



JSAF

一般財団法人 JSAF
Global Academic Education

留学体験記

アメリカ・テネシー工科大学で過ごした 9 か月

JSAF 2024 年秋派遣 最終留学レポートより

「最初は勇気がいるかもしれませんが、自分から行動することで、現地の学生や他の留学生と自然に仲良くなることができます。」

派遣先大学	テネシー工科大学(Tennessee Technological University／アメリカ・テネシー州クックビル)
在籍大学	東洋学園大学 グローバルコミュニケーション学部 3 年
留学形態	休学留学
派遣期間	2024 年秋派遣(約 9 か月／語学研修＋学部授業)

※本体験記は派遣生の最終留学レポートをもとに読みやすく再構成したものです。個人情報保護のため、氏名・学籍番号等は省略しています。

1. 留学の目的と、その達成

目的： 英語力の向上と、異文化の中での生活を経験することを目的に留学しました。

達成： 留学を通して、英語を聞き取る力が上がったと感じています。初めの頃はほとんど聞き取ることができず、とても苦労しました。しかし、授業を受けたり、友達と積極的にコミュニケーションを取ったりする中で、少しずつ英語が聞き取れるようになり、上達したと思います。また、異文化経験もできました。特に食事のスタイルの違いが印象的でした。日本では食事中は静かに座って食べるのが一般的ですが、アメリカでは会話を楽しみながら食事をするのが普通なのだと感じました。

2. 授業と学び

■ 語学研修(ESL プログラム)

授業では、1 人ずつ順番に教科書の問題の答え合わせをし、各授業で必ず 1 回は自分の考えを発表する機会があります。そのため、積極的に授業に参加できます。クラスは 8 人で、日本 2 人・ベトナム 4 人・中国 1 人・イラク 1 人・メキシコ 1 人という国籍構成でした。

文法： 代名詞、疑問文、過去形・現在形・現在進行形など、基本的な文法を学びました。

ライティング： 様々なジャンルのエッセイの書き方を学び、決まったトピックに対するエッセイを書く課題もありました。

リスニング／リーディング： チャプターごとに重要単語の意味を確認してから問題に取り組む授業でした。

映画の授業： 毎週金曜日に、ホラー・コメディ・ロマンス・ドラマ・ファンタジーなど、様々なスタイルのアメリカ映画を見ました。

勉強時間は1日2時間ほどで、図書館か寮のスタディールームで宿題を中心に取り組み、時間があるときは授業の復習もしました。分からない単語があったらすぐに線を引き、すぐに調べるようにしていました。

■ 学部で履修した科目

科目	単位	成績	内容と感想
JOUR 1110 Media and Social Institutions	3	A	対面授業。課題はインタビュー動画・新聞記事・エッセイで、いずれも90点以上でした。前半は自分や他の生徒の課題を見ながら先生からアドバイスをもらい、動画の編集方法なども学びました。後半はディスカッションが中心で、ジャーナリストの仕事やその困難について理解を深め、ゲストスピーカーの授業も3回ほどありました。インタビューを通じて多くの方々と交流でき、貴重な経験になりました。
ESL 1010 English as a Second Language	3	A	対面授業。基本的な英語の文法を学び、プレゼンテーションも2回ありました。先生が一人ひとりを指名して答えさせるスタイルで緊張感はありませんでしたが、その分積極的に参加しやすく理解も深まりました。留学生のクラスだったので、グループで話し合う活動を通して各国の文化やさまざまな価値観に触れられたのが印象的でした。エッセイ課題は4回で、いずれも高評価でした。
MUS 1030 Music Appreciation	3	A	対面授業。音楽用語の基礎知識や西洋音楽について学びました。課題はオンライン教科書の選択式問題とコンサートレポートで、1つひとつ丁寧に調べながら進めたため時間はかかりましたが、作曲者や有名な曲についてしっかり学ぶことができました。
ENGL 1010 (ライティング)	3	A	対面授業。MLAフォーマットに沿った適切なエッセイの書き方を学びました。引用や参考文献の正しい書き方を理解し、実際のエッセイで活用することで、アカデミックな文章に自信が持てるようになりました。授業中に課題に取り組む時間があり、先生から直接アドバイスをもらったのがとても参考になりました。エッセイ4本とインフォグラフィック作成の課題があり、いずれも高評価でした。

※成績は提出時点。授業参加度はいずれも100%でした。

■ 特にながらった課題

エッセイ(JOUR 1110): 「メディアは何を報道していないか」というテーマで、インターネット上で信頼できる情報源を見つけ、引用しながらエッセイを書く課題でした。信頼できるウェブページを探すのに時間がかかり大変でしたが、適切に引用を使って書き上げることができ、大きな達成感がありました。

プレゼンテーション(ESL 1010): 自分の興味のあることについての発表で、吹奏楽の楽器を紹介しました。発表時間が10分間と少し長く感じ、時間配分をうまく調整するのに苦労しました。

■ 日本の授業との違い

- 現地の学部授業では、日本の授業に比べて考えを発表する機会が多かったです。
- 生徒たちは積極的に自分の考えを発表し、授業に参加しているという印象を受けました。
- 初日のオリエンテーションでは、担当の方がパワーポイントを使って重要な点を分かりやすく説明してくださいました。

3. 英語力の伸びと工夫

特にリスニング力が向上したと感じています。最初の頃は相手が何を言っているのか分からず翻訳機を使っていましたが、毎日英語を聞くうちに少しずつ理解できるようになりました。ライティングも、MLA フォーマットの書き方を学んだおかげで学術的なエッセイが書けるようになり、時間はかかるものの、今まで以上に人に興味を持ってもらえるようなエッセイが書けるようになったと思います。スピーキングは、日常会話はある程度できるようになりましたが、自分の意見を英語で伝えることには特に苦労しました。一方でリーディングは、分からない単語をすべて調べながら読んでいたものの、なかなか読解力が伸びたという実感はありませんでした。

■ スキル別・苦労した点と工夫した点

スキル	苦労した点	工夫した点
リスニング	分からない英単語が多く、英語を正しい意味で聞き取ることが難しかった。	問題文のキーワードに意識を向け、直前直後の英単語から分からない単語の意味を推測した。授業後にもう一度ゆっくり同じ問題を解き、分からない単語を調べた。
スピーキング	思っていることを英語で表現したり、説明したりすることが難しかった。	思いついたことを文法など気にせず、すぐに言ってみよう心掛けた。本当に難しいときは翻訳ツールを使って話すようにした。
リーディング	問題文の文章が長く、読解することが難しかった。	問題のキーワードを見つけ、その周辺に出てくる文に注目して問題を解いた。
ライティング	エッセイを書く際に、難しいトピックがあった。	授業で学んだことをもとにしながら課題に取り組み、さまざまなタイプのエッセイを書く練習をした。

■ 日々の工夫

- ネイティブの人と会話をする時間を意識的に作っていました。
- 授業内容や課題で分からない点があれば、授業後に先生のところへ質問に行き、その日のうちに解決するようにしていました。

4. キャンパスライフ

■ キャンパスと街のようす

キャンパスは広く、図書館、郵便局、ブックストア、カフェなど、さまざまな施設が一つの敷地内に整備されています。施設の管理は徹底されており、常に清潔な環境が保たれています。キャンパス内はキャンパスポリスが昼夜問わず巡回しており、学生が安心して過ごせる環境です。街は田舎で静かなところで、親切な人が多く、ダウンタウンへは徒歩 20 分程度。キャンパス外の治安も良く安心して歩けますが、人通りが少ないため夜間の外出には注意が必要です。おすすめスポットは、アジアの食品が買えるアジアマーケットとスーパーマーケットの Walmart です。

■ 寮と食事

寮生活では、最初の頃はルームメイトとよく話していましたが、それ以降はあまり話す機会がありませんでした。平日は授業に行くギリギリまで寝ていたため朝食はほとんど食べず、昼食や夕食はカフェテリアで食べていました。休日はカフェテリアで食事をすることもありましたが、ほとんどは部屋でインスタント食品を食べ、時々外食もしていました。

■ ある 1 週間のスケジュール

曜日	過ごし方
月～金	授業。授業のあとは友達と一緒にご飯を食べることも。宿題は図書館か寮のスタディールームで(1 日 2 時間ほど)。
土・日	ゆっくり休んだり、課題をしたり、買い物や外食をしたりして過ごしました。

■ 交友関係と息抜き

現地の学生とはジャパニーズクラブやクラスの授業で、他の国からの留学生とは定期的に行われるインターナショナルイベントに参加して仲良くなりました。日本人とも会ったら話したり、一緒にご飯を食べたりしました。授業のあとには一緒にご飯を食べ、授業のない日には一緒に遊びに行くこともありました。息抜きは、好きなサッカー観戦。時間があるときは YouTube でよく見ていました。日本の家族とは月 1 回ほど、友達とは 2 か月に 1 回ほど、Instagram や LINE、Skype で連絡を取っていました。

■ あると便利なもの

ノートパソコンは毎日 8 時間以上、授業や課題、調べものに使っていたので、絶対に必要だと感じました。到着後すぐに購入が必要だったのは、電気ケトル、机用のライト、お風呂用のサンダル、布団です。

5. 課外活動と思い出

■ ジャパニーズクラブ

大学内の活動としてジャパニーズクラブに参加していました。週に1回活動があり、さまざまな人と交流することができます。映画を見たり、カラオケをしたりと、おもしろいアクティビティがたくさんありました。

■ 休暇の過ごし方と一番の思い出

休み中は課題をしたり、買い物をしたりして過ごし、ゆっくり休養を取ることも心掛けました。一番の思い出は、友達ができ、会ったときに会話をしたり、車を運転してもらって一緒にご飯を食べに行ったり、遊びに出かけたりしたことです。



イルミネーションで飾られた学内イベント会場

6. 費用と持ち物の目安

JSAF 留学プログラム費以外にかかった費用の目安です(後輩のみなさんの参考に)。

項目	金額・備考
国際航空券代(往復)	450,000 円程度
現地での旅行費用	0 円
個人的な諸費用(こづかい・買い物代など)	合計 50,000 円程度
携帯電話料金	9 か月間で 46,000 円
ミールプラン以外の食事代	100,000 円程度
教材費	語学研修:25,800 円/学部:27,500 円
ヘルスセンター使用料・その他	0 円
生活費(月のお小遣い)	秋学期:月 3 万円程度/春学期:月 5 万円程度

■ 持ち物のヒント

リュック: 空港から大学までの移動の際、荷物をトートバッグに入れていたため持ち運びが大変でした。両手が使えるリュックを準備しておくことをおすすめします。

英語試験の参考書: 休みの日に TOEIC の勉強をしたいと思うことが頻繁にありました。参考書を持って行くと良いと思います。

パソコン: 絶対に持って行くべきだと思います。

不要だったもの: 洗濯バサミやマスクは、滞在中に使う機会がまったくありませんでした。

7. 留学を終えて

■ 成長を感じる点

- 留学全体を通して、自分で計画を立てる力が付いたと思います。
- 毎日英語を聞く生活の中で、リスニング力が大きく向上しました。
- MLA フォーマットを学び、学術的なエッセイが書けるようになりました。

■ イメージの変化

留学前は正直、アメリカに対して怖いイメージを持っていました。しかし、留学した大学の周辺はとても安全で、1 週間もしないうちにそのイメージはなくなりました。

■ これからの目標

将来は、英語を使って外国人観光客に日本を案内することを目指しています。これからも、その目標に向けて英語の勉強を続けていきたいと思っています。

留學生活を通して、多くの方に支えていただきました。そのおかげで貴重な経験ができ、感謝の気持ちでいっぱいです。

8. 同じ大学へ留学する後輩へのメッセージ

「テネシー工科大学はとても田舎にあるため、車がないと移動が不便です。車を運転できる友達がいると、買い物や観光などがとても楽になるので、仲良くなっておくと良いと思います。」

「友達を作るためには、クラブ活動や大学が主催するイベントに積極的に参加するのがおすすめです。最初は勇気があるかもしれませんが、自分から行動することで、現地の学生や他の留学生と自然に仲良くなることができます。」

9. 派遣先大学へのメッセージ

“Thank you very much for your kindness. At first, I felt anxious, but thanks to the warm support from the professors, staff, and local students, I was able to study and live comfortably, with peace of mind. Living there for nine months has become one of the most special memories of my life. Thank you again.”

■ JSAF のサポートについて

- JSAF による英語勉強サポートはとても役に立ちました。特に FLOW ではスピーキングの練習ができ、出発前に毎日少しずつ英語を話す練習ができたことで、現地で英語を使うことへの不安が減りました。
- 出発前オリエンテーションでは、留学に関する重要な情報を詳しく説明していただき、不安に思っていたことが明確になりました。安心して留学生活に臨む準備ができたと思います。
- 質問したメールに JSAF のスタッフの方が丁寧に返信してくださったので、とても安心して留学生活を送ることができました。

本体験記は、JSAF 派遣生による 2024 年秋派遣 最終留学レポートをもとに再構成したものです。