水はそのまま飲むのではなく、浄水するポットに入れてから飲む様にした

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サンバナーノ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：悪い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/UV
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，インターネット機器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：不可

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：日用品が買えるお店が近くにあるか。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車で 2 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 自分が持っているものが使いやすから
携帯電話の利用	現地で契約
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	0
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：治安が悪いです

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サンマルコス校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/クアッド
ベッドルームの共有人数	2
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	外大指定

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：部屋によって差があるが、私の部屋は綺麗だった。ランドリーが壊れている物が多く、きちんと動くものを探すのが大変だった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 2 時間半
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	わかりません
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業でエッセイが多い
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	日本の調味料
持って行かなくてよかったものと、その理由	割となんでも現地で揃います

自由記述：パントリーを利用して、食費を抑えた

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サンマルコス校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通
- 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
- バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
- 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
- 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
- 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ&大学寮/The QUAD
ベッドルームの共有人数	部屋によって異なるが、学校指定の部屋は 2 人でシェア
自身で購入が必要なもの	寝具
その宿舎を見つけた方法	友人・知人の紹介から

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用
- 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
- 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
- 洗面所：共用
- バスタブ：共用
- キッチン：共用
- テレビ：共用
- クローゼット：個人用
- トイレ：共用
- リビング：共用
- 固定電話：無し
- 冷房：個人用
- シャワー：共用
- 食堂：無し
- インターネットアクセス：共用

自由記述：夜うるさい

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	寮のときは自炊、ホームステイのときはホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業に必須
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	2000
持って行った方がよかったものと、その理由	常備薬、生理用品
持って行かなくてよかったものと、その理由	服

自由記述：体調管理

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サンマルコス校				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	ヘアドライヤー
その宿舎を見つけた方法	大学による手配

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：個人用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：とても優しいホストファミリーでした。選べないですが、気に入らなかつたら変えることもできます。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 40 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい パソコンを通して課題提出を行うため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	1300
持って行った方がよかったものと、その理由	ドライヤー、なかったため。
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：貴重品の管理に気をつけていた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サンマルコス校				
留学制度	TESSⅢ	留学期間	1 年	学科	世界共生

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/QUAD
ベッドルームの共有人数	2 人部屋が同じフラットに 4 つある部屋でキッチンで 8 人で共有（基準は JIMSON DOUBLE）
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：悪い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ラウンドリーでジーンズを盗まれた。窃盗と喫煙がすごかった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	徒歩 15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	アプリの取得

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題をやりやすい。
携帯電話の利用	ソフトバンクアメリカ放題（旅行にたくさん行くなれば楽なかも）
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	クレカ、日本食
持って行かなくてよかったものと、その理由	服、靴、かばん 誰も気にしてない。パジャマのチェック柄ズボンで登校するが流行ってた。

自由記述：薬代が立て替えとなり、返金までに時間がかかった。咳止め 3 種で 1 万ほどした。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サンマルコス校				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	なし
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：個人用
 - バスタブ：個人用
 - キッチン：共用
 - テレビ：共用
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：個人用
 - シャワー：個人用
 - 食堂：無し
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：犬がいてよかった

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間と少し
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 学校で使用
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	1 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	爪切り（質がいいから）
持って行かなくてよかったものと、その理由	マスク（ほとんどつける必要がなかったから）

自由記述：食べすぎないようにした

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学サンマルコス校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：設備がとてもよかったです。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイと大学寮/the quad
ベッドルームの共有人数	学期中は 2 部屋で、夏休みは 1 人部屋でした。
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：設備が整っていて、部屋も広くてよかったです。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車で 30～40 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業に必須
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	デビットカード 現金を引き出すのに使用 薬 アメリカの薬は強い 化粧水 すごく乾燥するし、アメリカの物を顔に使うのが少し怖いから
持って行かなくてよかったものと、その理由	生理用品 大学内で無料でもらえたのと、特に肌が荒れることがなかったため

自由記述：円安の影響もあり出費がひどかったので、自炊を心掛けました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学スタニスロース校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：バディプログラムでは、1 人の留学生に対して 2 人の現地学生のバディがおり、相手と合う合わないがもちろんあるが、合えばとても頼れる存在になる。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Dorm
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，マットレスのみ装備
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：寮は割と綺麗で悪い点は特にありません。洗濯機乾燥機も無料で使用可能です。スーパーは徒歩 20 分ほどのところにあります。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 2 時間弱
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食+自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい クラスの課題で使用する機会が多いため。
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	600
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	日用品は現地調達可能

自由記述：週に一度無料で食料品をもらえたので、それがとても助かりました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学スタニスロース校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Residential life village 3
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：良かった点は、治安がいいこと。悪いことは、日用品を買いに行くとき、ほとんどの店が歩きでは遠いこと。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バスで 2 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい テストをオンラインで受ける授業もあるため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	特になし
持って行かなくてよかったものと、その理由	たくさんの服。現地で買える。

自由記述：円安の影響と物価の上昇でかなりお金の節約に力を入れた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学スタニスロース校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/
ベッドルームの共有人数	自分を含め 2 人
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：共用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：共用
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：共用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：無し
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：キッチンやバスルーム、リビングを共有するルームメイトが自分を含め 6 人おり、友達の輪が広がった。常に騒がしく寂しい気持ちにならなかった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車で約 2 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	いいえ 申請すれば、大学のパソコンを無料で借りられるから。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	お土産…喜ばれる
持って行かなくてよかったものと、その理由	洗濯ばさみ…乾燥機があるから不要 電圧変換機…壊れる心配がないものは、使わなくても機能する

自由記述：食事は、大学寮に住むならミールプランを買わなければいけないが、一番安いプランを選び足りない分は自炊するのが金銭的に一番良い。COVID のブースターは自分で近くの薬局にアポイントを取り打った。通信機器は SIM カードだけを変えた。

生活環境調査 2022 年度 1 期発

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学スタニスロース校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：よかった点として周りに警察がいっぱいいるので安心できたこと

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	いいえ 学校で貸してくれる制度がある
携帯電話の利用	現地の電話回線は利用していない（携帯電話は Wifi 環境下のみ使用）
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：自炊をして、不健康なアメリカの食べ物を避けた。周りに病院があるかを確認すべき。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学モンレーベイ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/North Quad, Promontory
ベッドルームの共有人数	同室者 1 人
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 長期休暇中の滞在の可否：元々は不可能であったが、インターナショナル生は行くところが無くなってしまったため、申請した後可能になった。夏の長期休暇は寮費がかかるが、冬休暇は 3 週間のみのためかからないと聞いた。

●大学の通学や日用品購入の際の交通の便：良い
- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：North Quad にはキッチンが建物内に一つしかないが、うまく利用できた。Promontory よりもドアや壁が厚くて良い。洗濯機も乾燥機も 10 個ずつあり、無料で使うことが出来た。火事でなくても火災報知器が毎週鳴る建物も隣にあった。夜中でも毎回外に出ないといけなくらい音が大きいので少し大変だと思う。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	サンフランシスコ空港まではバスで 3 時間、地元の空港（モンレー）は車で 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	ID の取得

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 15 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 図書館にもパソコンはたくさんあるが、授業で使う確率がとても高い。クラス内でパソコンを使ってテストをすることもあるため、必須だと思う。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	パソコン（上記の理由）、長袖や上着（年中風が強くて寒い日が多い）、捨ててしまっても構わないと思えるもの、服やかばんなど
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：1 期の終わりにミールプラン（7 days)の仕組みをやっと理解し、同じものでは使い切ることが出来ないと判断したため、2 期はかなり少ないもの(Monterey 100)にした。5～6 万程安くなったうえ、最後までなくなる心配をせず使うことが出来た。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学モンレーベイ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：モンレーはとても安全な地域なので過ごしやすかったです。wi-fi が弱くパソコンがうまく動かないことが頻繁にありました。留学担当者の方がいるので、わからないことをメールで相談すると、比較的早く返事がきます。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	授業期間は大学寮、夏休み期間だけホームステイ/Pinnacles (North Quod)
ベッドルームの共有人数	2
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境 ：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：春休み、秋休みは滞在可、夏休みは不可

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：エレベーターの故障が起こる、火災報知器が頻繁になり、鳴るたびに全員外に出なければいけなかった。施設は一週間に一回掃除されているので比較的綺麗に保たれていた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	シャトルバス 2 時間 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	税金

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業の全てでレポートなどの提出がオンラインだった。パソコンをカリス制度があるかわからないため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	30
持って行った方がよかったものと、その理由	延長コード：コンセントも共有なので足りない。お米を電子レンジで炊ける容器、ふりかけやお味噌汁、消しゴム：アメリカで買ったものは消しにくかった。風邪薬、モバイルバッテリー
持って行かなくてよかったものと、その理由	日常で使う消耗品などは現地で買った方が荷物を減らすことができる。

自由記述：学外の医療機関は利用しないようにした。オンラインで 2 ヶ月ごとなどで買うことができる SIM は変えるたびに電話番号も変わるので不便だと思う。現金を使う場面は割と少ないと想像していたが、友人とご飯に行って割り勘をするときやチップ、交通機関などで必要な場面があるのもっていくべき。もしもって行きすぎてもスーパーなどのセルフレジで使うことができるので少ないよりは多い方が安心。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学モンレーベイ校				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：大学専用のアカウントを使うとオンラインでさまざまな論文や本にアクセスできるので課題をするのにとっても役に立った。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Pinnacle Suit
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：個人用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：個人用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：個人用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：電子レンジしかないので冷凍食品しか買えない

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 1 時間半
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	大学での健康保険加入

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	把握してない
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題はほぼオンライン上での提出だから
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	寝具を持っていったほうがいいと思う。日本で買った方が半額くらいになる。
持って行かなくてよかったものと、その理由	特になし

自由記述：常に体調管理に気をつけた方がいい。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学モンレーベイ校				
留学制度	認定	留学期間	1 年	学科	英語教育専攻

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/
ベッドルームの共有人数	3 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	現地業者のサービスを利用

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：申請後、可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：私は、料金をフォーカスしたので、メインキャンパスにある寮を選びました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車約 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 図書館にも沢山あるが、自分の部屋で学習をしたい場合には必須。
携帯電話の利用	現地の電話回線は利用していない（携帯電話は Wifi 環境下のみ使用）
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	即席で作れる日本食 現地のご飯は基本同じため、気晴らしに持っていくとよい
持って行かなくてよかったものと、その理由	ノート、紙類 学校の売店で購入できる

自由記述：食事に関しては、時々外食をしたが、基本は食堂だった。
医療や通信機器については、学校内の物を利用した。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学モンレーベイ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/ピナクル
ベッドルームの共有人数	2
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，インターネット機器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：キッチンを使うか、ミールプランを高いものを買うか

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 3 時間弱
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業内で使うから、課題にも必須
携帯電話の利用	現地でプリペイド携帯を購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	下着、自分に合うものを見つけるのが難しい
持って行かなくてよかったものと、その理由	服、現地で購入可能

自由記述：貴重品管理

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学モンレーベイ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/North Quad
ベッドルームの共有人数	2
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ミールプランが付いていた。教室から近いことが良かった

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 2 時間 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題でレポートが出されるため、テストがオンラインで受けなければいけない授業もあるため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	700
持って行った方がよかったものと、その理由	日焼け止め、日差しが強くて夏は必須であった。
持って行かなくてよかったものと、その理由	大量の服、たくさん持っていかなくても現地で洋服は買えるから。帰国する際に荷物が多くなって寄付したりしたから最初からあまり持つわていかないほうがいい。

自由記述：食事は野菜中心にしていた。お金は必要な分だけ財布に入れて残りは防犯のためにパスポートと一緒にスーツケースに入れていた

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア州立大学モンレーベイ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界共生

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
- 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
- バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない
- 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
- 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
- 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Vineyard
ベッドルームの共有人数	2
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
- 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
- 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
- 洗面所：共用
- バスタブ：共用
- キッチン：共用
- テレビ：無し
- クローゼット：個人用
- トイレ：共用
- リビング：共用
- 固定電話：無し
- 冷房：無し
- シャワー：共用
- 食堂：共用
- インターネットアクセス：共用

自由記述：ある程度清潔さがあり、冷蔵庫や電子レンジが部屋にあること。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 3 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 全ての課題はパソコンで提出し、緊急で授業がズームになったりすることもあったため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	750
持って行った方がよかったものと、その理由	薬 現地のものだと強すぎたり、不安だったりするため
持って行かなくてよかったものと、その理由	マスク アメリカではマスクはしないため

自由記述：提携病院は確認しておくこと。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア大学アーバイン校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ・民間寮/Dartmouth court
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	なし
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：個人用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：歩いて 3 分の距離に位置し、アクセスが抜群に良い

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間、トラフィック有りだと 1 時間半以上
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須だった（大学のサポートなし）
その他、学外で必要だった手続き	引越し

生活全般について

主な食事の用意	外食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業において PDF 化された文献を多く用いるため
携帯電話の利用	渡航前にオンラインで購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	3000
持って行った方がよかったものと、その理由	バリカン(男) 紙を切るのがめんどくさい
持って行かなくてよかったものと、その理由	服 靴（特に靴）現地調達する

自由記述：特になし

基本情報

留学先大学	アメリカ・カリフォルニア大学アーバイン校				
留学制度	TESSⅢ	留学期間	1 年	学科	世界共生

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：交換留学生は正規の学生の履修登録が完了してから、空きのある科目にのみ履修リクエストが出せる仕組みでした。自分の受けたい授業が受けられる保証はないので、学びたい分野の種類が少ない・幅が狭い学生よりも、様々な分野に興味がある学生に向いている大学だと思いました。また、学生数が多いためか、履修登録に関して詳しく教えてくれたり手厚くサポートしてくれるわけではないので、自分で道を切り拓いていけるような、意志の強いド根性タイプの学生でないと、ハードかもしれません。留学生のサポートしてくれるオフィスが、無料のアクティビティ(会話・スポーツ・野菜ジュース作り・多肉植物を植える 等)と、有料のアクティビティ(エンゼルス の試合を観に行く・サーフィンレッスンを受ける・ヨセミテに行く・ラスベガスに行く 等)を頻繁に企画して告知してくれるので、他の留学生と関わったり、外に出たりする機会は多く提供されていると思いました。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	シャンプーなど
その宿舎を見つけた方法	現地業者のサービスを利用

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：思わぬトラブルが続出し、9 か月間の留学生活でホームステイを 3 か所、寮を 2 か所、知人の家、と 6 か所に滞在しました。

流れとしては、
ホームステイ(4 か月・ホストの違法行為により退去)
→知人の家(2 週間・次の場所が決まるまでの仮住まい)
→寮(2 週間・本来であれば留学生は受け入れ不可だが、特別に受け入れていただく、虫の大量発生)
→寮(2 週間・正規の学生が不在の、夏の終わりまで滞在)
→ホームステイ(3 週間・ホストを手配するエージェントの不幸により、手配ができておらず、こちらの家庭に緊急で少しの間受け入れていただく)
→ホームステイ(2 週間・エージェントに改めて手配していただくが、ホストが女性嫌悪で、罵詈雑言・食事抜き)
→ホームステイ(2 ヶ月半・緊急で受け入れていただいた家庭に再度受け入れていただく)
です。こんなにも引っ越しを経験する留学生はなかなかいないと思いますが、もし滞在先でうまくいかなくとも、最終的には自分に合った場所に巡り合えると思いますので、心を強く持って、あまり心配せず、授業や就活などの集中すべきことに目を向けて頑張ってください。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車とバスで 3 時間、または Uber や Lyft などの配車アプリで 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	バス 30 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業に必要な情報や資料は、Canvas という Google Classroom のようなサイトで配布されます。また、課題も基本的にはそこにアップロードすることで提出します。スマホやタブレットでは、資料がうまく表示されないことがあるようでした。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	800
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	電子辞書　スマホを使うので必要ありませんでした

自由記述：現金を使う場面はほとんどなく、むしろ現金が使えない場面のほうが多いため、用意は小額紙幣を 2～3 万円分ほどでよいと思います。その代わり、カードの限度額は、物価を考慮し、普段日本で使う額よりも少し多めの額に上げてから渡航することをおすすめします。現金は、友達と割り勘したときや、個人的に申し込んで行ったツアーのバス運転手さんやガイドさんにチップを払ったときに使いました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カンザス州立大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：学生が過ごしやすい環境を第一に考えて作られたキャンパスだった。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Marlatt hall と Jardine apartment
ベッドルームの共有人数	Jardine は 1 人部屋あり、Marlatt hall は私を含め 2 人同室
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：分からない

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：共用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：Marlatt hall は設備は良いものの、必ず学期 30 万円ほどかかる学食代を宿舍費とは別に払わなければならなかった。外大からの奨学金のカバー外なので、実費で負担しなければならなかった。そのため、学食代のかからない Jardine apartment に途中から引越しをした。Jardine apartment は管理が行き届いており過ごしやすい宿舎だった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 25 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	Marlatt hall 時は学食。Jardine では自炊。
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 大学では課題や時によっては授業等全てがオンラインで行われるため必須。
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題サービスを使用
持参したクレジットカードの枚数	1 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	お菓子。(留学先へのおみやげ)
持って行かなくてよかったものと、その理由	日本からの教科書(アメリカで使うかと思い沢山英語関連の教科書を持って行ったが、実際は課題などでなかなか時間は取れず、帰国時の荷物になった。持っていくのならば一冊程度の最低限が良いかと思った。)

自由記述：アメリカではコロナに対する意識が随分と低くなっていたので、帰国が近くなると日本入国時の条件などを注意していた。3 回目の接種があると、とてもスムーズに入国できるとのことで、帰国間際に慌てて 3 回目を接種した。大学内の病院でとてもスムーズに、無料で打ってもらえた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・カンザス州立大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：housing(寮など)の契約や連絡はなかなか連絡がつかず、支払いの部署ともあまり連携が取れていない印象。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	オンキャンパスのアパート/Jardine Apartment
ベッドルームの共有人数	ルームシェア（一人一室個室あり。最大 4 人でリビング、トイレなど共有）
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：寮と違い、meal plan への加入が必須ではない点。その分、寮よりも家賃がかさむ。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車で 30 分（Manhattan Regional airport より）
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	保険入会（外大とは別）

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	事前に日本での接種記録（英語版）を見せるか、waiver を提出すれば、必要なし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 図書館から貸し出しを行うこともできるがほとんどの授業や課題でパソコンが必要なためある方が望ましい。
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題を利用。
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	パソコン。ほとんどの作業をパソコンで行ったから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：お金は基本的にカードを使用。お店によってはカードしか使えない店もあった。

基本情報

留学先大学	アメリカ・サンフランシスコ州立大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：わからない
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Manzanita Square
ベッドルームの共有人数	2 人
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：休暇中も授業を取れば可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：共用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：共用
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：無し
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：新しいため綺麗。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車で 15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 紙媒体を使うことはほとんどなく、履修した全ての授業でパソコンが必要であった
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	近くに韓国系のスーパーがあり日本食が手に入りやすいので、たくさん持ってくる必要はないと思った。

自由記述：物価が高く、外食するとお金がかかるためできるだけ自炊をすることを心がけた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・サンフランシスコ州立大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：わからない

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/UPN
ベッドルームの共有人数	2 人
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：共用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：UPN は建物自体古いけど家が全体的に広く住みやすかった。クリーンさを求めるなら Manzanita に行ったほうがいい。UPN の中でもたくさん種類があってどれに決まるかはギリギリまで分からないし。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 20 分、電車とバス 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題や授業で必要なため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	10
持って行った方がよかったものと、その理由	女子だとナプキン 現地で買うとめっちゃくちゃ高いし質も劣る
持って行かなくてよかったものと、その理由	たくさん服 服は正直現地でも帰る

自由記述：とにかくサンフランシスコは物価が高くてそれに加えてドル高円安で大変だったから節約を徹底した。

基本情報

留学先大学	アメリカ・サンフランシスコ州立大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/MSQ
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：無し

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：新しく綺麗

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種, コロナのワクチン 3 回
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業で必ず必要
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：物価が高すぎる。

基本情報

留学先大学	アメリカ・サンフランシスコ州立大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：わからない

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/UPN
ベッドルームの共有人数	1
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，掃除用具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：私がいた寮は夏休みの滞在不可だった

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：共用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：スーパーから近いかどうか

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい まだオンライン授業がある、課題のほとんどがパソコンから提出する
携帯電話の利用	日本の契約のまま
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1250
持って行った方がよかったものと、その理由	いろんな種類の薬（すぐ買いに行けないから）、ゆたんぼ（家の暖房が壊れていて、お願いしても直しにきてくれないから）
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：物価が高い上に急激な円安になり、お金の使いすぎに気をつけた

基本情報

留学先大学	アメリカ・ショアラインコミュニティカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/7000building
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境 ：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：綺麗だったが、壁は薄かった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 60 分、バス 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題提出のため
携帯電話の利用	現地で契約
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	0
持って行った方がよかったものと、その理由	なし
持って行かなくてよかったものと、その理由	余分な服

自由記述：円安だったので自炊で節約すること。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ショアラインコミュニティカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/7000 Living
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：買い物ができる場所まで、徒歩でいくと 20 分ほどかかるうえ、アップダウンもあるのできついです。週二回ある買出し専用のシャトルを活用すると便利に感じました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	徒歩五分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	バス 2 0 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい ショアラインコミュニティカレッジでは完全オフラインの授業がないこと。課題などをオンラインで提出することが多く、自身で持って行ったほうが良いことが多い。雪などが降り道のコンディションがわるいとキャンパスをしめオンラインでの授業になることもあるが、その際は図書館も締められ授業が受けられなくなる可能性がある。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	特になし
持って行かなくてよかったものと、その理由	英語の勉強道具。オンライン教材で十分

自由記述：できるだけ自炊しました

基本情報

留学先大学	アメリカ・ショアラインコミュニティカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/7000 campus living
ベッドルームの共有人数	2 人で 1 つの部屋を共有
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：キャンパスの中にあるので、授業にすぐ行ける。

寮がバス停となっているので、バスを使うのが便利。逆にバスの終点となっているので、不審な人が降りてくることもあった。
かなり急な坂の上にあるので歩くと大変。
寮内でのイベントが活発に行われている。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 1 時間、バス 40 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	バス 20 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業の課題が出される。授業をオンラインで行うケースもある。 しかし無料で借りることはできる。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	コロコロ 日本のようなスタイルで粘着力の強いものがなかなか売っていない
持って行かなくてよかったものと、その理由	お気に入りのおしゃれな服。 ほとんど着る機会はない。

自由記述：外食は高いのでできるだけ自炊を心がけていた。
近くにアジアンスーパーがあったので日本食が手に入りやすかった。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ショアラインコミュニティカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	国際日本

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	なし
その宿舎を見つけた方法	現地業者のサービスを利用

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ホストファミリーが美味しいご飯を作ってくれたり、遊びに連れて行ってくれたりしたのが良かった。バスルームが共用だったので使う時間を配慮する必要があった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間、バスと電車 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題提出に必要なだから。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	0
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：ホストファミリーと SMS を使って連絡をとっていたので現地の電話番号が役に立った。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ジョージメイソン大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/
ベッドルームの共有人数	1
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：自分のメジャーによって寮が振り分けられていた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題はパソコンを通じてすることが多いから
携帯電話の利用	現地で契約
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：クレジットカード決済が多かったため、念の為何枚が持っていくことをお勧めする。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ジョージメイソン大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Whitetop Hall, Rogers Hall
ベッドルームの共有人数	2 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器，調理器具，ライスクッカー、ハンガー
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：私の大学の場合、フルキッチンがない寮に住む学生は、ミールプランというダイニングホールで使う食事券のようなものを購入しなければならなかったのですが、それが一番安いプランでも\$2600 くらいで、数十万もかかるため、それを支払いたくなかったので、フルキッチンの寮に申し込みをしました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車で 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 全ての授業がパソコンが必須だった。レポートを書いたり、授業中に NUFS でいうクラスルームのようなアプリの、授業のページで共有ページに意見をお互いを書いてシェアをし合ったり、自分が書いたライティングを授業中に他のクラスメイトにシェアをする際にパソコンが必要だった。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	サンダル：夏の期間必要だった ハンガー：服を掛けられる場所が沢山あったので、ハンガーが必要だった。 キッチン用具：全てアメリカで購入し、もったいなかったのも、もっていっておけばよかった。 エコバッグ、トートバッグ：買い物をする際や、授業に行く際に必要だった。 ドライヤー：アメリカで購入した。 吊り下げ収納：棚はあったが、もっと必要だったので、タオルや小さなものを収納するのに役立つと思った。 クリアファイル：各授業で沢山プリントを配られたが、クリアファイルがなかったので、まとめるのが大変だった。
持って行かなくてよかったものと、その理由	なし

自由記述：食事はできるだけ米を食べるようにしていた。電話は現地で安いところを探して提携すればよかったと思う。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ジョージメイソン大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：わからない

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Potomac Heights
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	大学の Housing Office から割り当てられました。

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境 ：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：Housing Office に申請をすれば可能であったと思います。

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：部屋割と full kitchen（自炊が出来る設備付きのキッチン）が付いている寮か否かの希望のみ取られ、後は割り当てられるのを待つだけなので、学生から「ここの寮がいい」と名指しで選ぶことは出来ませんでした。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 40 分程度
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	キャンパス内にも Health Center のようなものがあるが、車で 30 分かかる程の所に、Inova Fairfax Hospital という大きな病院がありました。
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 記憶する限り、学校からのパソコン貸出サービスのようなものは無かった気がします。 図書館にパソコンはあるが、寮やクラスで使用する時にはどうしても個人のパソコンが必要になると思います。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	日本の食品：現地でも買うことができる、と私はほとんど持って行かなかったのですが、日本の価格の何倍もする値段で売られているものも多いので、持っていくことができる範囲で持参するのをおすすめします。これは現地で過ぎて少しずつ発見しましたが、例えば Wallmart でじっくり探せば、醤油や照り焼きのたれ、コンソメなどがアジア系のスーパーよりもはるかに安い値段で売られているので、そういったお店で買うのも節約のコツです。 タブレット端末：学部授業で毎週与えられる読み物の課題が NUFS の授業よりも本当に多いので、私は現地で iPad を購入し、それを使って資料を読んでいた。パソコンで Word を開きながら、タブレットで課題の資料などを確認もできるので、持って行って損はないと思います。
持って行かなくてよかったものと、その理由	多額の現地通貨：留学前に調べていたよりもはるかにクレジットカードを使うことが多かったです。（フードトラックや露店などでもカードリーダー持っていることが多いです。）友達との割り勘も、Bank of America で銀行口座を持っていればアプリを使ってオンラインで口座内のお金を送金できるので、私はそれを利用していました。 ノート：日本からノートをバックで持っていきましたが、ほとんど使いませんでした。現地でライン入りのノートを購入し、そちらを主に使っていました。

自由記述：食事：安いスーパーで冷凍食品や冷凍野菜を買って、冷凍庫にストックしていました。（サイズが大きいので、1 袋あればしばらく持ちます。）full kitchen が無かった寮に住んでいた時は、電子レンジを使って色んなものを作っていました。
医療：留学中に病院に行くなんて稀だろうと思っていたら、実際に私は緊急搬送されて、入院も経験しました。NUFS の留学前ガイダンスはどれも大事ですが特に、保険の回は理解できるまで確認した方がよいと思います。（書類の記入や保険会社とのやりとりも結構大変でした。）
通信機器：私は現地で使用できる SIM を日本の会社で購入しました。安さだけに惹かれて購入したものの、ひと月で使えるギガ数が少なかったのがネックでした。Uber/Lyft といった配車アプリや Google Map は留学中を通して必須なアプリなので、そうしたものが Wifi の無い環境下で十分使うことができるギガ数を提供している会社を探したほうがいいです。
お金：留学前にバイトをしてできるだけ貯金してください！あっという間に無くなります。

基本情報

留学先大学	アメリカ・チャタム大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：図書館が 24 時間開いているので、かなり役に立った

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/チャタムアパートメント／フィクスホール
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：セメスターが変わるごとに引っ越しが必要だった（学校が手配）

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 1 時間 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 10 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題や資料作成のため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	ブランケット（9 月ごろから寒い）・水筒（いたるところに補給スポットがある）
持って行かなくてよかったものと、その理由	ヘアアイロンや多すぎる化粧品（皆見た目を気にしないし、着飾る機会はそんなにない）

自由記述：学食はミールプランを購入し、使い切らないと損なため、かなり無理をして食べていた

基本情報

留学先大学	アメリカ・チャタム大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：自室に勉強机があったので、ほとんど自室で勉強していましたが、図書館が 24 時間空いているので、集中できない時にはかなり活用させてもらいました。図書館にはウォーターサーバーもあります。カフェでもたくさんの方が勉強していました。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学アパート+大学寮/チャタムアパート、fickes hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	全部ありました
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：個人用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：個人用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：選択権はありません。特に、悪い寮はないかと思います

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	留学サポートの方が車で迎えに来てくださいました。自分で行こうとすると、バス 1 時間強ほどです。
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題やテストはオンラインです
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題です
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	サランラップ、電子辞書、ダウン、水筒
持って行かなくてよかったものと、その理由	カイロ

自由記述：海外で処方される薬を飲んだことは無いのですが、日本から持ってきてよかったとは思っています。

基本情報

留学先大学	アメリカ・チャタム大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：私の部屋だけ勉強机がなく、寮に机がないことを申請したのにも関わらず何も処置がなく、結局勉強机が部屋にないまま 1 期分を過ごしたのが大変だった。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Fickes Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	特にない
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：無し

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：一人部屋がとても最高だった

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	渡航前のコロナ以外のワクチン接種の費用が 10 万を超えて金銭的にきつかった

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 全ての授業でパソコンを使うから
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	風邪薬 体調は崩さないと思っていてもやはり崩してしまうものだから。一回とは限らず私のように何回も。
持って行かなくてよかったものと、その理由	インスタント味噌汁 あまり味噌汁が恋しくならなかった

自由記述：円安がすごく金銭的にきつかった

基本情報

留学先大学	アメリカ・チャタム大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Fickes Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：共用
 - キッチン：共用
 - テレビ：共用
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：個人用

自由記述：壁が薄く、隣人の生活音が聞こえやすい

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 自宅など、プライベートな場所での学習が可能だから。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：円安ドル高だったため、物品の買いすぎには気をつけた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・チャタム大学				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学アパート/Chatham apartmemt
ベッドルームの共有人数	2 人
自身で購入が必要なもの	なし
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：共用
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：無し
 - インターネットアクセス：個人用

自由記述：きめられていた

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題が PC 必要
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	600
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：やすいスーパーに行くこと

基本情報

留学先大学	アメリカ・デラウェア大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：ライティングセンターが特に役に立ちました。レポートもそこにいけば、間違っている文法を直してくれたり、フォーマットを直してくれたりしてくれました。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/The Innternationale House
ベッドルームの共有人数	2 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：個人用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：個人用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：目の前にも寮があるので、騒音で起きることもありましたが、イベントも多く、楽しめる寮だと思いました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい すべての授業にパソコンが必須であったため。
携帯電話の利用	海外でも日本のプランで使えました。
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	アメリカは何でも売っているので特にはないです。
持って行かなくてよかったものと、その理由	マスクは、ほとんどつける機会がなく、また、学内でも無料で配布していたため。

自由記述：ほとんどのものが日本より高かったので、なるべくお菓子を買わないなど節約しました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・デラウェア大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☒ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：わからない

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	民間寮/INNternationale
ベッドルームの共有人数	一人
自身で購入が必要なもの	食器, 洗濯洗剤、掃除用洗剤、ティッシュ
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：個人用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：個人用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：悪かった点は、インターネットの回線がしばしば壊滅的で、断続的に接続されるような状況が 2 週間くらい続くことがある。特に、最終課題の提出や夜遅くまで学習する際には最も最大の敵となりうるため、安定したインターネットが供給される場所へ向かうために、外出を余儀なくされる。一方、冬は特に問題はないが、夏場になると日本で見られるハエの大きさの 3 倍くらいのハエが廊下や食堂を飛び回る光景が見受けられ、これが虫嫌いにとっては最悪となると思う。時折換気のために窓を開けるとすると、小さな虫が入ってきたり、他にも玄関から蜘蛛や蛾なども同様に入ってくることもある。良かった点は、これら二つの点以外である。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 50 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須だった（大学のサポートあり）
その他、学外で必要だった手続き	F-1Visa

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 時間割やシラバス、コースの登録や、課題の提出のためのキャンパスページの参照などに使う。パソコンがないと非常に厳しいといえる。
携帯電話の利用	出国前に softbank と契約し、アメリカ放題というプランを用いてスマホの利用が可能に。
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	薬類。アメリカに行くと多くの薬が薬局で陳列されていることがわかる。ある程度持参をしておいた方が緊急時において楽。
持って行かなくてよかったものと、その理由	基本的に持っていかなくてもよかったものはなかった。

自由記述：アメリカでは慢性的なインフレが続いており、自分が留学を開始した時期が円安であったりと、支出面では経済的な余裕がかなりなくなるほどの逼迫さがありました（とはいえ、自炊を駆使してうまく支出をコントロールをすればそこまでの痛みはないと思います）。医療に関しては、仕送りなどもあってか、特に問題はなかったのですが、気候の変化や環境の変化によるストレスなどから体調を崩すことがしばしばありました（コロナに罹患はしていない）。それに伴い、ある程度薬類を多めに持っていくことをお勧めします（CVS や Walgreen といった薬局で購入はできますが、先に述べたようにあまりお勧めはできません）。

基本情報

留学先大学	アメリカ・デラウェア大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/The internationale
ベッドルームの共有人数	1
自身で購入が必要なもの	調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：個人用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：個人用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：インターネットの調子が時々悪くなる。
立地が良い。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	ELI が用意したバンで 1 時間程度
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業で使用する。
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題を使用
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	洗濯ネット：服がボロボロになる サングラス：紫外線が強く目が開けられない 生理用品：クオリティーが違う 常備薬：安心する
持って行かなくてよかったものと、その理由	副言語の教科書：副言語の授業を受けられないことを事前に知らされず持って行って、帰りに荷物になった。

自由記述：食事：円安だったため、外食は控え、買い物も最低限にして自炊した。
医療：体調管理を常に行った

基本情報

留学先大学	アメリカ・デラウェア大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
- 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
- バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
- 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
- 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
- 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：日本人の留学を担当してくださっていたアドバイザーの方がどんな些細なことでも相談にのってくださりサポートが充実していました。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Inninternationale
ベッドルームの共有人数	2
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：個人用
- 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
- 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
- 洗面所：共用
- バスタブ：無し
- キッチン：共用
- テレビ：個人用
- クローゼット：個人用
- トイレ：共用
- リビング：無し
- 固定電話：無し
- 冷房：共用
- シャワー：共用
- 食堂：無し
- インターネットアクセス：共用

自由記述：半年間くらいはインターネットの回線が悪く全くつながらないことも多々ありましたが、工事がされたあとは改善されました。それでもたまに不安定でした。調理器具は包丁や缶オープナーのみ買いました。他はすべて寮にそろっており、共用の冷蔵庫のほかに個人でも小さい冷蔵庫が備え付けられていたのが良かったです。また、寮のディレクターも良い人たちばかりでサポートが充実していました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車で 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	ワクチン接種

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい パソコンですべての課題を提出するので必須です
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：レストランが高かったので、ほぼ毎日自炊していました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ニューヨーク州立大学プラッツバーグ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通
- 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
- バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
- 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
- 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
- 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：バディ制度など特定の学生からのサポートはないが、ラーニングセンターにてライティングの添削などをしてもらえる

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Kent
ベッドルームの共有人数	2 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
- 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
- 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
- 洗面所：共用
- バスタブ：無し
- キッチン：共用
- テレビ：無し
- クローゼット：個人用
- トイレ：共用
- リビング：共用
- 固定電話：無し
- 冷房：共用
- シャワー：共用
- 食堂：共用
- インターネットアクセス：共用

自由記述：良かった点：Kent Hall は上級生向けの寮のため、設備（部屋に電子レンジと冷蔵庫付き）が最も充実しており、静か。
悪かった点：ルームメイトとの間に仕切りがなく、部屋が狭い

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	留学先大学の迎え 15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 図書館にもパソコンはあるが、課題などでの使用頻度が高い
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題を利用
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	マスク（キャンパス内ではマスクを着用している生徒をほぼ見ないため）

自由記述：ミールプランの料金は高いが、オンキャンパスの学生は必須。Anytime よりも、Flex というミールプランを方が、食事の選択肢が広がり自由度が高い。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ニューヨーク州立大学プラッツバーグ校				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Macdonough Hall
ベッドルームの共有人数	2 人
自身で購入が必要なもの	寝具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：無し
 - キッチン：共用
 - テレビ：共用
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：入学の 1 月弱後くらいに寮や部屋の移動が自由にできます。友達と一緒にの部屋に住むことも可能です。Kent Hall という寮が一番新しく静かで綺麗です。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	現地の大学が出してくれるシャトルバス 15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 自分のパソコンがあると課題やオンライン授業を受ける際に便利だから。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	250
持って行った方がよかったものと、その理由	延長コード（コンセントが遠いため、延長コードがあると便利）、100 均のクイックルワイパー（床を掃除するのに便利）
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：特にありません

基本情報

留学先大学	アメリカ・ニューヨーク州立大学プラッツバーグ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：図書館は平日は2 4時に閉まる。土曜日は2 0時に閉まる。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Kent
ベッドルームの共有人数	普通は二人だが、\$ 8 0 0 払って二人部屋を一人で使用した
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	友人・知人の紹介から

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能だが、夏休みのみ\$ 1 0 0 0 ほど払う必要あり
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：無し
 - キッチン：共用
 - テレビ：共用
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：個人用
 - シャワー：共用
 - 食堂：無し
 - インターネットアクセス：個人用

自由記述：Kent の良かった点は、部屋に冷蔵庫と電子レンジがあること。悪かった点は、バスルームを3 部屋と共有するため、トイレの使い方が汚かったり、誰かがシャワーを浴びているとトイレを使えない。Kent 以外には冷房や個人の冷蔵庫などがない。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	Plattsburgh 空港は車で1 0 分。Burlington 空港は車で1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 図書館にもパソコンはあるが、2 4 時間開いているわけではないので持っていくほうが安心。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	0
持って行った方がよかったものと、その理由	・留学先の国に着くまえから eSIM カードをスマホに入れておくべきだった。空港について一泊する際にホテルにピックアップの電話をしないといけなかったが、誰も現地の電話回線を持っていなかった。 ・ペン アメリカの文房具は品質が悪いため
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：・食事はミールプランに頼っていたが、使える回数があるため、セメスターに終わりには自腹で買わなければならず、5 万円ほどかかった。
・大学の中にあるヘルスセンターにはよくお世話になった。
・\$ 3 0 でギガホが使える Visible というキャリアを重宝した。
・現地のカードを作らないと決済できないサービスがたまにあるため、カードを作るのをすすめる。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ノースアラバマ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：ネットワーク環境は基本的に問題はないのですが、時々大学含め、周辺の地域全体で WI-FI 接続がなくなることがありました。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Rivers Hall/ Mattielou Hall/ Rice Hall
ベッドルームの共有人数	1 人
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：寮は移動する必要がある場合がある。

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：トイレやシャワールームは寮の種類によって、品質の良さが大きく異なる。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	在留届、UNA 学生保険

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 全授業で Canvas というアプリを利用して進めていくため、パソコンがあると便利
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	特になし
持って行かなくてよかったものと、その理由	タオル、現地で購入可能

自由記述：一時期円安がひどかったため、お買い物のお金の使い方には気を遣った。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ノースカロライナ大学グリーンズボロ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Lee Residence Hall, Tower Village
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	NUFS の国際交流部担当に言われた

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：支払いすれば可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：Lee はキャンパスからは遠かったが綺麗でよかったけど、Tower Village は虫もいたし汚かった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題提出がオンラインがメインだったため。
携帯電話の利用	Softbank のアメリカ放題使用
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	400
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：近くに病院がないので、風邪をひかないように自己管理を徹底した。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ノースカロライナ大学グリーンズボロ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：悪い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/タワービレッジ
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，洗濯籠、電気
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：悪い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：無し
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：4 人で 1 つのバスルームを共用するのは大変でした。また、寮全体が古くて虫がたくさんいました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 5 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業で使う
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	700
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	洗濯ばさみ。乾燥機があるので使わなかった。

自由記述：大学内のカフェテリアをたくさん利用したり、フレックスを使い切るように学内のファストフードやスタバによく行っていました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ノースカロライナ大学グリーンズボロ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Tower Village
ベッドルームの共有人数	3 人
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，ゴミ箱、お風呂用品、洗濯用洗剤、柔軟剤、洗濯用かご
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：一番古い寮だったためとりあえず汚く、個人の部屋を出て教養のスペースを出たらすぐ外なのが難点。エアコンはルームメイトと共有で全ての部屋と繋がっていたため、温度調節ができないのがしんどい。ネットは基本使いやすくキャンパスから近い場所に位置していたため、毎日通いやすかった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	なし

生活全般について

主な食事の用意	自炊と学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業で使用したり、先生からの緊急のお知らせなどは全てメールで届くため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	初めの語学授業で紙にエッセイを書くことやメモすることがたくさんあったため、多めのルーズリーフ tute いくと良い。
持って行かなくてよかったものと、その理由	最悪現地で調達できるので、大量の衣服は必要ない。

自由記述：特になし。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ノースカロライナ大学グリーンズボロ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
- 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い
- バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
- 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
- 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
- 大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/タワーヴィレッジ
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
- 宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
- 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
- 洗面所：共用
- バスタブ：共用
- キッチン：共用
- テレビ：無し
- クローゼット：個人用
- トイレ：共用
- リビング：共用
- 固定電話：無し
- 冷房：共用
- シャワー：共用
- 食堂：共用
- インターネットアクセス：個人用

自由記述：宿舎には RA が常に在住しており、困ったことがあれば気軽に尋ねられる環境でした。建物は古く火災警報器の誤作動やランドリーの故障などはよくありましたが、1 人部屋が確保されていたので勉強するのに適した寮だったと感じます。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 20 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業では主にパソコンを使って授業資料の共有や課題の提出が求められます。授業開始前から履修登録などでパソコンを使うので、到着後すぐにパソコンを使えるよう持参した方がよいと思いました。
携帯電話の利用	日本の携帯会社で契約した海外でも使えるデータモバイル通信を利用しながら、携帯電話を利用していました。
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	体温計、身近でコロナ感染者が出た際に体温計があると便利です。海外製の体温計は温度表示や測り方に違いがあるので、日本から持っていくことをお勧めします。
持って行かなくてよかったものと、その理由	洗濯ばさみなどの洗濯用品、寮に洗濯機と乾燥機がついていたので室内で干すための紐や洗濯ばさみは持参する必要がありませんでした。

自由記述：現地の肉や魚はよく火を通してから食べるようにしていました。スーパーによっては腐りかけているものや消費期限が過ぎたものを置いている店もあるので、期限や中身を確認してから買うように気を付けていました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ノースカロライナ大学グリーンズボロ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
- 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
- バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
- 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
- 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
- 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/タワービレッジ
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，照明、食材、調味料
その宿舎を見つけた方法	外大の補償範囲内である基準宿舎だった

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
- 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
- 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
- 洗面所：共用
- バスタブ：無し
- キッチン：共用
- テレビ：無し
- クローゼット：個人用
- トイレ：共用
- リビング：共用
- 固定電話：無し
- 冷房：共用
- シャワー：共用
- 食堂：共用
- インターネットアクセス：共用

自由記述：五人でルームシェアをするかたちであり、私の場合は現地の生徒が一人、ヨーロッパ系の留学生が二人、日本人二人であり、ルームメイトが早朝までパーティを開いていて防音機能が一切ないので騒音に悩まされた。意思疎通を図ることが難しいので一番最初にルールを決めることはハードルは高いが、とても大切である。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	ビザの取得

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 借りることはできると思うがほぼ全員が自分のパソコンを持っていた。自分のパソコンがある方がいろいろ便利だと思う。
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	慣れない環境での生活は傾向として風邪をひきやすいので自分が飲みなれている薬と、自分が普段から食べている日本食を持参するとよい。大抵のものは高いし使い勝手が悪いが、アメリカでも同様のものが買えます。（薬や日本食、生理用品など）
持って行かなくてよかったものと、その理由	今まで使っていなかったのに便利そうだからという理由で持っていくもの（小さいサイズの耐熱容器や大量のハンガーなど）よほど自分のこだわりがなければほぼ全て現地で買えます。

自由記述：パスポートとクレジットカード、現地の学生証があれば大抵何でもできるのでそれだけは無くさないように常に手元にあるかどうかを確認していました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ノースカロライナ大学シャーロット校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：宿舎としては古かったが、多くの留学生が住んでいるため国際色豊かな寮だった。外大の奨学金補償金額よりも少し高くなってしまうが、1 人部屋にして良かったと思う。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	Uber 20-30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい ほとんどの授業で使うため、自分のパソコンがある方が良い
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	700
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：学食があったが、少し高いのと飽きるので、後半は自分で自炊をしていた。現地のアプリなどを登録する際に日本の番号ではなくて、アメリカの携帯番号を持っている方が、スムーズに利用ができたと思った。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ノースカロライナ大学シャーロット校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：図書館は時間帯によって混みあっているため、席を探すのに苦労したことがしばしばあった。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Martin Hall, Witherspoon Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具, インターネット機器, ハンガー、洗剤、掃除用具
その宿舎を見つけた方法	一つ目の寮は留学先大学からの紹介で、二つ目は外大からの指示で

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：冬休みは可能だが、夏休みは退去しなければならない。夏学期に授業を受ける人も、特定の寮に集約されるため移動が必要になる。

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：良かった点は、個人部屋があったこと、共有スペースがそれなりに広くルームメイトと快適に過ごすことができたこと
気になった点は、シャワーのお湯が短い時間しか出なかったこと
宿舎を選ぶ際は、洗濯機が部屋の共有スペースにある点、トイレと洗面所が区切られている点、授業のある棟へのアクセスが良いなどの点で選びました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	Uber やタクシーで 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業を受ける際に板書や web 検索をするのに便利であるため 図書館に貸し出しサービスがあるが、数が限られているため、またキャンパスが広いため、毎度図書館まで行くのは大変である
携帯電話の利用	日本の通信会社の海外回線対応プランを利用
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	850
持って行った方がよかったものと、その理由	冬用の厚手のズボン、店舗を回ったが見つからなかった。また全般的に値段が高いため
持って行かなくてよかったものと、その理由	日本食、ミールプランを購入したため。

自由記述：ミールプランは見積もり計算をして、あったほうが得なのかどうかをよく検討してから購入した
非常に円安であったため、その日の為替の動向をチェックしてクレジットカードと現金を使い分けた（自分の場合、現金は留学時よりも円高の時期に購入してあったため）

基本情報

留学先大学	アメリカ・ノースカロライナ大学シャーロット校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
- 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
- バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
- 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
- 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
- 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/MiltimoreHall, WitherspoonHall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具, トイレトペーパー、シャンプーなどの消耗品
その宿舎を見つけた方法	NUFS の国際交流部の担当者による案内

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境 ：無し
- 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
- 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
- 洗面所：共用
- バスタブ：無し
- キッチン：共用
- テレビ：無し
- クローゼット：個人用
- トイレ：共用
- リビング：共用
- 固定電話：無し
- 冷房：共用
- シャワー：共用
- 食堂：共用
- インターネットアクセス：共用

自由記述：冷蔵庫がない部屋を選ぶと共有スペースに置く必要があるので、自分のものが無くなってしまうことがある。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	ピックアップサービス車 25 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業によってレポート等の課題を出す必要があるから。教授の都合によっては Zoom の授業になることもある。
携帯電話の利用	SoftBank のアメリカ放題
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	洗濯ネット(服へのダメージが減る、まとまる) お茶のバック(ほとんど売っていない)
持って行かなくてよかったものと、その理由	ラーメンや米(アジアンマーケットに売っているし、意外と高くない)

自由記述：食事はミールプランに入っていたため、節約のために出来るだけ外食や自炊しないようにしていた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ノースカロライナ大学シャーロット校				
留学制度	TESSⅢ	留学期間	半年	学科	中国語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホテル/マリオットホテル
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：個人用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：留学期間中に長期休暇がなかった。

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：個人用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：個人用

●固定電話：個人用
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：ホテルのハウスキーピングがほとんど来てくれなかったため、フロントにお願いしたが特に変わらなかった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	特になし

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業で使った
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	日本のお菓子
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：ホテルの Wi-Fi が有料だったため、スマートフォンのデザリング機能を使っていた。Wi-Fi がない時でも使えるようにスマートフォンにデザリング機能をつけておいてよかった。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/ギルバート、カスケード、バーリンハム
ベッドルームの共有人数	寮によって異なる
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境 ：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：寮の清掃が行き届いている

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 55 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい ムードルの使用がしやすい。稀にオンライン授業をすることがある。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	0
持って行った方がよかったものと、その理由	現地通貨。割り勘する時に現金が便利。
持って行かなくてよかったものと、その理由	なし

自由記述：日米間の食べ物の常識の違いを知ること。生卵は食べない。生物の火はよく通すなど。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/バーリングハム
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：全寮制で多くの学生がキャンパスに住んでいたので楽しかった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	ソーシャルセキュリティナンバーの取得

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業でつかう。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	日本のお菓子
持って行かなくてよかったものと、その理由	現地で服をたくさん買いたい人はあまり持って行かない方がいい。

自由記述：sim はアメリカに来る前に契約していた方が良いと思う。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Girbart, Cascade, Burlingham
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：ハウジングがあまり融通が利かないので、最後の退寮日を急がなければいけなかった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 1 時間、電車 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	基本的に必要ないが、オンキャンパスで仕事する場合は、SSN の取得が必要

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 到着後、授業や手続き等ですぐ必要になるので。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	少しフォーマルな洋服（スーツ）、インターン先や面接等で必要だった。
持って行かなくてよかったものと、その理由	生理用ナプキン、海外でもすぐに質のいいものが入手できる。

自由記述：円安でとにかく生活費がとてかかりました。あまり外食しないように気を付けました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際日本

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Burlingham Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：共用
 - キッチン：個人用
 - テレビ：共用
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：無し
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：アメリカ人の学生と一緒に住ませてくださるので、英語力が向上しました。また、全寮制のためほとんどの生徒が寮に住んでおり、皆家族みたいであたたかかったです。悪かった点は特にはないです。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	2 時間(電車 1 時間、バス 1 時間)
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業や課題でパソコンを使うため必要
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	0
持って行った方がよかったものと、その理由	現金 割り勘する時に必要だから
持って行かなくてよかったものと、その理由	特にない

自由記述：食事はフードシェアという倉庫から無料で何かをもらえたり、工夫すれば節約する方法が多くありました。通信機器は現地で Mint Mobile の SIM カードを使用しましたがとてもよかったです。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Burlingham Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	大学内寮

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ほかの寮とくらべてルームメイト以外の人との交流の場が少ない。（フレッシュマンのための寮はコミュニティエリアに人がいることが多い）

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 1 時間半、バス 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須だった（大学のサポートあり）
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	わからない
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業の課題はパソコンで提出する必要があるものが多い。資料や教科書がオンラインだったり。
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	8
持って行った方がよかったものと、その理由	薬
持って行かなくてよかったものと、その理由	服

自由記述：ミールプランが高いので、自炊すると節約できます。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：キャンパス内は警備員が 24 時間体制で見回りをしているので安心感があります。私も一度、迷惑なホームレスに遭遇したときにお世話になりました。仕方のないことですが、語学の授業は日本人留学生だけでした。国際部に日本人の職員さんがいらっしやるのでなんでも相談できました。ESL 教員のオフィスにはよく質問をしに学生が集まっています。個人的な旅行の計画も手伝ってくれるなど、かなり距離が近いです。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Cascade Hall
ベッドルームの共有人数	1
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具,
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：一番新しい寮なのでどの設備もきれいでした。共有シャワールームが各フロアにあります。個人的には掃除をしなくても良いのでかなり楽でした。また、コミュニティスペースでは週末に映画鑑賞会を開いていました。各部屋にこもりつきりにならないので、他の寮よりも輪を広げやすい環境だと思います。棟内に共有キッチンが 2 か所ありますが、ミールプランを強制的に取らなければいけません。他の寮より寮費は安いですが、食費を考えるとお得とは言えません。入退去方法や騒音トラブルなどで、RA さんが相談に乗ってくれたようです。低学年中心の寮なのでお酒は禁止です。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 45 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	ソーシャルセキュリティナンバーSSN の取得

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	歯科医院は徒歩圏内ですが、それ以外はわかりません。
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 各々のパソコンで課題を進めています。資料や課題を Word や PowerPoint で作成することが多いです。授業中のプロジェクトは iPad を使っている学生もいました。
携帯電話の利用	Softbank アメリカ放題
持参したクレジットカードの枚数	1 枚
持参した現金（現地通貨）	600
持って行った方がよかったものと、その理由	最低限の薬（風邪薬・鎮痛薬・胃腸薬・目薬など）
持って行かなくてよかったものと、その理由	白紙のノートやルーズリーフ。かなりかさばりますが現地で調達できます。

自由記述：円安がひどく、無駄遣いはしないように心がけていました。近所にスーパーが何件かあるので、車を持っている友人に安いスーパーへ買い出しに連れて行ってもらいました。生鮮食品は Winco か Fred Meyer、日用品は Walmart、日本へのお土産は TraderJoes がおすすめです。徒歩圏内で一番近い Safeway は全体的に少し高いです。お米やラーメンを買うために、公共交通機関を使ってアジアンスーパーへ行きました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Gilbert, Vandervelden, Cascade
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具, アパートメントスタイルのみだがシャワーカーテン、ドライヤー(借りられる)
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：寮によってスタイルが違うため、自分の好みに合ったものを探すといいと思う。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 2 時間、車 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 学習のため
携帯電話の利用	sim カードを日本であらかじめ購入しており、現地で日本の電話番号の sim と入れ替えた。
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	ビーサン-お風呂で清潔面を気にするのであれば。 薬-アメリカのものだと合わない場合があるため。
持って行かなくてよかったものと、その理由	コロコロ-私の住んでいた部屋には掃除機があり、その後も自分用の掃除機をルームメイトがくれたため、ほとんど使用しなかった。しかしこれはたくさん使った人もいるため、一応あった方が良いと思う。

自由記述：質問事項があればすぐに現地サポーターの方になるべく早めに相談するのが良いと思う。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Burlingham
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，インターネット機器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：共用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：春学期と秋学期は Burlingham の 4 人部屋にいたが、バスルームが 2 つで 2 人ずつでシェア、シンクは 4 つあり個人で使うことができて快適だった。ミールプランをとる予定がなかったのでフルキッチンの部屋かどうかを重視して選んだ。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 1 時間とバス 1 時間ほど
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題をする際に個人用のパソコンがあった方がかなり楽。
携帯電話の利用	ソフトバンクのアメリカ放題
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	ヘアアイロン、ドライヤー、インスタントのお米やみそ汁
持って行かなくてよかったものと、その理由	延長コード

自由記述：ミールプランやカフェテリアでの食事が少し高いため、できるだけ自炊をするようにはしていたが、テスト期間中などで料理をする時間がない時は大学の周りにある飲食店によく行っていた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Gilbert
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：大学内で一番良いと言われている寮で、清潔感や落ち着きがある雰囲気が気に入っていた。4 人で一緒に住み、キッチンやシャワー・洗面所は共有だが、一人一人自分の部屋があるため、一番暮らしやすかった。ダブルルームに最初住んだ時は、ルームメイトとの会話は多かったものの、生活スタイルの違いから課題をすることが難しいなど大変な点が沢山あったため、シングルルームで住んだ方がストレスなく生活することができた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 50 分、電車 1 時間 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	在留許可証

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 図書館に学生が使用できるパソコンはあるが、キャンパスのほとんどの学生が課題や授業で自分用のパソコンを使っていたため、自分のパソコンは持っていきべき。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	スキンケア（現地のものはわからない。日本スーパーでは倍くらいの値段。） ノイズキャンセルヘッドホン（寮によるが、近所がうるさい場合がある。勉強時に使用。） 現金（割り勘時に便利。円安が酷い時には現金で買い物。） 常備薬（自分に合ったものがないから）
持って行かなくてよかったものと、その理由	日用品などのストック（慣れたら自分で調達可能）

自由記述：慣れるまではミールプランを使用し、勉強に集中できるようにした。生活に慣れてからは、ミールプランは取らず、自炊をしてお金の節約をするようになった。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Gilbert Hall, Cascade Hall, Vandervelden Court
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：良かった点：Gilbert と Cascade は比較的新しく、快適だった。どの宿舎も大学施設に近いため、便利だった。宿舎ごとにイベントが開催され、現地学生と交流することもできた。
悪かった点：Vander のみアパートメントタイプでランドリーが他の棟にあったため、少し大変だった。また、Vander は特に個人部屋の Wifi 環境が不安定だった。
重視した点：個人的に、ルームメイト選びを重要視した。夏休みと fall semester はルームメイトを指定することができたため、事前に友人に紹介してもらってコンタクトをとり、自分でルームメイトを決めることができた。
その他：渡航直後の spring semester は大学側が部屋を振り分けたため、宿舎やルームメイトを選択することはできなかった。夏休みは全員（現地学

生は 30 人程度のみ）が Cascade に滞在し、fall semester は事前に宿舎やルームメイトを選択することができた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バン 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	Social security number の取得

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	利用したことが無いため不明。
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい ほぼ全ての授業で課題提出や資料共有がオンラインだったから。ipad を使用する学生もいた。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	洗顔料：日本と海外では食事が変わるため、自分の肌にあったものが必要だった。 本（就活関係や英語）：3 年生だったこともあり、夏休みなど時間のある時に勉強した。 きれいめの服（ドレスなど）：Graduation や小さめのパーティーではドレスアップすることが多かった。
持って行かなくてよかったものと、その理由	日本食：渡航直後ホームシックになった際は日本食をやお菓子を食べることもあったが、アジアンマーケットでも高価だが購入できたため、たくさん持って行かなくてもよかった。

自由記述：食事：Cascade などのタイプの寮はミールプランが必須だが、Gilbert や Vander などの寮は任意だった。結構値段が高いため、自分が食べる量や忙しさを考えても自炊の方が安く済むと考え、ミールプランは取らなかった。
通信機器：携帯はアメスマを契約した（カナダなどの海外では利用できないため注意）。
銀行：1 年留学だったこと、キャンパスの近くに銀行があったこと、学生スタッフがサポートしてくれたこともあり、口座を開設した。寮費代を含めた大きな額のお金を日本から海外送金してもらい、作った口座にいれておいた（寮費はその口座から check で支払った）。クレジットカードだと手数料などもかかるため、かなりの円安の時期は作った口座のデビットカードでの支払いが多かった。口座を閉じるのも簡単だったため、口座を開設して良かったと思う。
クレジットカード：現地では少額であってもクレジットカードを使用することが多かったため、現金はほぼ持ち歩かなかった。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Burlingham
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：個人用
 - バスタブ：共用
 - キッチン：共用
 - テレビ：共用
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：1 人部屋は快適です。Burlingham は、壊れている洗濯機が多い。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 50 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	分かりません。
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業で使うため。ただ、持参のパソコンが故障した際には借りることができました。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	600
持って行った方がよかったものと、その理由	日本のメイク道具類。慣れたものを使える方がいいから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	大量の衣類。現地で揃えればいい

自由記述：高いので外食をあまりしないようにしていました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：語学授業の場合、特に必要な履修登録等はなかった。
バディ制度はなかったが、現地の日本語を勉強している学生とパートナーになり定期的に会うことはできた。また、国際交流部で現地学生がバイトしているため、彼らが最初の生活面などをサポートしてくれる。
ネットワーク環境は基本的には良いが、住む寮によっては悪いところもあった。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Walter Hall, Burlingham Hall, Cascade Hall, Vandervelden Court
ベッドルームの共有人数	Walter, Cascade では 2 人でシェア, Burlingham, Vandervelden ではベッドルームは個室でその他キッチンやリビングを 4 人でシェア
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具, 調理器具は購入したものもあるが、大きなものはルームメイトのものをを使わせてもらっていた
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：最初に割り当てられた寮が Walter Hall で、1 年生が多いことが原因でかなりうるさく生活しづらかったので、それ以降は個室のある部屋に住んでいました。Walter や Cascade, McCormick などはベッドルームをシェアして現地学生と距離を近いまま過ごしたい場合は向いていると思う。その他の

寮は個室ありでリビングを 4 人で共有するという形がほとんど。私は自分の空間も確保しつつ、リビングなどでルームメイトと交流する生活が合っていた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車の場合：45 分ほど 公共交通機関（電車とバス）：2 時間半
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須だった（大学のサポートあり）
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	前期は学食、後期は自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	使用したことがないため不明、Healthcare Center はキャンパス内にあり
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい パソコンがないと授業で出た課題ができない。中には授業をパソコンを用いて行うものもあった。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	日本で飲みなれている薬（少し体調が悪いときに新しい薬を飲むのは躊躇したが、風邪薬・頭痛薬等があった安心したから）、ヒートテック（暖かい、日本のヒートテックのような生地感のものは見かけなかった）
持って行かなくてよかったものと、その理由	過剰な量の日本食（日本食があって助かったこともたくさんあるが、近くの町に値段は少し張るものの、アジアンスーパーがあり、だいたいは揃えられるから）

自由記述：食事に関しては、個人的には学食がかなり高価だと感じていたため、夏以降は自炊に切り替えたことで、かなりのお金を節約できた。近くのスーパーへは徒歩で 20 分ほど、バスを使った方が楽ではあるが無料バスは本数が少ない。週に 1 回ほど行っていた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Burlingham
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ルームメイトたちとの生活が楽しかったです。共同キッチン付きだと、ミールプランをとらなくてよいので、良かったです。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間強、公共交通機関 2 時間弱
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい Moodle を使って授業の内容確認を行い、課題もパソコンを使用していました。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	サンダル、共同シャワーを使うためのサンダルがすぐに必要でした。Burlingham, Girburt, Vandor 等の部屋にシャワーが付いている場合は必要ありません。
持って行かなくてよかったものと、その理由	ハンガー、Office で借りることができます

自由記述：友人とのお金の割り勘をするときに現金が必要でした。私は Venmo という Paypay のようなものを使っていましたが、それには現地での銀行の開設が必須です。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Burlingham Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：個人用

●キッチン：個人用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：一人一つベツトルームがある 4 人部屋でしたが、一人部屋があるとプライバシーも守りやすくとても快適でした。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 40 分～1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 大学内にパソコンはあるが、あったほうが便利。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	800
持って行った方がよかったものと、その理由	ほとんどの物を現地で買えるか後で輸送してもらえる。
持って行かなくてよかったものと、その理由	マスク、途中で規制が緩くなり使わなくなった

自由記述：できるだけ自炊をした方が安く済むので、自炊をできるだけした。

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/ギルバートホール
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：個人用

●キッチン：個人用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：個人用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：寮によってクオリティが全く違うため、一人部屋がある寮のほうが住みやすかった。後期になるとルームメイトが選べたため仲の良い子と一緒にの部屋になれるシステムがとてもよかった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間ほど
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	在留届

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい オンラインの教科書をつかったり、word や power point を使用する機会がほとんどだからです。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	日本の調味料系：自炊するときあったほうが食に飽きず簡単な調理のものでも美味しく食べれる馴染みある味だから 日本のお菓子：ルームメイトにお土産で渡したらとても喜ばれたから 常備薬：日本の薬のほうが安心する
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：なるべく大金は持ち歩かず、ブランドものを持つことは控えました

基本情報

留学先大学	アメリカ・パシフィック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Gillbert Hall
ベッドルームの共有人数	2
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, インターネット機器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：高学年の学生が多い宿舎であったため落ち着いていて過ごしやすかった。宿舎を選ぶ際には、ルームメイトと気が合うことが最も大切であると感じたため、自分の生活スタイルや希望を正直に回答した。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 45 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須だった（大学のサポートあり）
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 全ての授業で使用したため。必須ではないがあった方が非常に便利である。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	アメリカドル(現金)はチップの支払いや現地の学生と割り勘などをする際に持っていた方が便利だった。
持って行かなくてよかったものと、その理由	ハンガーやドライヤーなどは大学側が貸してくれるため持つてく必要はなかった。

自由記述：体調を崩した際に、医療機関に行く習慣があまりないため、なるべく体調を崩さないように気を付けていた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ハワイ大学マウイ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：図書館が広くて活気がある。カウンターで Wi-Fi のホットスポットや PC の貸し出しも行っている。校内は冷房がかなりきつくかかっているの、羽織があったほうがいい。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食材、調味料、洗面用具、医薬品
その宿舎を見つけた方法	外大とパートナーの現地コーディネーターが手配してくれた。

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：共用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ホストファミリーの家の敷地内にゲスト用のコテージがあって、そこで外大の学生と 2 人で生活していた。プライバシーがしっかり守られつつ、ホストファミリーともしっかり交流を持てた。空調とテレビはなかったが、母屋のほうに行けば使えたり、湿度が低いので暑くても快適だった。食費はステイ代に含まれないので基本自炊だが、ファミリーの厚意で母屋で余った料理をもらうことも頻繁にあった。円安と物価高の影響で金銭面のやりくりには非常に苦労した。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	ホストファザーの運転で 1 0 分程度
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	特になし

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 一部オンライン開講のみの授業があったり、課題提出がすべてオンライン上であったため。図書館に行けば PC や Wi-Fi も貸してくれるが、数に限りがあるので、自分のものがあったほうが安心だと思う。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	150000
持って行った方がよかったものと、その理由	-長袖の服 ハワイとはいえ夜は肌寒く、屋内の冷房はどこもかなりきつい ため。 -タコ足配線 自室にコンセントが一つしかなく、スマホと PC を同時に充電したいときに不便だった。 -洗濯用ネット 下着など、デリケートなものを洗う時にあったほうがよかった。 -予備のスーツケース 一つしかもっていかなかったが、最終的に荷物が増えたため。空港で無料で預けられるなら、最低 2 つはあったほうがいい。 -斜めがけの小さいボシェット 少しの外出の時に必要最低限のもの（財布、スマホ、パスポート等）を安全に持ち運べる。 -帽子 ハワイの日差しは日本と比べ物にならないほど強い ため。
持って行かなくてよかったものと、その理由	-メイク道具 暑くて汗をかくので、ハワイにいる間は就職活動のとき以外は化粧はほとんどしなかった。持って行っても必要最低限で十分だと思う。周りの人たちもほとんど化粧はして いなかった。 -タオル類 私の場合、ステイ先に十分な量が用意されていた。 -ドライヤー 熱いので、放っておけば自然に乾いたし、ファミリーから借りることもできたと思う。気にならなければ、持っていく必要はないと思う。

自由記述：私は持病がある状態で留学したので、定期的に採血と診察が必要だった。外大から加入する保険では持病の治療費はカバーされないの、日本の国民健康保険の海外療養制度を利用した。
アメリカでは診察を行う病院と、採血をするラボで完全に分業なので、日本のように一つの病院では完結しない。採血のデータや病状については、自分からお願いしないと詳しく教えてもらえないので、ドクターにしっかり質問したほうがいい。
お金に関して、バスに乗る時や友達と割り勘をする時にキャッシュが必要なことが思ったよりも多いので、日本を発つときに少し多めにキャッシュを持つか、現地で銀行口座を持っておくといふと思う。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ハワイ大学マウイ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	特になし
その宿舎を見つけた方法	現地業者のサービスを利用

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：日本留学生との、共同生活にはならないようにした

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	ピックアップ 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須だった（大学のサポートあり）
その他、学外で必要だった手続き	水疱瘡などの予防接種証明書、免疫検査は不可

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	いいえ 大学の図書館で借りることが出来る
携帯電話の利用	現地で契約
持参したクレジットカードの枚数	1 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：マウイ島は物価も高いし、円安だったので、何をするにもおかねがかった

基本情報

留学先大学	アメリカ・ハワイ大学マウイ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：悪い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	なし
その宿舎を見つけた方法	友人・知人の紹介から

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：共用

●洗面所：個人用

●バスタブ：個人用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：無し

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ホストファミリーの数が足らず、トラブルがあった際に別の場所を探すのが難しい。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 自分のものの方が使い慣れていて便利である。
携帯電話の利用	現地の電話回線は利用していない（携帯電話は Wifi 環境下のみ使用）
持参したクレジットカードの枚数	1 枚
持参した現金（現地通貨）	0
持って行った方がよかったものと、その理由	特になし
持って行かなくてよかったものと、その理由	大量のノート：オンラインで受ける授業の方が多かったため。

自由記述：アメリカでの食事は量とカロリーが多いので太りやすくやすなる。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ハワイ大学マウイ校				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	特になし
その宿舎を見つけた方法	現地業者のサービスを利用

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：無し
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：無し
 - シャワー：共用
 - 食堂：無し
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：学校やバス停へのアクセスのしやすさ

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車でおよそ 15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	特になし

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい zoom の授業があったりパワーポイントの作成があったりするから
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	洗面用具は現地で揃えるよりも普段使い慣れてるもののほうがいい
持って行かなくてよかったものと、その理由	そこまでたくさんの衣類はいらない、タオルや洗剤なども貸してもらえた

自由記述：お金の使い過ぎを防ぐために家計簿をつけた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ペンシルバニア州立インディアナ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/pratt
ベッドルームの共有人数	二人
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	友人・知人の紹介から

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：エアコンがきており、ネット環境もよく暮らしやすい

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	徒歩 5 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい あったほうがどこでも課題ができるため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	ナブキン

自由記述：食事は食べすぎに注意した。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ペンシルバニア州立インディアナ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/ルドックホール
ベッドルームの共有人数	プライベートルームあるの 2 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，洗濯や掃除に必要なもの
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：バスルームなどは比較的きれいであった

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 2 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題の提出先や提出方法に必要なから。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	2500
持って行った方がよかったものと、その理由	現金を多めに換金していったら、円安が進んだので少し得をした。
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：医療はキャンパス内のヘルスセンターがあったので、予防接種など無料に受けられた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ペンシルバニア州立インディアナ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/ルドックホール、ブットホール
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：マリファナの匂いが通気口を通じて部屋に充満したのが辛く、部屋を変えるのを余儀なくされたことが悪かった点です。また、業者などが予告なく部屋に勝手に入っていることがありました。良かった点はネットが使えたことです。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい テストもオンラインでやることが多いため必要であると考えます。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	400
持って行った方がよかったものと、その理由	日本で使ってた薬
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：クレジットカードを無駄に持ち歩かないことととにかく風邪予防をすることを気をつけてました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ペンシルバニア州立インディアナ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Ruddock Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，インターネット機器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：薬のにおいがひどく一度引っ越した。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 2 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい パソコンで課題をするため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	延長コード コンセントが遠い
持って行かなくてよかったものと、その理由	マスク みんなしてない

自由記述：日本食を持って行ったり途中で親に送ってもらったりした。

基本情報

留学先大学	アメリカ・ペンシルバニア州立インディアナ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：悪い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いない

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：wifi やネットの環境があまり良くない

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，掃除用具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境 ：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能だが別料金

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：個人用

●キッチン：無し

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：wifi やネット環境はあまり良くない

基本的に部屋での調理は禁止なので食堂を利用していたが食事のメニューが少なく飽きやすい、栄養面でもあまり良くない
洗濯機は共用で 1 回 2 ドルかかる

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 2 時間半
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	ビザ、SEVIS、その他申請の手数料の支払い

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい キャンパス内、寮内にもパソコンはあるが数が限られているため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	400
持って行った方がよかったものと、その理由	ハンディウォシュレット、頭痛どめ、日本食や日本のお菓子、ニンテンドーswitch
持って行かなくてよかったものと、その理由	生理用品、化粧落とし

自由記述：キャンパス内で現金が使えるお店はある

キャンパス内のヘルスセンターで 3 度目のワクチン接種した

食事は基本的に食堂でメニューも少なくあまりおいしくはない、学内に寿司や餃子を売ってる店もあるため日本食が恋しくなったらそこを利用していた
wifi やネットは弱い

基本情報

留学先大学	アメリカ・ペンシルバニア州立インディアナ大学				
留学制度	認定	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：寮の部屋がシェアではなく、自分の部屋を持てたことが良かった。他の留学先の友達は自分だけのスペースがなく完全にシェアで、困っている人もいたので、自分だけの部屋が持てるという面ではとても良かった。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Ruddock Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：寮は全体的にすごくきれいだった。特にセキュリティー面がしっかりしていて、その寮に住んでいる人のみが入れた。1 人部屋があったのがとても良かった。悪い点は、隣の部屋や上の部屋の人の騒音が少し気になった。全体的にととてもきれいで満足だった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	Uber 約 1 時間 30 分 バス約 1 時間 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい パソコンで課題を提出するため。またオンライン授業などがたまに実施されるため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	450
持って行った方がよかったものと、その理由	ヘアドライヤー、寮に無くて買わなければならなかったが、一年もせずに捨ててくることになったから。 コロコロ（掃除道具）、寮の床がカーペットで、定期的に掃除をする時につかう。
持って行かなくてよかったものと、その理由	大量の生理用品 現地にも同じような物が売っている。

自由記述：円安の影響で、お金の使い方に悩まされたが、一生に一回の留学なので、あまり節約しすぎずに、自分の好きな物をたくさん買ったり、旅行にも頻繁に行った。
食事はできるだけ健康に気をつけて、毎日最低サラダは一回どこかのタイミングで食べるようにしていた。

基本情報

留学先大学	アメリカ・州立オースチン・ピー大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界共生

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Governors Terrace North, Castle Heights
ベッドルームの共有人数	1
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，インターネット機器
その宿舎を見つけた方法	友人・知人の紹介から

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：滞在可能だが支払いが必要

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：どちらも共用のスタディールームやキッチン等、設備がしっかりしており、学生証で開けるシステムなのでセキュリティ面でも安心だった。ただキッチンが共用で、冷蔵庫に入れておいた自分で買った食べ物が取られていることもあった。また、洗濯機や自動販売機等壊れている時も時々あった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食と自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 大学内でもパソコンが借りられるサービスがあるが、提出する課題やテストが沢山あるため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	服：ネット上では 3 日分ほどもっていけば十分と書いてあるものもあり、5 日分ほど持っていたがそれでも足りないと感じた。
持って行かなくてよかったものと、その理由	ハンガーやお皿、シャンプー・ボディーソープ(現地に到着した当日買い物に連れてって貰えたから。

自由記述：何を買うにも物価が高かったので計画的にお金を使わないと後々大変な金額になります。外食をすると、うどん 1 杯を食べるだけで 2000 円以上はするのであまり外食はしないよう気をつけました。

基本情報

留学先大学	アメリカ・州立オースチンピー大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/キャスルハイツ
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：個人用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：セキュリティがしっかりしている。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	一時間 大学のピックアップサービス
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題や手続きに必須
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	薬：自分に合う薬を見つけることは大変だから
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：節約の面と健康のバランスを考えて食事をした

基本情報

留学先大学	アメリカ・州立オーステンピー大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Castle Heights, Hand Village 600
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，インターネット機器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：共用
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：Castle Heights はキャンパス内では最も大きな寮だったため、自分の部屋以外に共同の study room や話したりイベントを開催できる common roon, common space が多く設備が良かったです。人と出会える機会が多いので、友達と一緒に料理をしたり common room で話す時間が多いのが良い点でした。hand village は4人でキッチンとリビングを共有、2人でバスルームを共有でしたが、個人部屋を持てるのが良かったです。エレベーターがないのと、洗濯をするときは別の建物に行かなければいけないのが悪い点です。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい レポートや授業を受ける上で必要だから
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	風邪薬、日本の自分にあう薬が一番効くから
持って行かなくてよかったものと、その理由	タオル、Walmart で安く買えるから

自由記述：キャンパス内で生活するのであれば特に気をつけることや困ることはないと思います。

基本情報

留学先大学	アメリカ・西フロリダ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/マーティンホール
ベッドルームの共有人数	2 人のシェアルーム
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：無し
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：無し
 - 固定電話：無し
- 冷房：共用
 - シャワー：共用
 - 食堂：無し
 - インターネットアクセス：共用

自由記述：スーパーマーケットまで遠く、日用品を買うのにも大変でした。車を持つ友達ができると、一気に行動範囲が広がりました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシーで 20 分ほど
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 貸出もあるが、自分のものを持って行った方が便利である。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	ブランケットなどの寒さを自分で調節できるもの。また、寒暖差で風邪をひくことが多かったので、薬はいろいろなバリエーションを持っていた方が良い。
持って行かなくてよかったものと、その理由	必要以上に偏った季節の服（夏服ばかり or 冬服ばかり）を持っていくと荷物になるし、そこまで着ない。

自由記述：医療に関して、学校に保健室のようなところがあり、そこを受診すると処方箋がもらえて、薬局できちんとした薬をもらうことができる（市販でないもの。）

基本情報

留学先大学	アメリカ・西フロリダ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/マーティンホール
ベッドルームの共有人数	二人
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具, ハンガー、トイレットペーパー
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：住みやすい寮でしたが、一年生の数が多かったため少し落ち着きのない印象でした。宿舎はほかにもいろいろなところがありますが、特にベースホールというところは成績優良な生徒のみが住める寮とのことで、治安が良い印象があります。授業が行われる建物に近いかどうかにも注目するとよいと思います。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシーで 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食 3 割、外食 3 割、スーパーで買ってきた特別調理する必要のないものを食べることが 3 割、自炊が 1 割でした。
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業中にパソコンを使うことがあります。また、課題の提出は、オンライン上です。図書館でパソコンをレンタルすることも、図書館でパソコンを利用し課題に取り組むことも可能です。ただ、図書館の休館日もあるので、自分用のパソコンを一台持っていると安心できるとおもいます。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	インスタント味噌汁です。留学でつらかったことの一つに、日本食が食べられなかったことが挙げられます。インスタントのものであればあまりかさ張らないし、いつでも日本の味が楽しめるのでお勧めです。
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：学校の学食のプラン（ミールプラン）を購入するのであれば、実際に食べてみてから検討したほうが良いと思います。毎日メニューは変わるし、野菜も十分に摂ることは可能ですが、全体的にカロリーが高く、人によってはすぐに飽きが来ってしまうと思います。その都度お金を払うのであれば、一食 11 ドルと決して安い値段ではありません。バスで行ける距離にスーパーがあるので、そこで食品を購入すれば、毎日学食に通わなくても十分生きていけるといいます。
またm、私は 5 月から留学しましたが、夏にかけて何度も風邪をひきました。学内の至るところでかなり冷房が効いているためです。夏だからと言って気を緩めず、自分で体温を調節できるように上着を持ったりしておくとうよいと思います。

基本情報

留学先大学	イギリス・オックスフォードブルックス大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
- 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
- バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
- 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い
- 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
- 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：一年学部コースの子は通年で寮に滞在できるが、私たちのような語学＋学部コースの子はコース終了ごとに寮を変わらなければならず、語学と学部のコースの間の夏休み期間も休み期間用の寮に滞在しなければならなかったため（次の学部コースの寮に前倒しで入る等できなかった）、全部で 2 度寮の引っ越しを自力でしなければいけなくて、とても大変だった。オックスフォードブルックス大学の寮担当の人は「決まっているから」の一点張りで、引っ越しを手伝ってくれることもなかったため、その点が困った。（私たちは幸い語学コースの一人の先生が手伝いを買って出てくれたため、1 度目の引っ越しは先生の車で荷物を運んでもらえたが、そのようなサポートはないため、2 回目は自分で徒歩で何往復もして運んだ）学習面や、ビザに関してはとても親身になって対応してくれたので、相談しながらきちんと進めることができた。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Warneford Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
- 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：不可
- 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
- 洗面所：個人用
- バスタブ：無し
- キッチン：共用
- テレビ：無し
- クローゼット：個人用
- トイレ：共用
- リビング：共用
- 固定電話：無し
- 冷房：無し
- シャワー：共用
- 食堂：無し
- インターネットアクセス：個人用

自由記述：短期で寮が変わる学生には選択肢に Warneford Hall か Clive Booth しかなく、個室にバストイレが欲しかったため、Clive Booth を第一希望で出したが、Warneford Hall になった。しかし、現地のフラットメイトたちはたまにしかシャワーを浴びている様子がなかったので、シャワーが混み合う等

のトラブルはなかった。うるささや清潔さはフラットメイトによるので何とも言えないが、やはり費用が高い寮のほうが綺麗だと思う。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	空港からオックスフォード市内のシャトルバスで 1 時間半程度
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	BRP カードの取得

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 特にオックスフォードブルックス大学がペーパーレス推奨で、すべての資料がムードル上にアップロードされるため、自身のパソコンがあったほうがよい。また、留学生は予習復習が必須のため、いつでもパソコンが開けるようにしたほうがよい。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	60
持って行った方がよかったものと、その理由	イギリスでは、日本のコンビニや 100 円ショップなどのそこに行けばある程度のものが揃うというような店がないため、食器を買うならホームセンター、文房具を買うなら文房具屋など様々な店を回らないと揃えることができないので、プラスチックの皿やコップ、文房具、初日に使うタオル等、こまごましたものは日本で揃えていったほうが楽だと思う。バスタソースがあると、忙しい時にサッと食べられるので良かった。
持って行かなくてよかったものと、その理由	大量の服。現地で買える。

自由記述：コロナにならないように手洗いうがいには欠かさずした。マスクは現地ではだれもしていない。私もしなかった。giffgaff という SIM は日本で郵送で手に入れられるので、留学前に用意しておくで現地到着後にすぐ使えるので便利。イギリスではほとんどの店がクレジットカード推奨で、レジ以外にも公共交通機関もタッチ決済できるクレジットカードで乗れるので、一つタッチ決済ができるクレジットカードを作っておくといいと思う。

基本情報

留学先大学	イギリス・オックスフォードブルックス大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/クライブブース
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：不可
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：個人用
 - バスタブ：無し
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：個人用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：無し
 - シャワー：個人用
 - 食堂：共用
 - インターネットアクセス：個人用

自由記述：シェアバスはおすすめしません

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス、2 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	在留許可証の取得

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業で使います。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	1 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	日本食調味料、あると助かります。
持って行かなくてよかったものと、その理由	ドライヤー、現地で買えます。

自由記述：自炊するのが良いですが、ものによっては冷凍のものを買うのがおすすめです。

基本情報

留学先大学	イギリス・オックスフォードブルックス大学				
留学制度	TESSⅢ	留学期間	半年	学科	フランス語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：悪い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：履修登録や寮、渡航後はビザ延長手続き（自分ではないが 1 年留学だった他生徒）についてまでも手続きを一通り面倒見てくれた。留学生に対するサポートが充実している。おかげで不安も少ない状態で渡航することができた。
夜は出歩かないよにしていたがオックスフォードは学生の街でとても治安がよかったと思う。
大学の Wi-Fi のつながりが悪く、時々授業に支障がでていた。寮（Cheney Student village)でも Wi-Fi のつながりが悪い日が何度かあって不便であった。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Cheney Student Village
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：不可

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：大学から徒歩 5 分ほどでとても近かった。街まではバスで 15 分歩いて 30 分強。日中は渋滞でバスが進まないため歩いた方が早い。スーパーは歩いて 15 分ほどのところにある。
備え付けのものは何もないと思っていい。寝具や調理器具など大体の生活必需品を自分で購入した。掃除機は寮にある。

Wi-Fi のつながりがわるいことがたまにある。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 1 時間 45 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	わからない。
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種，日本入国の際にワクチン接種証明が必要だった。
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい ペーパーレスの大学であり課題もほぼ全部パソコンでやるため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	40
持って行った方がよかったものと、その理由	薬→風邪をひいた時に買いに行かなくてよかったのが助かった。いつも飲んでいる薬で安心できる。 ハンガー・洗濯ネット→寮にないから。 日本食→食費が浮くから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	洗濯バサミ→自分は乾燥機を使っていて部屋干ししなかったため

自由記述：乾燥がひどい。自分は乾燥から風邪をひいたので加湿器の購入を勧める。
体調管理が 1 番なので、当たり前だが睡眠や食事など生活習慣にきをつけるべき。
それでも風邪をひいた時のために薬は一通り日本から持参すべき。
外食をするとお昼でも 1 回で 2000 円は飛んでいくので計画的に自炊・外食すべき。

基本情報

留学先大学	イギリス・オックスフォードブルックス大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際日本

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：授業登録システムがわかりにくく、担当に何度も確認した

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Cheney Student Village と Warneford Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	外大指定

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：Cheney は不可、Warneford は可

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：全体的に汚い。Warneford はトイレとシャワーが一つずつしかなく、渋滞する

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 90 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	ビザの取得、BRP の取得

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	わからない
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし, 健康保険への加入
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業や課題はパソコンベースであるため、ケータイのみでレポートを書くのは難しい。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	冬用上着。日本のお菓子や食べ物。
持って行かなくてよかったものと、その理由	半袖（必要だが、三着程度でよい）

自由記述：外食は高いので、自炊中心に生活した。フードバンクもあったが利用していない。SIM カードは日本で買ってチャージできるタイプの方がよい。

基本情報

留学先大学	イギリス・キール大学				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	世界共生

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：図書館が 24 時間使えた。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Barnes X Block
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	スリッパ
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：わからない

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：宿舎料は高いが同じフロアでキッチン等を共有した生徒の質は良く、キッチン周りも綺麗に皆利用していたのでよかった。また夜に騒音や騒ぎ声がうるさいといったこともなかった。(他の宿舎からは騒がしい声が聞こえることがあった)

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間半程度。高速を使った場合は 40 分程度。
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業で使われた資料を確認したり、課題を作成・提出する際には大学専用サイトを利用するためどこにいてもパソコンは常に使えるように個人のパソコンは必要。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	1 枚
持参した現金（現地通貨）	180
持って行った方がよかったものと、その理由	半袖などの薄着。寮など建物内がとても暖かかったため。
持って行かなくてよかったものと、その理由	特になし。

自由記述：外食や冷凍品だと割高になるほか健康面も考え自炊を心がけた。

基本情報

留学先大学	イギリス・キール大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境 ：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：田舎です

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 30 分、バス 40 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業、課題のため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：セカンドハンドで色々買えました

基本情報

留学先大学	イギリス・キール大学				
留学制度	TESSⅢ	留学期間	半年	学科	世界共生

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Barnes Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	トイレトペーパー、シャワー用品、洗濯洗剤、食器用洗剤等
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境 ：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：無し

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：私が滞在していた En-suite plus は一番グレードが高いこともあり、一人一つずつシャワー、トイレがあったのでとても快適だった。キッチン自分併せて 6 人シェアだったが広さも十分だったため何の問題もなかった。6 人で 2 つの小さな冷蔵庫を使っていたため少しだけ狭かったが何とかだったので対して気にするほどではなかった。他の寮やグレードに住んでいる友達の話を知ると、グレードによっては 10 人程度で一つのトイレ、シャワーをシェアしなければならないところもあると聞いた。

現地の学生の中にはフラットでパーティーを毎晩のようにやったり、Student Union で行われるイベントにより深夜に酔っぱらって帰ってきて騒音を発したりと騒音問題は深刻。フラットメイトによるところが大きいので事前にどうにかできる問題ではないが、私は幸運にもフラットメイトに恵まれたことと、不可抗力ではあったが高いグレードの寮に滞在できたおかげで騒音問題には比較的苦しまされず済んだ。価格重視で寮を選ぶとこのような問題に悩まされる可能性が高

くなると感じた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい パソコンでノートをとる、試験がオンラインで行われる可能性の方が高い、エッセイはパソコンで作成したものしか特別な理由がない限り受け付けてもらえないため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	変圧器、変換プラグ→電圧とコンセントの形が違うため 靴 2 足→雨が多いため一つダメにしたとき用にもう一足あるといいが最悪現地で買えるのでそこまで重要ではない 室内用シューズカスリッパ→現地の子は靴下のまま歩いていたので気にならない人はいいが、土足文化なので部屋の中ではけるものと快適 ブランケット→部屋の窓が壊れており窓があつてないようなものだったのでブランケットに助けられた スパッツやヒートテック→イギリスの冬は本当に寒い
持って行かなくてよかったものと、その理由	電子辞書→今はインターネットがあるのでいらない 本→種類によるが読む時間ない

自由記述：物価が驚くほど高いので、自炊は自炊でもいかに節約できるかを考えた。イギリスの冬は本当に寒いのでカイロや防寒具は必須。部屋の窓が壊れており冬も風がモロに入ってきたのでブランケットなども万が一に備えてあると助かる。大学内には Wi-Fi があったので大学内で携帯電話を使用する分には困らないが、外に出かける時に携帯電話が使えないとマップなども使用できないため、現地で sim を購入するなり携帯電話は使えるようにしたほうが便利。

基本情報

留学先大学	イギリス・ケント大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Park wood
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：治安や大学からの利便性は良かった。しかしながら、大学の立地上、交通の便が悪かった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 3 時間、電車 2 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業はパソコンで課題の提出や資料の配布されるから
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：医療に関しては手続きや症状の説明が英語で難しいので常備薬を持っていくことをオススメする

基本情報

留学先大学	イギリス・ケント大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☒ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Park Wood
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：追加費用を払えば可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：シェアハウスが男女混合な面に不安を感じた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 2 時間程度
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	ビザ取得

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい レポート課題が多いため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	65
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：物価が高いため、できるだけ自炊して食費を抑えた

基本情報

留学先大学	イギリス・Kent大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Eliot College
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：個人用
 - バスタブ：無し
 - キッチン：無し
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：個人用
 - リビング：無し
 - 固定電話：無し
- 冷房：無し
 - シャワー：個人用
 - 食堂：個人用
 - インターネットアクセス：個人用

自由記述：良かった点は毎日 12 ポンドの食券が配当される（電子）ので、大学内のレストランやカフェで使える。そのため、食費は浮く。
悪かった点はキッチンがないので、自炊ができない。毎週火曜日の朝に火災センサーの点検のため、火災アラームが鳴り響く。
宿舎を選ぶ際に重用したことは特にないが、実際に大学のホームページなど利用してヴァーチャルルームツアーを見ることをお勧めします。また、トイレやシャワー、キッチンなどは共用なので、少しの我慢は必要です。共用スペースについて、なにか言いたいことがあるのなら、ルームメイトとすぐに話し合うことが大切です。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 4 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 自分のパソコンを持って行った方が課題などに取り組みやすい。一方で、大学の図書館に共用のパソコンがある。また、ノートパソコンの貸出も行われているため、必須とはいわない。個人的には、自分のパソコンを推奨します。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	120
持って行った方がよかったものと、その理由	ポケットティッシュ…現地で買うと高いため、スーツケースの空きスペースに詰め込むとお勧めです。 風邪薬とうがい薬…生活環境が変わると体調を崩しやすくなるため。
持って行かなくてよかったものと、その理由	日用品全般（ハンガーやハサミ）…現地で購入できるため。

自由記述：生ものに気お付ける（卵や肉）。
カード決済が主流のため、現金を使う機会は少ないが、万が一のために 1 0 £ 程度は持ち歩くことをお勧めします。

基本情報

留学先大学	イギリス・ブルネル大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：悪い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いない

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/前期 North hall 後期 Galbraith hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：滞在可能だが申し込みが必要

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：シャワーとトイレが自分の部屋にあったことが一番個人的に助かりました。寮が古いせいか、湿気が多いところにシルバーフィッシュと呼ばれるイギリスの古い家などにいる虫がたまに発生し殺虫剤を買いましたが、そこだけ苦難でした。wi-fi は接続環境がよいとは言えなかったので、携帯のギガを多めに購入しておくことをおすすめします。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 50 分、タクシー15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	個人情報書類（パスポート、ビザなど）
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 大学の図書館でパソコンを貸し出ししているが、授業資料や情報などは全てオンラインで渡されるためいつでも確認できるように、必ず自分のパソコンを持っておくことをおすすめします。また、語学コースのテストは自分のパソコンで行ったので必要だと思います。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	日本食 現地で買えばいいかと思っていましたが、やはり高くて躊躇したから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：ロンドンの中心地では携帯や財布を盗まれる事件がとても多く、私の友達も携帯をバイクに乗っている人に盗まれてしまったので、ポケットに入れることは絶対にせず、スマホは必ずカバンの中に入れて行動するようにしていた。

基本情報

留学先大学	イギリス・ブルネル大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：わからない

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Galbraith Hall
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：宿舎のセキュリティはしっかりしており、ルームキーや玄関のオートロック機能があり、特に大きな不安などもなかったのですが、一点だけ困ったこととしては各部屋、廊下、キッチンに設置してある火災報知器がすぐに鳴り、実際に火事などが無くとも何度も鳴って、寮の外へと避難しなければならないことがあり、そこが大変な点でした。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	徒歩 2 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 主に授業の最終課題（エッセイ）を行うには各自のパソコンを使用しなければならなかったもので、パソコンは必要であると思います。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	624
持って行った方がよかったものと、その理由	食器類。全て持っていく必要はありませんが、現地に到着してすぐには食器類や調理器具を準備することはできないので、自分用に一つは持っていくととても便利でした。
持って行かなくてよかったものと、その理由	食材。念のために日本からカップラーメンなどの日本食を持って行ったのですが、現地でも食材や調味料を買うことができたので、そこまでたくさん持参しなくても大丈夫でした。また、洗剤類、洗顔料などについても現地で簡単に購入することができたのでそこまで心配しなくて大丈夫だと思います。

自由記述：携帯電話についてなのですが、学校の wifi が初め接続するのに時間がかかってしまい、初日に接続をさせるまでにとても苦労しました。wifi が繋がるまでは連絡もつながらず非常に不安な思いもあったので、事前に sim カードなどを持参していても良いのではないかなと感じました。

基本情報

留学先大学	イギリス・マンチェスターメトロポリタン大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Birley
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：分からない

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：エッセイやレポートなどの課題に対するサポートは充実しているように感じた。だが、基本的に聞かないと教えてくれないため、大変だった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	在留許可証の取得、GP の登録

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 自宅でも学習できるため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	50
持って行った方がよかったものと、その理由	スリッパ（寮内の移動がしやすいため）、エコバック（袋の購入に毎回お金がかかる）、折り畳み傘（雨が良く降る、天気が変わりやすい為）
持って行かなくてよかったものと、その理由	日本の食材（マンチェスターにはアジアショップが多い為）

自由記述：イギリスの水が合わなかったので浄水器を購入した。購入してよかったと思う。

基本情報

留学先大学	イタリア・トリノ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：履修登録の仕組みが日本と違い、少しわかりにくいと感じた。また基本的に、留学生が自治体に提出すべきものは自分で行い、大学からのサポートはないため、慣れない頃は大変だと思う。大学内の Wi-Fi 環境、自習環境は大変良く困ることなく勉強することができた。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/verdi
ベッドルームの共有人数	1
自身で購入が必要なもの	30 ユーロ程度で 1 年キッチンセットを借りることができ、その中に食器や調理器具が入っていた。足りなかったお椀のみ自分で購入した。
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：8 月のみ 1 か月 olimpia という別の寮に移動しなければならなかった。

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：街の中心にあり、キャンパスに行くにも買い物に行くにもとてもいい立地にあった。また、日本に比べると治安がいいとは言えないが、比較的トリノの中では治安のいい場所にあるため不安要素は他よりは少なかったと感じる。しかし、街の中心にあるがゆえに夜中でも外に騒がしい人がいたり、トラムが横を違って騒音を立てていたで、それがストレスになる人もいるかもしれない。verdi は大きすぎず、寮生同士が家族のように仲がいいため、家に帰るたびに誰かが中庭で迎えてくれるなど、ホームのように安心感があった。一人の時間が大切な人は一人部屋を選ぶのも手だと思うが、私はルームメイトとの 2 部屋

屋で暮らすことで、他国の文化をより深く知ることができたり、喜びや悩みをルームメイトと分かちあえて孤独感を感じることなく過ごせて、とても貴重な体験だったと思っているので、もしずっと人と暮らすことが苦にならない人なら二人部屋の選択肢も検討してみてほしいと思う。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー 30 分、バス一回乗り継ぎで 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	在留許可証、個人納税者番号（codice fiscale）の取得。 （codice fiscale はワクチンを受けるために必須だったが、ほかの手続きにも使う場面があった。しかしない場合はパスポート番号を代わりに提示するなどの方法があったため、必須ではないかもしれない。）

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	codice fiscale(個人納税者番号)
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 教科書や参考資料はオンラインで配られることが多く、授業によってはスライドを作ってプレゼンテーションをしなければいけないものもあった。また、現地の学生はほとんどパソコンを授業に持ち込んでメモなどを取っていた。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	クロックスのようなスリッパ、日本のコンセント用の延長コードや変換プラグ、文房具、薬、ズボン（アジア人の足の長さにちょうどいいものは売ってません…）、カイロ（トリノの冬はかなり寒いですが、これは売ってませんでした。）、出汁パック、巻きずと海苔（お寿司を作るなら）
持って行かなくてよかったものと、その理由	コンタクトレンズの液、ドライヤー

自由記述：食事は自炊半分、学食半分の生活でした。学食は olimpia 下と verdi から徒歩 5 分の位置にあり、昼と夜空いています。パスタと副菜 2 点、デザート（くだものやプリン）、パンのセット、もしくはピザ（ピザ窯でその場で焼いてもらえます）と副菜 1 点のセットで 2.7 ユーロで食べることができます。自炊はパスタが基本でしたが、お米もスーパーに必ず売っているため、日本食も作ろうと思えば作ることができました。しかし、日本にあたりまえに売っている野菜がないことも多く、幅はかなり狭まりました。アジアンマーケットなどもあり、アジア料理を作りたい場合、価格は日本同等とはいかないものの基本的なものはそこでそろうと思います。

医療制度は日本と異なり、現地の人はホームドクターにまず相談していましたが、留学生などの場合は、薬局に行つて自分の症状を伝え（英語は通じないことが多いのでイタリア語で）、薬などを手に入れていました。しかし、普段の飲み慣れた薬があるなら、日本から持って行った方が絶対いいと思います。sim カードは iliad という会社で簡単に 10 分で発行してもらうことができました。ひと月 8 ユーロで 50G 使うことができ、システムも単純で、困ったことがあればお店に行つて聞くことができたのでお勧めです。
お金はユーロの口座があったため、現地の銀行の ATM からキャッシュカードでおろしていました。イタリアは通りに面した野外の ATM も多いですが、現地の友人がスキミングをされたり、カードが吸い込まれたまま出てこなかったといった事件もあったので、銀行併設の室内にある ATM を使用し、困ったことがあってもすぐに横の銀行に駆け込めるような場所を利用することをお勧めします。
クレジットカードは、基本タッチ決済が使用されていて、チップで差し込む形のクレジットカードで支払おうとすると、機械が故障していて支払えなかった場合もあったので、タッチ決済ができるカードがあれば安心かもしれない。また iphone なら携帯とカードをリンクさせて支払う人も多かったため、タッチ機能がないカードなら、このような機能を使ってもいいかもしれない（この手続きをするためにはカード会社に電話が必要な場合もあるので、日本でやっておくのがおすすめ）。しかし、携帯を盗まれる人も多かったので、セキュリティー面も考えなければならない。

基本情報

留学先大学	イタリア・トリノ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：悪い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：わからない

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：留学生サポート用のメールを送っても全く返信がない。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/オリンピア
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器，調理器具，お金を払えば寮で貸し出しがある。
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：個人用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：個人用

●固定電話：個人用
- 冷房：無し

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：1 人で住むには十分な広さ、ただ Wi-Fi は毎朝パスワードを入力しないといけないので不便。キッチンがあるところが良かったのでこの宿舎にした。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 40 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	在留許可証、ワクチン接種証明

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	ワクチン接種証明
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 到着直後はオンライン授業もあったので必須。また授業履修も全てパソコンで行う。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	0
持って行った方がよかったものと、その理由	ゲーム機とその国の言語の参考書は持って行って良かった。
持って行かなくてよかったものと、その理由	高価なカメラ。今はスマホでも十分綺麗な写真が撮れる。

自由記述：外食は高いので、できるだけ自炊をした。お金については現金を持ち歩くのは危険だと判断し、クレジットカードあスマホ決済で支払うようにした。

基本情報

留学先大学	イタリア・トリノ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：悪い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：わからない

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：メールしても返信がない、あっても 2 週間後等で苦労しました。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Olimpia
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具, ハンガー、扇風機
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：受付が 24 時間対応。夏は部屋が 40℃近くまで上がるのにも関わらず冷房が無いため工夫必要。週 1 回掃除スタッフが来てくれる。寮でキッチンツール貸出あり(30?)

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー 35 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	在留許可証、codice fiscale の作成

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	使ったことが無いのでわからない
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 貸し出しが無い
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	虫よけスプレーと殺虫スプレー、リセッシュ、自炊するならみりん等のマイナー調味料 日本のバスタソース 夏は寝れないくらい虫が大量発生する。洗濯にお金がかかるので何かと便利。 アジアンスーパーがあるため醤油などのメジャーなものは現地で購入可能。日本の味が恋しくなるから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	服 現地で買う

自由記述：外食をすると高いため自炊しました。

基本情報

留学先大学	オランダ・HU ユトレヒト応用科学大学				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：わからない
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/De Sterren
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：共用
 - バスタブ：無し
 - キッチン：共用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：共用
 - リビング：共用
 - 固定電話：無し
- 冷房：個人用
 - シャワー：共用
 - 食堂：無し
 - インターネットアクセス：個人用

自由記述：良かった点：大学と市内の中間にあるため両方ともアクセスが良かった
悪かった点：寮内でパーティーが多く騒がしいことが多かった
窓を開けるとマリファナのにおいがたまに入ってくる

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 30 分、バス 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	市民登録、滞在許可証の受け取り

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業は全てデジタルだから
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	現金：Maestro カードしか受け付けないお店が複数あったため、現地で銀行開設し maestro カードを受け取るまでたまに現金を使うことがあった。
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：空港での SIM 購入は高すぎるためスーパーで購入し自分で設定したほうが良い

基本情報

留学先大学	カナダ・オカナガンカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Skaha Place
ベッドルームの共有人数	5 人
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：キャンパスから近くて徒歩 5 分だった事とゲームルーム、テレビやスタディールームなどがあった事が良かった。ルームメイトによっては quiet hours でもパーティーなどでうるさい人に当たる可能性があることがマイナスだった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業の課題などに必要。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	日本調味料(味噌汁、ダシなど)。自炊で日本食が恋しくなるし、現地だと高いため
持って行かなくてよかったものと、その理由	寝具。寮で購入可能

自由記述：食事は外食はテイクアウトでも高いため、なるべく自炊した。Wi-Fi がギガ数を超えないように、屋外ではマップなど以外はあまり使わないよう心がけた。

基本情報

留学先大学	カナダ・オカナガンカレッジ				
留学制度	認定	留学期間	1 年	学科	英語教育専攻

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：悪い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：WiFi が弱い

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	シャンプー、リンス、洗濯の洗剤、ボディーソープ、歯磨き粉
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境 ：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：分からない

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：良かった点:沢山話しかけてくれたり、アクティビティを企画してくれた。

悪かった点： ホストマザーの妊娠により、最後の 1 ヶ月ほどご飯が低クオリティのものになったり、十分に食べられなかったり、ホストファミリーが一日中部屋にいて話す時間もなかったこと

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 40 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	学生ビザの取得

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 30 分ほど
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 借りるとお金がかかる
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	10
持って行った方がよかったものと、その理由	薬 体に合わないかもしれないから 文房具 あんまり品質良くない ドライヤー 風とかが弱い
持って行かなくてよかったものと、その理由	電子辞書 ：スマホで調べられる

自由記述：外国では医療費が高いので、風邪をひかないように暖かくしたり、規則正しい生活をするなど健康には特に気を配りました。

基本情報

留学先大学	カナダ・オカナガンカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英語教育専攻

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：悪い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：ネット通信が悪かった 特に 9 月から多くの生徒が入学してきた時は、wifi に繋がらないことが多かった

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Skaha Place
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，掃除用具
その宿舎を見つけた方法	ホームステイから急に出国 2 日前に学生寮に変更されたため

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：確かではないが可能だったはず

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：門限もなく自由に過ごせたのでよかった 食費だけは高くなるがそれ以外ホームステイより寮の方が個人的には楽しいと感じた

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 40 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	特になし

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 10 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題をする時に必要
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	乾燥が酷いので化粧水や乳液はできる限り持ってきた方がいい 日本食が恋しくなる時があるのでインスタントのものを持っていくといい 身の回りの品（爪切り、カミソリ、アイロン等）は到着したその日から使うことになるので必ず持っていった方がいい
持って行かなくてよかったものと、その理由	現金は 100 ドルぐらいあれば十分

自由記述：食費が高いので、なるべく自炊（パスタや米は比較的安い）が肉が高いため豚肉をメインに食べるべき） 外食は控えた方がいい

基本情報

留学先大学	カナダ・オカナガンカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	特になし
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：個人用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：長期休暇がなかったため分からない

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：個人用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：普段は特に問題ないが、雪や交通状況によってはバスに大幅な遅延が出ることがあった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 25 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい エッセイ課題やプレゼンなどでパソコンを頻繁に使うから。
携帯電話の利用	日本で SIM カードを購入した
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：学校のカフェテリアでランチを購入すると食費が高くなってしまうため、なるべく自分でランチを用意して持参するようにしていた。

基本情報

留学先大学	カナダ・オカナガンカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Skaha Place
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：長期休暇をまたいで留学をしていないため分からない。

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：大学まで徒歩 5 分程度で行くことができる

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 10 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 特に学部授業ではほとんどの学生がパソコンを使用していたため
携帯電話の利用	SIM　フリー端末を持ち込み、SIM　カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	ヒートテック 理由…冬は寒さが厳しいため、ヒートテックはかなり役立った。
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：チップの文化は馴染みがなかったため、どの程度支払うべきか悩むことがあった。

基本情報

留学先大学	カナダ・オカナガンカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	なし
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：良かった点

- ・ホストファミリーが作るご飯がとても美味しく、冷蔵庫にある食べ物など自由に使ったり食べたりしてもよかったので食の面で困ることは何もなかった。ほぼ毎週 BBQ がパーティーがあった。
- ・ホストファミリーにちゃんとその日に連絡すれば、門限などの厳しいルールはなかった。

悪かった点

- ・学校までの交通の便が悪い。バスを乗り換えて二本乗るか、十七分歩いて一本のバスで行くしかなく、約 40-60 分かかる。
- ・ホストファミリーがフィリピン人だったため、いつも英語をしゃべっているわけではない。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車十五分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 3 0 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業で必要。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：家で友達とパーティをするときのご飯代を割り勘するときや、友達と旅行でホテル代と一緒に予約した時などに現金が必要になることが多かったため、急に現金が必要になった時用に現金を下ろせるカードを作ることをお勧めします。

基本情報

留学先大学	カナダ・セネカカレッジ				
留学制度	TESSIV	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Seneca College Residence - Newnham Campus
ベッドルームの共有人数	2 人
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	外大から

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：個人用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能だが、別途申込・支払あり

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：個人用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：個人用
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：火災報知器の音やパーティなどの騒音

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	特になし

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	コロナワクチン接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業・課題などで使用するため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	冬用のコート
持って行かなくてよかったものと、その理由	特になし

自由記述：食事は我慢しない

基本情報

留学先大学	カナダ・セネカカレッジ				
留学制度	TESSIV	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/セネカレジデンス
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：個人用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：追加支払いすれば可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：個人用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：共同キッチンがあまり使いやすくなかったのが悪い点です

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい ズーム授業があるから
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	証明写真。就活で履歴書を書く際に必要だから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	日本食。現地の食事に慣れるから。

自由記述：まだ申請したのち受け取ってはいませんが、医療費はセネカカレッジに申請すると補償してもらえます。

基本情報

留学先大学	カナダ・セネカカレッジ				
留学制度	TESSIV	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/セネカレジデンス
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：個人用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：個人用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：停電になったり、ファイヤーアラームがなることがよくあった

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	学生寮から徒歩 5 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい オンライン授業を受けることがあるので
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	電子レンジしかないので、電子レンジに便利なもの
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：スーパーも病院もすぐ近くにあったので生活しやすかった

基本情報

留学先大学	カナダ・セネカカレッジ				
留学制度	TESSIV	留学期間	1 年	学科	国際日本

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：悪い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：大学内はもちろん、寮内のネット環境や学習環境も整っていた。
現地に到着した日、空港から寮までも、寮に着いてから授業が始まるまでも、一切のサポート（連絡を含めて）が無かったため、全体を通して留学生へのサポートがあまりないと感じた。留学生受け入れの担当の方はいたが、大学にいるわけではなかったなので、質問がある時に直接話すことができなかったのが少し難しい時もあった。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Seneca Residence
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，ハンガー、洗剤類、掃除道具、シャワーカーテン、
その宿舎を見つけた方法	この留学の既定だった

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：個人用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能だが、その期間の費用を追加で払う必要がある

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：個人用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：想像していたより綺麗で快適に過ごすことができた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 25 分、バス電車 1 時間 40 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	利用しなかったため、分かりません。
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	コロナワクチン証明書
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業の資料、課題提出、オンライン授業への参加など、全て大学の生徒専用サイトに掲示されるため。
携帯電話の利用	日本にいる間に SIM を購入し持って行った。
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	100 均などで購入出来る、電子レンジで調理可能な便利グッズ。 寮内の共同キッチンがコロナの為閉鎖しており、部屋に唯一ある電子レンジでのみ調理が可能だったため、何かしら電子レンジで調理が可能な容器やグッズがあれば、もう少しちゃんとしたご飯が食べられたのではないかと思ったから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	使い捨てマスク 日数分きっちり数えて持参していったが、普段の生活でマスクを使う機会が少なかったため、ほとんど余らせてしまい持ち帰ることになってしまったから。

自由記述：物価が高い為、お店のアプリを携帯にダウンロードし、週 1 で更新されるチラシをチェックしながら、なるべく値下げされている物を購入していた。一人分の食料を使い切ることが難しかったため、一度に大量に購入するのではなく、必要な分だけ、そしていつまでに使い切れるか先まで考えて買い物するよう心がけていた。
物価が高いこと同様、外食での出費はかなり嵩む為、できる限り自炊を心がけていた。
携帯の契約を留学の途中で変更し、一番安いプランにした。その為、外では通信を遮り携帯のギガを消費しないことや、フリー Wi-Fi のスポットを探すなどの工夫をしていた。

基本情報

留学先大学	カナダ・セルカークカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Castlegar Student Housing
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：個人用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：交通のアクセスを考えると

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	ホームステイまで車で 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	使ったことがなく不明
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業などで使用するため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	日本食 現地であまり売っていないため
持って行かなくてよかったものと、その理由	大量のマスク 現地ではつけないため

自由記述：現地は物価が高く、お金を使いすぎないようにすること

基本情報

留学先大学	カナダ・セルカークカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：悪い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：後期は人が多かったので wi-fi が弱かった。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	特になし
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：個人用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：いろんなところに連れてってくれたが、留学生を頻繁に受け入れているため他の生徒と比較され好き嫌いをもろに出された。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	ホームステイまで車で 20 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	なし

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 30 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい パソコンで課題をこなすことが多いから。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	250
持って行った方がよかったものと、その理由	厚めで長い靴下。とにかく寒いから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	大量のマスク。多少は必要ないけどカナダではマスク着用は任意でほとんどの人が着けていない。着けていたら体調悪いと言っているのと同じ。

自由記述：複数あるスーパーの中から安いスーパーを選ぶようにしていた。その情報も周りに聞いて決めていた。

基本情報

留学先大学	カナダ・セルカークカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界共生

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	無し。
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：個人用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ホームステイの場合、家庭内トラブルなどが起こる場合もある。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 30 分から 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	車で 15 分程度。
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題の作業や書類提出に役立つため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：風邪薬などは日本から処方箋と一緒に持ち込みをした。

基本情報

留学先大学	カナダ・セルカークカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイと大学寮/Kekuli House Residence
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：個人用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：学校から近かったが、シャワールームがかなり狭く、夏場は虫が多かった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 3 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	SIM カードの申請

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 30 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 語学の授業ではライティング、学部の授業ではレポートを書く際に必須なため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	900
持って行った方がよかったものと、その理由	日本のスキンケア用品や化粧品 外国の物だと合わない場合があるため
持って行かなくてよかったものと、その理由	大量の服やかさばるアウター 帰国時にスーツケースに入らない、また現地での調達可能

自由記述：基本的に物価が高いため外食は控えていた

基本情報

留学先大学	カナダ・ノースアイランドカレッジ				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	特になし
その宿舎を見つけた方法	現地業者のサービスを利用

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：ホームステイのため分からない

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：毎夕食に、その日にあった良い事や感謝したことを 3 つ言うという習慣があり、英語力が身につくことと夕ご飯を楽しく食べることができた。壁が少し薄く感じ、夜は音楽を聴いたりシャワーを浴びたりするときに少しだけ気を使った。私は動物が好きだったため、犬や猫がいる家庭を選んだ。ペットの会話ができるため良かった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	ホストの車 15 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 10 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 家でも学習ができる。オンライン授業に困らない。 ただ、私の場合留学前半でパソコンが壊れてしまい、後半は学校のパソコンを借りながら課題を進めたり、動画鑑賞をしたりした。(1 日もしくは、1 週間単位で無料で借りることができた。)
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	100
持って行った方がよかったものと、その理由	爪切りや耳かき、薬。現地でも調達できるが、わざわざお金を払って買いに行くのも無駄なため。薬は日本のものだ安心して飲むことができる。
持って行かなくてよかったものと、その理由	たくさんのタオル。そこまで使わなかったかつ、現地でも簡単にお手軽に手に入るため。3、4 枚あれば十分だと感じる。

自由記述：なるべく自分自身にストレスを与えないよう疲れているときはよく寝たり、フルーツを食べたりした。レストランへはあまり行かず夕食の残り物を翌日のお昼ご飯で食べるようにした。

基本情報

留学先大学	カナダ・プリティッシュコロンビア工科大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：寮内もセキュリティやパーソナルスペースがしっかり整備されており、安心して生活することが出来ました。寮内で相談ことがあれば、Residence Advisor に相談することが出来たのでとても安心できました。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/BCIT Housing
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，ドライヤー、タオル、洗剤など
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：プライバシーがしっかりと守られており、相談や悩みがあれば resident advisor に気軽に相談することが出来たので、安心して生活することが出来ました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 大学に使用可能なパソコンはありましたが、自分のパソコンを持っていた方がメールを確認することもすぐに対応できるし、課題や調べものが便利に円滑に進めることが出来るから。グループワークを進めるときにもかなり役に立った。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：バンクーバーの外出は日本の外出よりも 1.5 倍～2 倍くらい高いので、節約は必須だと思います。お金があれば済む話ですが、決済はタッチ決済対応のクレジットカードや Apple Pay にクレジットカードを登録しておくとう便利だと思います。

基本情報

留学先大学	カナダ・プリティッシュコロンビア工科大学				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：悪い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/BCIT Housing
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器，調理器具，扇風機
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：夏はすごく暑い

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	Ubereats
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	バスもしくは電車
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種，ワクチン接種証明書、陰性証明書
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	いいえ 学校に備え付けのパソコンがある。 クラスによってはそれに対応できる。マイクロソフト系のアプリも携帯で対応できるクラスが多々ある。プレゼンなどように準備しておく必要はある。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	400
持って行った方がよかったものと、その理由	アウター：寒いから 爪切り：向こうのはすぐ壊れる 箸：高いから
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：物価がすごく高い。

基本情報

留学先大学	カナダ・プリティッシュコロンビア工科大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/BCIT Student Housing
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：棟によって共用スペースでのルームメイトとの交流の仕方や、雰囲気が全く違う。All female suite は常に静かで、男性が入る際にはグループチャットで連絡しあうので安心して生活できた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 20 分、バス 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	study permit の取得

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 教科書をオンラインで購入したり、授業で課題をするのに使用したり、パソコンがない部屋で授業を受けることがあるため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：無駄を避けて最大限時間とお金を有効活用することを意識していた。外食代が高いのでできるときは自炊すること、医者にかからなくて良いように調子が悪かったり疲れたと思ったらすぐに休むことを心がけた。

基本情報

留学先大学	カナダ・フレーザーバレー大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/baker house
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：ルームメイトとバスルームや冷蔵庫などは共有だが、それぞれに部屋があるためプライベート空間がある。しかし、各部屋に冷房がないため夏は扇風機を買う必要があった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車約 1 時間半
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	bc 州の保険

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 30 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題の提出がパソコン上であることが多いため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	日本食：日本食を買える店が近くにないと、アジアマートに行っても高い。 薬：海外の薬は強いし、少し怖かったので。
持って行かなくてよかったものと、その理由	服は現地で買う機会も多いので、そこまで多く持っていく必要はないと思う

自由記述：外食は高いので、なるべく自炊して済ませるようにした。病院は例え緊急でもすごく待ち時間が長い。

基本情報

留学先大学	カナダ・フレーザーバレー大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/L?:lem te Baker
ベッドルームの共有人数	1 つのユニットに 2 人入居、ベッドルームは各自 1 つずつ
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：宿舎選びに重視した点は、個室があるかどうかです。共同生活かつ個室もあったのでプライベートが確保されていて良かったです。秋学期はイベントも定期的に開催されていて、他の学生たちと交流することもできると思います。ただ、寮の色々なシステム自体と、マネージャーの対応が悪いと感じたため、個人的にはあまりお勧めはできません。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 1 時間 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	Medical Service Plan (BC 州の保険)への加入

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 20 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 図書館に共用のパソコンがあるが、個人で持っておいた方が課題をするときに楽。
携帯電話の利用	事前に日本でカナダ用 SIM カードを購入し、カナダに到着してから自分のスマホの SIM カードを入れ替えた。
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	布団…寮に備え付けの布団がなかったため。 日本食…レトルトのご飯などはしばらく保存できるので良かった。 薬…普段使っている頭痛薬や目薬等は十分な量を持ってきた方が良いと思う。 化粧品、生理用品…自分が使い慣れているものが良いと思う。
持って行かなくてよかったものと、その理由	服…足りなかったら現地で買えるので、同じようなデザインの服は複数は持てなくていいと思う。 シャンプー等…最初の数日分のトラベル用があれば、後でスーパーに行っても買える。

自由記述：食事はミールプランがありますが、学期中に使いきれなかったため、最後に返金をリクエストしました。バス代は学費に含まれているため、市内のバスはバスパスをスキャンするだけで乗ることができました。BC 州に住む人に必須の MSP という保険があるので、加入に該当するか確認して申請しました。

基本情報

留学先大学	カナダ・マギル大学(生涯教育部)				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	ない
その宿舎を見つけた方法	Nufs が手配。

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ホストファミリーがとても親切な方で、よく一緒にランチに行こうと誘ってくださりとて快適にステイすることができた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス、電車　45 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業のすべてがパソコンで行われるため。
携帯電話の利用	SIM　フリー端末を持ち込み、SIM　カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：元々物価が高いのでなるべく自炊をするように心がけました。医療面においては、常に大学や個人で加入した保険証を持ち歩いておくと思います。

基本情報

留学先大学	カナダ・マギル大学(生涯教育部)				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, カーテン、スタンド電気、自分の部屋のゴミ箱
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：ホームステイでしたので、ホストとの交渉次第です

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：形式上はホームステイですが、ファミリーは上に住んでいて玄関から別々の暮らしだったので、シェアハウスのような感じでした。電気がつかないなどなにかあったらすぐ対応してくれたのでよかったです。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	公共交通機関のマンスリーパス

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 15 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断, 予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 毎日使います
携帯電話の利用	SIM　フリー端末を持ち込み、SIM　カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	4 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	爪切り、洗濯ネット、自分の弁当箱になるようなタッパー、薬局でいつも買う日本のコスメ/シャンプーなど
持って行かなくてよかったものと、その理由	ブランドコスメは現地で安い（あまり変わらない）値段で買えます。

自由記述：物価が本当に高いので自炊を続けないと破産します。

基本情報

留学先大学	カナダ・マギル大学(生涯教育部)				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	自身の生活用品のみ
その宿舎を見つけた方法	現地業者のサービスを利用

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：私の場合、最初は大学寮でしたが色々あってホームステイに変わりました。ホームステイになると、学校からの距離が遠くなってしまうという点では不便でした。遠くても終電は日本に比べて遅いので大丈夫ですが、学校に近いとより便利だと思います。しかし、私のホストファミリーは多くの生徒さんを受け入れる家庭だったのでルームメイトには恵まれ、たくさんの友達ができました。また、感謝祭は家族でお祝いするものということでその日は豪華なディナーをホストファミリーと楽しみました。その面ではホームステイはいいのかなと思います。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 10 分＋バス 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業の資料は全て大学のマイコースにアップロードされるのでパソコンがないと資料をダウンロードして閲覧したり、課題に取り組んだりすることができません。また、テストもパソコン上ですることが多く、課題の提出もマイコースでするのでパソコンは必要です。
携帯電話の利用	SIM　フリー端末を持ち込み、SIM　カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	ホストファミリーへの日本のお土産はとても喜んでもらえました。現地で日本のものを買うとすごく高いからです。他にも自分の生活用品はなるべく持って行ったほうがいいです。
持って行かなくてよかったものと、その理由	荷物を最小限にしたので特にありません。

自由記述：私は食事は朝と夜だけホストファミリーに用意してもらってお昼だけ自分で用意していました。カナダの物価は日本に比べてすごく高く、一回の外食で 15 ドルくらいはかかるのでなるべくスーパーで食べ物を買うようにして節約していました。

基本情報

留学先大学	カナダ・メディスンハットカレッジ				
留学制度	TESSⅢ	留学期間	半年	学科	中国語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/golfview student residence
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具, トイレトペーパー
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：良かった点：一人部屋のためプライベートを確保できる。バス停から 1 分。学校にも徒歩約 5 分ほど。
悪かった点：壁が薄いため騒音問題がたまにあり。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	カルガリー空港からシャトルバスで約 4 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題がオンライン上のページにて配布される。 ライティングの授業でワードを使うから。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	110
持って行った方がよかったものと、その理由	簡単にお米を炊けるグッズ：お米が売られていたため作れたらいいなと思ったから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	日本のお菓子：向こうでも手に入る。

自由記述：歯医者には保険対応外のため渡航前に治療を済ませた。
友人と割り勘をしたり、現金しか使用できない場面のために現金は考えて使うようにした。

基本情報

留学先大学	カナダ・レイクヘッド大学				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：先生方の教え方が日本とは比べ物にならないくらいわかりやすい。1 クラス生徒 3 人の少人数制授業で、効果的に英語力を伸ばせた。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Toun House (Silver Islet 7)
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	シャンプー、洗剤などの日用品
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：寮が大学の敷地内にあるため、教室まで徒歩 5 分で行ける点と、寮主催のイベントが多数あり、放課後や休日にも楽しめた点と、他の留学生と交流できた点がよかったです。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 10 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	渡航前の eTA 取得と Duolingo のプレイスメントテスト受験

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 課題作成と提出のため。体調不良者・コロナ感染者が出たクラスは、オンライン授業になるから。
携帯電話の利用	海外でも使える楽天モバイルを持っていたので、月 1 G まで無料で使え、寮や大学に Wi-Fi もあるため、それで十分でした。
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	350
持って行った方がよかったものと、その理由	帽子、水着、スポーツウェア、みんなでスポーツをしたり、外出したりする機会が多くあり、現地で購入した。
持って行かなくてよかったものと、その理由	食器、大学から無料で借りることができたから。

自由記述：あまり大金を持ち歩かないようにした。

基本情報

留学先大学	カナダ・レイクヘッド大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Rossport 5
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：良かった点：想像以上に広くゆったりと過ごせた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー10 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	学生 VISA の手続き

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	いいえ パソコンを持参していなかった方へ、留学先の方が貸してくれていた。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	生活用品
持って行かなくてよかったものと、その理由	パソコン

自由記述：カナダは日本に比べて物価が高いため、自炊だったため食費に気を付けた。

基本情報

留学先大学	カナダ・レイクヘッド大学				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：図書館の自習設備が整っていた。
レイクヘッド大学の担当の方が生活や健康についてよく相談に乗ってくれた。
たまに WiFi がよく繋がらない時があった。
キャンパスはとても広々としており、緊急通報ボタンが至る所に設置してあったため治安がよかった。
自然が豊かで、静かに集中して勉強できるキャンパスだった。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	洗顔用品、歯ブラシ、毛玉取り
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：ホームステイ先の近くにはバス路線が 3 線もあったため、買い物や出かける際にとても便利だった。キッチンとテレビを自由に使えて、Netflix も見ることができた。洗濯はホストファミリーの気分で行うので、洗って欲しかったものが洗って貰えない時があった。自分用の部屋が半地下にあったため、少し暗かった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 40 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	特になし

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	バス 20 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 個人のエッセイやプレゼンを作る際に必要になる。
携帯電話の利用	ドコモのポケットバック海外オプションという機能を使い、それを使わない時は WiFi を利用していた。
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	3000
持って行った方がよかったものと、その理由	10 カナダドルの現金(100 カナダドル札はほぼ全部のお店で使えない) 日本のお米(欲しい人のみ、なかなか売っていない) 常備薬(現地の薬は効き目が強すぎる傾向にあるため、日本の市販薬等持っていったほうがいい)
持って行かなくてよかったものと、その理由	お米以外の日本の食料(日本の食料以外とある) T シャツ(春から行くなら最初は T シャツはいらない。また現地の T シャツは安いため、夏用の服は現地で手に入る)

自由記述：医療に関してはレイクヘッドの先生に相談すると、病院の予約等手伝ってくれる。
現金は基本必要ない(バス代は現金だが、大学で購入できる乗り放題バスを購入すべき。乗り放題バスはクレジットで支払いできる)。
Tim Houtons と呼ばれるカフェの WiFi が弱いので、そのカフェで作業する時は注意。

基本情報

留学先大学	カナダ・レイクヘッド大学				
留学制度	認定	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：ネットワークは日頃いいが、たまにアクセスが良くなかったりすると、寮も同じネットワークなので、課題の進行や、授業でも支障が出る時がある。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Ogoki house
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：今回滞在した寮が、他のエリアとも離れているのもあって、寮居住者との交流があまり取れなかった。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー10 分(民間バス約 1 時間)
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 語学プログラムでは PPT や Word を使う機会が多くあった。提出口や授業資料も、サイト内にあるため、パソコンがあると良い。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	日本の調味料や米(現地でないものもある、値段が高い) スポンジ(泡立たないため) ヘアドライヤー(貸し出しがない) 薬(体に合うものを摂取する)
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：医療機関がとても混雑しているので、なるべく健康に過ごすことを重点においた。

基本情報

留学先大学	カナダ・レスブリッジ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	延長コード、シャンプー、コンディショナー、ボディーソープ
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：共用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：学校から徒歩圏内であった点。ホストファミリーに子供がいたので毎日一緒に遊んで英語を使うことができた点。テスト期間や課題が多く出た週は帰りが遅くなり家族と会えない日が続いた点。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 3 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 学校にパソコンがあるが個人のを持っていく方が便利。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：食事はホストファミリーが作ってくれた。ランチは前日の残りやあるもので自分で作って持参していた。現地で医療にかかることはなかった。カード支払いが主流なので現金はほぼいらない。

基本情報

留学先大学	カナダ・レスブリッジ大学				
留学制度	認定	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	シャンプーやボディーソープ
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ホームステイは確実に英語を伸ばせるので本当に良かった。子供がいるところは特に、話すスピードがゆっくりなので、心配なく過ごせる。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 5 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須だった（大学のサポートなし）
その他、学外で必要だった手続き	保険

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	バス 20 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい プレゼンが多いのとレポートはメールでの提出なため。
携帯電話の利用	eSIM
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	水筒
持って行かなくてよかったものと、その理由	特になし

自由記述：水道水は飲めないと思った方が良くから水筒を持って行った方がいい。

基本情報

留学先大学	カナダ・レスブリッジ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	グローバルビジネス

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	なし
その宿舎を見つけた方法	現地業者のサービスを利用

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ご飯はおいしかったが、残り物を続けて食べる日が多い

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車 2 時間半
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 講義や課題でパソコンを使うから
携帯電話の利用	現地で契約
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	お茶（ティーバッグ）：現地の日本茶は高い、日本茶と書いてあっても味が異なる 生理用品：日本の物の方が優れている、現地で購入できるが高い、日本製品を購入するためにレスブリッジではなく、カルガリーまで行く必要がある
持って行かなくてよかったものと、その理由	防寒具：現地で買った方が、現地の寒さにあったものを購入できる マスク：使う場所がない カイロ：室内は暖房が効いていて非常に暖かいため必要ない

自由記述：日本で処方薬があったため、アルバータ州の無料医療保険に加入し、足りない分は病院に行かず到处方してもらった

基本情報

留学先大学	カナダ・レスブリッジ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	国際教養

留学先教育機関について

履修したコース	半年語学コース+半年学部留学
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：図書館に 2 4 時間スペースがあったのがとても良かった。テスト期間中は夜まで多くの学生が居た。バディ制度はあったが、人によっては忙しくてなかなか連絡がつかない場合もあるため、あまり頼りすぎず、自分で頼れる現地の友達をつくと良い。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	ヘアドライヤー（日本から持参した）
その宿舎を見つけた方法	現地業者のサービスを利用

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ホームステイ先の家の地下の部屋に滞在した。
・夏はとても涼しく快適だった分、冬はとても寒かった。地下には自分しかいなかったため、トイレやシャワーも一人で使うことができて良かった。
・ホストがフィリピン人だったため、食事はフィリピン料理が多かった。基本的に一度にたくさんご飯を作ってくれて、残った分が冷蔵庫に保管されていたため、大抵いつでも食べるものがあってよかった。
・部屋にカギは無く、外出中や就寝中などホストが部屋に入ったり、ドアを開けたりしていたので、プライバシーはあまりないと感じた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	車で 2 時間半
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	特になかった

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	大学内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい レポートがある授業を受ける場合は必須。授業のノートをとるときにもタブレットかパソコンどちらかはあると便利。 また、テストを moodle から受けるタイプの授業もあり、スマホでもできないことはないが、画面の大きな機器があるほうが良いと思う。一方で、大学内に無料でパソコンが使える場所も複数箇所ある。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	・コンタクトレンズ ・薬（普段体調を崩さない人でも環境の変化で体調を崩しがちなため） ・日本食（インスタントのお味噌汁、緑茶のティーバッグ等） ・TOEIC 等の試験の参考書（現地では全て英語のものしか手に入らないため） ・歯ブラシ（現地の物は全てサイズがとても大きい） ・水筒（至る所にウォーターサーバーがあるため、また、乾燥していてとても喉が渇くため） ・ヘアケア商品（空気が乾燥していて髪の毛がとても傷みやすいため）
持って行かなくてよかったものと、その理由	・マスク（カナダではマスク着用は義務ではないので要らないが、防寒としてはあってもいい。） ・おしゃれすぎる服、サンダル（あってもよいが、特に大学ではトレーナーで過ごす人が多く、自分もラフな服装が増えたので個人的には必要なかった。）

自由記述：・地下の部屋で外の光が部屋に入ってこなかったこともあるが、部屋に籠ると気分が落ち込みやすいため、意識的に日中外出したほうが良い。
・現地の医療機関を利用する場合は、事前にアルバータ州の保険に入っておいた方がよい。（無料、大学のオリエンテーションで説明があった）
・ファストフード店やコンビニ以外で外食した際にはチップを忘れないようにする。

基本情報

留学先大学	スペイン・ウエルバ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	英米語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	夜を含める（18：30 以降）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	シェアフラット/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	フライパンや小さい鍋、お皿はアパートにあるが買い足した
その宿舎を見つけた方法	友人・知人の紹介から

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：共用

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：無し

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：水に関するトラブルが何回かあった。大学までの距離は重視した。

現地到着後の手続きについて

空港〜キャンパス間の移動手段と所要時間	空港からの市バス 30 分、空港がある市から大学がある市までのバス 1 時間 10 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 大学のパソコンを借りられるが、あまり性能が良くなかった。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	折り畳み傘：到着/帰国の時期が良く雨が降る季節で、到着してすぐは買いに行く時間がなかったので持って行ってよかった。 延長コード：部屋にコンセントが 1 つしかなく不便だった為現地で購入したが、プラグの形が違う為日本に持って帰ってきても使いにくいので持っていけばよかった（私は現地で友人にあげました。）
持って行かなくてよかったものと、その理由	ノート類：日本ではルーズリーフやノートを多く使っていたので持って行ったが、パソコンを使う機会がほとんどだった為あまりいらなかった。

自由記述：生活にかかるお金（食料や通信費）は日本より安くてよかった

基本情報

留学先大学	ドイツ・マールブルク大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Studentendorf
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器，調理器具，食器や調理器具は寮の人達と共有できるところもあるが私のキッチンはそれぞれが自分のものを使っていた。
その宿舎を見つけた方法	大学が用意してくれた

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：宿舎は選択できない。1 人部屋で施設等に関して何も悪いところはなかった。大学までは徒歩で 20-30 分、バスで 15 分程度かかる。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	地下鉄 20 分、電車 1.5?2 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	市役所へ行って在留許可申請をした。大学の担当者が手続きの仕方や市役所の予約等全てサポートしてくれるため、難しくはなかった。

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	場所によって異なると思う。使ったことがないため分からない。
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい オンラインの授業もある、課題で必要。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：外食は高い(日本の倍くらい)ので、なるべく自炊するよう心がけた。

基本情報

留学先大学	ドイツ・マールブルク大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Karl-Egermann-H?user
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境 ：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：一人部屋でゆっくりできる。キッチンで他の学生と知り合うことができ、一緒に料理を作って食べた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 90 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	ビザ申請

生活全般について

主な食事の用意	平日は学食を利用し、夜ご飯は自炊していた。
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業で必ず使うから。使い慣れたものが良いと思う。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	200
持って行った方がよかったものと、その理由	必要最低限の食器、カトラリー。日本で買う方が安いし、お箸はなかなかいいものがないから。
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：外食は高いため、基本自炊で友達と遊ぶときにレストランに行った。体調を崩さないように規則正しい生活を心掛けた。

基本情報

留学先大学	フランス・アンジェ西部カトリック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	フランス語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：悪い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	無し
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：ホームステア先による

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：共用
- 冷房：無し

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ホームステイ先によって良い、悪いがあるので、住んでみないとわからない。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	電車 3 時間、徒歩 10 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須だった（大学のサポートなし）
その他、学外で必要だった手続き	S?curit? Social の加入

生活全般について

主な食事の用意	ホストファミリーが用意と自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい プレゼンテーションを作る時や、授業で使った資料をインターネットで見るときパソコンを使わないと見れないことがあったため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	レンジやお湯で簡単に作れる日本食。理由は、留学初日や料理を作るのが面倒な時にとても楽だから。弁当袋も、お昼ご飯を作って持っていくのに持って行ったら便利だと思った。
持って行かなくてよかったものと、その理由	掃除用具。理由は、ホストファミリーが掃除してくれたため。

自由記述：お昼ご飯は節約をするために弁当を作って学校に持っていった。私だけでなく周りの人たちも風邪を引くことが多く、病気にかかった時のために s?curit? social に入っておくと良かった。通信機器は free という sim カードを買っておくと安いので、データ通信料をあまり気にすることなく携帯を使うことができた。

基本情報

留学先大学	フランス・アンジェ西部カトリック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	フランス語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：先生方がみんな親切でした。授業もわかりやすく、一人ひとりのことをきちんと見てわかるまで教えてくれるので有り難かったです。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	ホームステイ/
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	特になし
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：共用

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：個人用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：ホームステイで、家に他の学生がいたので困った時に相談できる人がすぐにいるので安心して生活できました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	TGV2 時間半
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	現地の保険への加入

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業でプレゼンがあり、スライドや資料を作成するときにパソコンがあると便利でした。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	リュックサック トランクが大きかったので日本からリュックサックは持っていかなかったのですが、教科書など通学の時に荷物が多かったので現地で購入しました。バカンスの時などに遠出をする際にも役立ったので、必要だと思いました。
持って行かなくてよかったものと、その理由	衣類 現地で購入できるため。

自由記述：コロナもあり、体温計、風邪薬などは日本から十分に持っていきました。

基本情報

留学先大学	フランス・トゥールーズカトリック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	フランス語

留学先教育機関について

履修したコース	主に語学コースを履修（+学部科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通
 - 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
 - バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
 - 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
 - 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
 - 大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/R?sidence Chapou
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
 - 宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
 - 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
 - 洗面所：個人用
 - バスタブ：無し
 - キッチン：個人用
 - テレビ：無し
- クローゼット：個人用
 - トイレ：個人用
 - リビング：無し
 - 固定電話：無し
- 冷房：無し
 - シャワー：個人用
 - 食堂：無し
 - インターネットアクセス：個人用

自由記述：Wi-Fi が使えないことが時々ある。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	トラム 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	いいえ 語学コースの場合、授業はすべてプリントで行われるため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：クレジットカード決済が拒否されることがたまにあるから複数枚持ち歩いていた。

基本情報

留学先大学	フランス・トゥールーズカトリック大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	フランス語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/chapou
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：個人用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：良かった点：中心街までのアクセスがよかった。（バスで約 15 分）個人でキッチン、トイレとシャワーが使えたところ。棟によってキッチンのない部屋もあるので注意。crous の手続き担当の方たちの対応が親切で、わからないことがあったとき気軽に聞ける。
悪かった点：エレベーターやインターネットの不調、お湯が出ないことが何度もあったが、その対処に時間がかかる。同じ寮に住む学生と関わる機会が少ない。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー10 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	セキュリティシアル

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	基本的に予約が必要なのでその都度診てもらえそうな病院を探す必要がある。実際にかかった病院はメトロで約 30 分のところでした。
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	いいえ トゥールーズカトリック大学で語学コースを受ける場合、授業内や課題でパソコンを使うことはありませんでした。 iPad を持っている人ならパソコンは学業には必要ないかなと感じました。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	250
持って行った方がよかったものと、その理由	ノートなどの文房具：ヨーロッパで買おうとすると日本の倍以上の値段です。 生理用品：現地でも買えますが、日本の製品の方が質が良いです。 薬：体調を崩したときは買いに行くことも難しい場合があるので持って行ってよかったです。 圧縮袋：帰りは荷物が増えるので余分に持っていくのが良いです。 手持ちの扇風機：夏本当に暑かったので、あったらとても便利です。現地でも売っているのを何度か見ましたが持っていくのがおすすめです。 カイロ：フランスには売っていません。冬を過ごすなら便利です。
持って行かなくてよかったものと、その理由	シャンプーやスキンケア用品：そもそも水質から異なるので、現地で売っているものを使うのがよかったです。日本では高値で売られているブランドの製品も、フランスの薬局で店員さんのアドバイスを元に手ごろな価格で手に入れます。

自由記述：食事：基本的に肉魚は日本で買うよりも高いし、一人分で売っていることはほぼないのであまり買えませんでした。タンパク質を他の食材で補ったり、外食するときは肉魚を積極的に食べていました。野菜や果物はスーパーでも買えますが、マルシェで買う方が新鮮で安いのでおすすめです。
医療：私は一度病院にかかるぐらいの病気をしたのですが、外大経由で加入していた保険を利用しました。時差があるのに丁寧に対応してくださったし、念のためということで電話通訳も手配してくださりとても助かりました。セキュリティシアルに加入し carte vitale を受け取るところまで結局手続きが進まなかったのですが、日本で加入した保険でなんとかしたのでよかったです。
通信機器：スマホは Free の SIM を入れて使っていました。ギガ数が元々多いので寮の Wi-Fi の調子が悪いときや外出時も何不自由なくネットが使えました。解約は手紙でしかできないのでそこだけ少し面倒くさいです。
お金：フランスはカード社会なので普段の買い物で現金を使うことはほとんどなかったです。私は現地で一度も引き出しませんでした。ただ、マルシェでは現金のみでの支払いのことが多いです。クレジットカードは、機械や時と場合によって認証されないことがよくあるので 2 枚以上は持って行った方がいいです。

基本情報

留学先大学	フランス・パリ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	国際コミュニケーション

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☒ 少し難しかった ☐ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：悪い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：バディ制度は存在するが機能はしていない。履修登録や教務面に関しては自ら担当者に尋ねないことには分からない。大学内ではネットワークが使える場所が限定されており、ほとんどの教室では Wi-Fi が機能しないため学生はスマートフォンをデザリングしてパソコンにネットワークを通すのが普通だった。現在パリ大学は組織変革の最中であるため、来年度から改善されるかもしれない。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	民間寮/R?sidence Jean Sarrailh
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：個人用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：パリの学生向けアパート（CROUS）は基本的にこちらの希望ではなく大学から振り分けられるものなので私が選んだわけではないが、もしこのアパートが振り分けられた場合は喜んで契約するべきだと思う。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 1 時間、電車 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい レポートの作成は書式などが指定されることが多く、スマートフォンなどでは作成が不便だと思う。大学や図書館のパソコンを利用するつもりであれば必須ではない。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	500
持って行った方がよかったものと、その理由	常備薬はフランスの薬局でも購入できるが、使い慣れているものが安心できると思う。
持って行かなくてよかったものと、その理由	現金は本当に使う機会がなかったので、少なくしたつもりだったがほぼ無しでもよかった。

自由記述：日本とは物価が異なるので意識して使ったお金を簡単に計算するなどしないと、日本と同じような暮らしをしているようでも思っていたようなお金の使い方が出来ていないことが多々あると思う。

基本情報

留学先大学	フランス・ボルドーモンテニユ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	フランス語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：わからない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/crous
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：無し

●キッチン：個人用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：個人用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：良かった点は、大学に近いこと。
悪かった点は、布団や枕が無いため買わなければいけない点。ほとんど自分でそろえた。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 20 分とトラム 40 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	必須
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい パワーポイントでプレゼンをしたため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	USB プレゼンで使ったため。
持って行かなくてよかったものと、その理由	日本食はそんなに持って行かなくて良い。高いが買うことが出来る。

自由記述：sim free はクレジット引き落としができるため楽だったが、解約は手紙を送らなければいけなかった。

基本情報

留学先大学	ベルギー・ブリュッセル自由大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	フランス語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：悪い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：Wi-Fi が弱かった。図書館は広く自習スペースがたくさんあるのが良かったが、それでもテスト期間中などは満席で席を取るのも一苦労だった

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	学生アパート/Studeopolis
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，掃除用具
その宿舎を見つけた方法	留学担当の方が見つけてくれた

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：悪い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：個人用

●バスタブ：個人用

●キッチン：共用

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：個人用

●リビング：個人用

●固定電話：無し
- 冷房：無し

●シャワー：個人用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：個人用

自由記述：部屋がきれいである程度の広さがあったが虫が大量発生してた。家がある地域の治安が非常に悪く、滞在中に近所で殺人事件と傷害事件が発生した。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	地下鉄とバスで 1 時間ほど
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	滞在許可証の取得

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	不明
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業中のメモはパソコンでとっていたから。大学のポータルを見るためにもパソコンは必要だった。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	3 枚
持参した現金（現地通貨）	180
持って行った方がよかったものと、その理由	パソコン、洗濯紐 パソコンは授業で必須、洗濯紐は部屋で洗濯物を干す際に役に立った。
持って行かなくてよかったものと、その理由	ペンの替え芯など文房具の大量のストック パソコンでノートをとるようになったので使わなかった

自由記述：クレジットカード中心で支払っていたのでお金の使い過ぎに気を付け、家計簿も欠かさずつけていたがあまり効果はなかった。

基本情報

留学先大学	ベルギー・ブリュッセル自由大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	フランス語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
- 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通
- バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
- 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：悪い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
- 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
- 大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/Studeopolis
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し
- 宿舎内・付近のセキュリティや治安：悪い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
- 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
- 洗面所：個人用
- バスタブ：無し
- キッチン：共用
- テレビ：無し
- クローゼット：個人用
- トイレ：個人用
- リビング：共用
- 固定電話：無し
- 冷房：無し
- シャワー：個人用
- 食堂：共用
- インターネットアクセス：共用

自由記述：宿舎内はいい雰囲気で多くの友人が作れるが、最も近い駅が北駅（最も治安の悪いエリアの 1 つ）であるため、注意が必要。女性一人で夜間に行動することは危険。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	空港からキャンパスからは行ったことはないが、センターについてしまえば電車バスで 40 分ほど
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	在留許可賞の取得は必須。

生活全般について

主な食事の用意	学食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	使用していないため不明
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 教材準備、大学のサイトへのアクセスのため
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	300
持って行った方がよかったものと、その理由	機内持ち込み可のスーツケース；国をまたいだ旅行の際にとっても役立った。
持って行かなくてよかったものと、その理由	特になし

自由記述：物価は高い。

基本情報

留学先大学	ベルギー・リエージュ大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	現代英語

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い
- 教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：悪い
- バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ない
- 大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通
- 留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる
- 大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	個人で契約したアパート/民間アパート
ベッドルームの共有人数	1 人部屋
自身で購入が必要なもの	ないです。
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：個人用
- 宿舎内・付近のセキュリティや治安：悪い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能
- 大学への通学や日用品購入の際の交通の便：悪い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用
- 洗面所：個人用
- バスタブ：個人用
- キッチン：個人用
- テレビ：個人用
- クローゼット：個人用
- トイレ：共用
- リビング：個人用
- 固定電話：個人用
- 冷房：個人用
- シャワー：個人用
- 食堂：個人用
- インターネットアクセス：個人用

自由記述：治安が悪い、隣人が血が出るほど喧嘩をしている、防音が全くない、ドラッグのにおいがする、オーナーが怖い、夜中に毎日誰かが喧嘩をしている、隣人と隣の建物の人が嘔吐している、トイレが共有とは書いていなかったが共有、隣人のティッシュペーパーが溢れている、
現地民が声をそろえて言う治安の悪いストリート
安い、家具が装備されている、

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	徒歩 15 分から 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須だった（大学のサポートあり）
その他、学外で必要だった手続き	滞在許可証の取得、PCR 検査

生活全般について

主な食事の用意	自炊
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	バス 20 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	健康診断，予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 毎日授業で利用する
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1000
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	化粧品落とし

自由記述：円安、自分の好きな食べ物を食べてモチベーションを上げる

基本情報

留学先大学	韓国・釜山外国語大学校				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	世界教養

留学先教育機関について

履修したコース	主に学部留学（+語学科目を一部履修する場合も含む）
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：普通

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/校内寮
ベッドルームの共有人数	1
自身で購入が必要なもの	寝具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：共用

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：共用
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：共用

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：共用

●インターネットアクセス：共用

自由記述：ご飯がまずい

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	仁川から約四時間（ktx、地下鉄、バス）
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須だった（大学のサポートあり）
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	外食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 便利だから。図書館にも設備はあるが、夜中は使えない。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	1300000
持って行った方がよかったものと、その理由	日本の食べ物。お土産にもなるし自分の精神安定剤にもなる。
持って行かなくてよかったものと、その理由	服 買えるから。

自由記述：日本語や英語が通じにくいところが多かった。病院でワクチンを打つのも pcr テストもするのも韓国人の友人がついてきてくれた。

基本情報

留学先大学	台湾・銘伝大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	中国語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/
ベッドルームの共有人数	5
自身で購入が必要なもの	寝具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：寮の隣に 24 時間営業の大型スーパーがあり便利だった

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	到着後隔離あり空港?キャンパス間を移動したことありません
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	停留ビザ、ARC

生活全般について

主な食事の用意	外食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	保険会社提携の病院 バスカ電車
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業でプレゼンをする際に使う PPT 作成や、オンライン授業
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	5000
持って行った方がよかったものと、その理由	頭痛薬 台北は基本的に天気悪い日が多く、梅雨の時期は特に毎日頭が痛かったです。私はなんとなく日本の薬が良かったのでたくさん持って行きました。
持って行かなくてよかったものと、その理由	味噌汁、お菓子類 どこでも買えるし、ドンキあります

自由記述：梅雨の時期は特にカビが物凄く生えやすくダニ、ノミも出ます。足を噛まれてかなり症状がひどかったです。虫がとても多く特に蚊には気をつけた方がいいです。個人差はありますが日本の蚊よりも刺されると痒く、皮膚も紫色に変色して病院に行くほどでした。

基本情報

留学先大学	台湾・銘伝大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	中国語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：語学スクールのキャンパスはメインキャンパスから徒歩 20 分ほど離れている。

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/
ベッドルームの共有人数	5 人部屋
自身で購入が必要なもの	寝具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：わからない

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：宿舎は何種類があり、どの宿舎に入るかは大学側がすでに決めてくれている

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシーで 1 時間（隔離期間中だったため）
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	居留証の取得（6 か月以上滞在する場合）、健康診断

生活全般について

主な食事の用意	外食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	わからない
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし, PCR 検査結果
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい プレゼン資料を作る際に便利であるから
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	5000
持って行った方がよかったものと、その理由	長袖 3 月 4 月の台湾は寒かったから
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：外食が基本になる。お金をしっかり管理したい人は家計簿をつけることをお勧めする。

基本情報

留学先大学	台湾・銘伝大学				
留学制度	TESSⅢ	留学期間	半年	学科	中国語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：良い

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/
ベッドルームの共有人数	5 人
自身で購入が必要なもの	寝具, 食器, 調理器具, 生活用品
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境　：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：とても綺麗な宿舎だった

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バス 2 0 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	必須ではないが開設した
その他、学外で必要だった手続き	VISA 延長申請

生活全般について

主な食事の用意	外食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい テストをパソコンで受ける、また PDF 作成が必要なプレゼンテーションもあるため
携帯電話の利用	SIM　フリー端末を持ち込み、SIM　カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	3000
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：食事面では毎日外食なので栄養が偏らないように気をつけていました。

基本情報

留学先大学	台湾・銘伝大学				
留学制度	TESSⅢ	留学期間	1 年	学科	中国語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：普通

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：普通

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/銘伝大学集賢宿舎
ベッドルームの共有人数	5 人
自身で購入が必要なもの	寝具
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：普通

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：初めは 5 人で共同生活することに抵抗があったが次第に慣れ、ルームメイトと仲良く過ごせた。自分で外に部屋を借りている人より、友達と交流する機会が得やすいと思った。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー 30 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	外食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	バス 15 分
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい プレゼンテーションのパワーポイントを作る時、パソコンがないと不便なため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	20000
持って行った方がよかったものと、その理由	
持って行かなくてよかったものと、その理由	

自由記述：食事はバランスが偏りがちで、野菜があまりなかったので、野菜がある場所では意識して野菜を摂るようにしていた。お金は鍵のかかる引き出しに入れて管理していた。

基本情報

留学先大学	台湾・銘伝大学				
留学制度	TESS II	留学期間	半年	学科	中国語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	■かなり難しかった □少し難しかった □丁度良かった □物足りなかった

サービスの有無・評価

- 大学の授業環境・自習施設：普通

●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い

●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある

●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：良い
- 留学生に対する生活面のサポートの充実：良い

●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる

●大学内・付近のセキュリティや治安：良い

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/
ベッドルームの共有人数	4 人
自身で購入が必要なもの	寝具, ドライヤー、スリッパ、歯磨き粉、歯ブラシ、ハンガー
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- 宿舎のネットワーク環境 ：無し

●宿舎内・付近のセキュリティや治安：普通
- 長期休暇中の滞在の可否：可能

●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い

設備の有無/個人用・共用の別

- 椅子机：個人用

●洗面所：共用

●バスタブ：無し

●キッチン：無し

●テレビ：無し
- クローゼット：個人用

●トイレ：共用

●リビング：無し

●固定電話：無し
- 冷房：共用

●シャワー：共用

●食堂：無し

●インターネットアクセス：共用

自由記述：色んな国から来た人とルームシェアして、カルチャーショックが当然あります。我慢と妥協が大事だと思います。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	タクシー40 分
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	

生活全般について

主な食事の用意	外食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	予防接種
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい 授業でプレゼンテーションをする際にパワーポイントを作るため。
携帯電話の利用	SIM フリー端末を持ち込み、SIM カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	1 枚
持参した現金（現地通貨）	20000
持って行った方がよかったものと、その理由	特にない
持って行かなくてよかったものと、その理由	たくさんの服と靴、現地で買った方が安い。

自由記述：外食しかできないから、結構お金が必要です。あとコインランドリーもやや高いので、お金を多めに準備した方がおすすめ。

基本情報

留学先大学	台湾・銘伝大学				
留学制度	TESS II	留学期間	1 年	学科	中国語

留学先教育機関について

履修したコース	語学コースのみ
授業の開講される時間帯	昼間のみ（～18：30）
授業の難易度	☐ かなり難しかった ☐ 少し難しかった ☒ 丁度良かった ☐ 物足りなかった

サービスの有無・評価

- | | |
|----------------------------|-------------------------|
| ●大学の授業環境・自習施設：良い | ●留学生に対する生活面のサポートの充実：良い |
| ●教務面の手続きのわかりやすさ・サポート充実：良い | ●留学生受入れをする特定の担当者がいるか：いる |
| ●バディ等、現地学生によるサポート制度があるか：ある | ●大学内・付近のセキュリティや治安：良い |
| ●大学内のネットワーク環境やパソコン等設備：普通 | |

自由記述：

宿舎について

宿舎の種類/宿舎の名前	大学寮/銘傳大學集賢宿舎
ベッドルームの共有人数	三人部屋で二人のルームメイトと共同生活をしていました。
自身で購入が必要なもの	寝具，食器，調理器具，インターネット機器，ハンガー、トイレトペーパー等の日用品、延長コード
その宿舎を見つけた方法	留学先大学の紹介またはホームページから

サービスの有無・評価

- | | |
|----------------------|-------------------------|
| ●宿舎のネットワーク環境　：無し | ●長期休暇中の滞在の可否：可能 |
| ●宿舎内・付近のセキュリティや治安：良い | ●大学への通学や日用品購入の際の交通の便：良い |

設備の有無/個人用・共用の別

- | | | |
|----------|-------------|-----------------|
| ●椅子机：個人用 | ●クローゼット：個人用 | ●冷房：共用 |
| ●洗面所：共用 | ●トイレ：共用 | ●シャワー：共用 |
| ●バスタブ：無し | ●リビング：無し | ●食堂：無し |
| ●キッチン：無し | ●固定電話：無し | ●インターネットアクセス：共用 |
| ●テレビ：無し | | |

自由記述：ウォーターサーバー、寮の前に 24 時間営業の大型ショッピングセンター、付近には飲食店が点在しておりとても便利で夜中女性が一人で歩いていても問題のない治安のいい場所です。また、駅が遠かったことは不便でしたが、その代わりにバス停が沢山あったので交通の便もとても良かったです。歩いて 10 分のところにはバスケットゴールやランニングロード、健康器具などが設置してある運動公園がありました。

現地到着後の手続きについて

空港～キャンパス間の移動手段と所要時間	バスで 1 時間
銀行口座の開設はしたか、必須だったか	開設しなかった
その他、学外で必要だった手続き	もし銀行口座を開設したければ先に中華民国統一?号を申請する必要があります。

生活全般について

主な食事の用意	外食
現地の保険加入義務	任意
最寄りの医療機関	徒歩圏内
医療関連で留学前や到着時に要求されたもの	特になし
自分のパソコンを持っていくべきかと、その理由	はい プレゼンテーションを行う機会が多かったため、PPT を作成する必要があった。また、先生がコロナにかかったことがあり、その時はオンライン授業に切り替わったため。 また電子版教科書の購入も可能であったため、タブレットやパソコンがあると教科書代わりになるったため。
携帯電話の利用	SIM　フリー端末を持ち込み、SIM　カードのみ購入
持参したクレジットカードの枚数	2 枚
持参した現金（現地通貨）	100000
持って行った方がよかったものと、その理由	日本製品：売っているが輸入品のため価格が 2 倍ほど違うため 上着：暖かい国だが、1 月～3 月の間は寒かったため
持って行かなくてよかったものと、その理由	生理用品：日本と同じような品質性能のものが買えたため。

自由記述：食事は最初は衛生面で気になるところがありますが、直ぐに慣れます。台湾は日本に比べベジタリアンが多く、ベジタリアン専用弁当などもあったため健康に気を使うべく利用していました。