



JSAF

一般財団法人 JSAF
Global Academic Education

留学体験記

カンタベリー大学での留学生活

JSAF 2024 年春派遣 最終留学レポートより

「留学で英語だけでなく、様々な面での行動力や生活力がつき、海外の友達も作ることができたため、留学に行って良かったと感じています。」

派遣先大学	カンタベリー大学(University of Canterbury／ニュージーランド・クライストチャーチ)
在籍大学	青山学院大学 文学部 英米文学科 3 年
留学形態	休学留学
派遣期間	2024 年春派遣(語学研修約 12 週間+学部 1 学期間)

※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

留学の目的: 英語の上達と、視野を広げること。

達成できましたか: はい。英語で授業に参加し、友達との会話も英語でできるようになりました。英語力だけでなく、行動力や生活力も身につけ、海外の友達を作ることができました。

2. 授業と学び

■ 語学研修(EAP・General English)

学部の授業が始まる前に、語学学校で EAP(大学進学準備英語)と General English を受講しました。EAP は大学進学を目指す人がほとんどのため、まじめな雰囲気でした。クラスは計 12 人で、日本 5 人・中国 3 人・タイ 1 人・台湾 1 人・韓国 1 人・サウジアラビア 1 人という構成でした。General English はワーキングホリデーの人などもいて、より楽しい雰囲気、12 人程度のクラスのメンバーが週ごとに変動していました。

宿題は 1 日 1 時間以内で終わるものが多かったですが、EAP コースでプレゼンテーションやライティングのテストを控えている期間は、さらに数時間、ホームステイ先の自分の部屋で勉強していました。語学学校で配られる教科書と電子辞書が、勉強に役立ちました。

■ 学部で履修した科目

科目(コース番号)	単位	成績	内容と感想
Language and Society in New Zealand and Beyond (LING102)	15	A+	社会言語学、マオリ語の特徴を学ぶ。授業 2 コマ+チュートリアル 1 コマ。評価はオンラインクイズ・中間レポート・期末レポートで、いずれも高評価。日本の大学のゼミで学んでいた内容と似ていたため理解しやすかった一方、期末レポートはエクセルでのデータ分析作業が多く、慣れておらず大変でした。
Spark! The Art & Science of Learning(EDUC101)	15	A+	教育の歴史、教育とは何か、子どもへの教え方を学ぶレクチャー科目。オンラインクイズ・ミニレポート・期末エッセイ等で評価。授業が 2 コマ連続で行われるため他の授業より時間が長く少し大変でしたが、参加人数が少なく、先生が名前を覚えてくれたのが嬉しかったです。
Tuakiri: Culture and Identity(MAOR165)	15	A	マオリ語やマオリ文化、ニュージーランドの文化とアイデンティティを学ぶ。レクチャー 2 コマ+チュートリアル 1 コマ。動画課題・エッセイ・オンラインテスト等で評価。最初にマオリ語で音声を入れる動画課題があり難しかったですが、マオリ形式の自己紹介やハカも教えてもらい、マオリの文化を学ぶことができて興味深かったです。

■ 特にながらった課題

エッセイ(LING102): 「Te Reo Māori loan words in NZ English」をテーマに、アンケートの結果を分析し、国籍や言語態度によってマオリ語の認知度がどのように変わるかを調べてレポートしました。言語学の授業なので数字は扱わないと考えていましたが、言語学にはデータの分析が必要不可欠で、データを分析して自分自身でグラフや表を作らなければならず、慣れない作業がとても大変で時間もかかりました。日本の大学ではないであろう経験ができ、良い評価をもらったので達成感があり、頑張っただけだったと思います。

プレゼンテーション(語学研修 EAP): 現地で販売されている食品についている栄養の指標「Health Star Rating Systems」を題材に、マークについての説明やメリットを発表しました。日常生活で興味を持って選んだテーマでしたが、知識が全くなかったため一から調べ始めるのが大変でした。身近な話題だったのでクラスメイトや先生の反応がとてもよく、やりがいのあるプレゼンテーションでした。約 10 分間の発表で原稿を覚えるのが大変でしたが、練習を繰り返し、聴衆を見ながら発表することができました。

■ 日本の授業との違い

- すべてのレクチャーにレコーディング(録画)があるのが特徴的だと感じました。
- レクチャーの中でも、周りの人と話し合う時間が多く設けられていました。
- 授業中に自分の意見を堂々と言う現地学生の姿は、日本ではあまり見られない光景で新鮮でしたし、大人数の前で意見を言えるのはすごいと思いました。

3. 英語力の伸びと工夫

現地での買い物や生活を不便なくできるようになったこと、日常会話が以前よりスムーズにできるようになったこと、英語をほとんど聞き取れるようになったことから、英語力が伸びたと感じています。英語で授業に参加し、友達との会話も英語でできるようになり、日常会話は大体行えるくらいの英語力が身につきました。

■ 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	イギリス英語やニュージーランドのアクセントに慣れておらず、最初は少し聞き取りにくかった。話すのが早い人との会話にも苦労した。	イギリス英語の IELTS 問題の音声やキウイ英語の Podcast を聞くことで、耳を慣らした。
スピーキング	最初は、自分の意見を英語で伝えることが難しかった。	ホストファミリーとの食事の際や、学校の休み時間に、積極的に英語を話して練習するようにした。
リーディング	読むスピードが遅く、問題を解き終わらないことが多かった。大学の教科書や資料を効率よく読めなかった。	単語一つ一つを読むのではなく、スキミングを意識してリーディングをした。
ライティング	書かなければならない字数が多く、大変だった。	語学学校で使った教科書でライティングの書き方を参考にした。また、参考文献を多く使うようにした。

■ 日々の工夫

授業だけではなく、英語の Podcast を聞いたり、英語試験の音声を聞きながら英文を書き出したり、単語をまとめたりして、自分でも英語の勉強をするようにしました。また、語学学校の日本人とは、なるべく日本語を話さずに英語で会話をするように心がけました。

4. キャンパスライフ

大学の中に川が通っていてアヒルがいたり、春には桜が見られたりする自然豊かなキャンパスでした。暖かくなった季節には、芝生でくつろぐ学生やスタッフの姿もありました。郵便局や本屋、薬局などの設備がキャンパス内に揃っていてとても便利で、ご飯の選択肢も多く、お寿司屋さんもありました。ジムがあり、学生は無料で通えるのもよかったです。キャンパス内は寮や外灯もあり明るいため治安は良い印象で、大学を離れると暗い場所もありますが、基本的には安全な印象でした。

クライストチャーチは空港から近く、自然が多い街で、イギリスっぽい風景も楽しめます。ダウンタウンまではバスで 20～30 分。おすすめスポットはハグレーパークと南極センターです。



緑に囲まれた University of Canterbury のキャンパス入口

■ ホームステイと寮での生活

語学研修中はホームステイ、学部期間は寮で生活しました。ホームステイでは食事の際にたくさん会話をし、家のお手伝いも積極的にするようにしました。ドライブに連れて行ってもらったり、ホームステイ先を出た後も何度か家に招待してもらい、一緒にご飯を食べたりしました。食事はホストファミリーと家で食べるが多く、月に数回外食もしていました。

寮のルームメイトとは生活習慣が違い、みんな共有スペースよりも部屋にいることが多かったため関わりは少なめでしたが、キッチンで同じ時間に料理をした際には会話をしていました。寮には留学生が多く、食事はほとんど毎日自炊をしていました。料理の方法は日本とほとんど変わりません。

■ ある 1 週間のスケジュール

曜日	過ごし方
平日(月～金)	週 5 日で学校。授業後はジムに行ったり、自炊をしたりして過ごす。
土日	買い物や友達と遊びに出かける。課題を終わらせたり、ご飯の作り置きをしたりすることも。

■ 交友関係と息抜き

二学期スタートだったこともあり、現地の学生と仲良くなるのは少し難しかったですが、他の国からの留学生とは仲良くなりやすく、寮にも留学生が多くいました。大学のクラスメイトとは授業で話す程度でしたが、語学学校のクラスメイトは 12 週間毎日同じクラスで授業を受けていたこともあり、一緒に遊びに行くほど仲が良かったです。一番の息抜きは、ジムに行って運動をすることでした。日本の家族や友達とは SNS で連絡を取り、家族とは最低でも週 1 回くらい話していました。

■ あると便利なもの

ノートパソコンは課題やリサーチなど様々なことに使うため、毎日使っていました。必需品です。

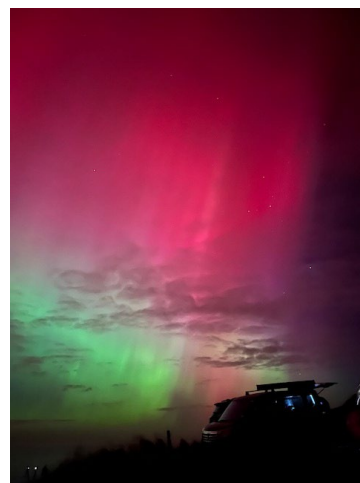
5. 課外活動と旅行

Japanese Society に所属していたほか、バイキングのクラブのイベントや寮のイベントにも参加しました。「Baksoc」というクラブは不定期でお菓子作りのイベントを企画していて、規模は大きくないですが、参加するとお菓子も作れて新しい出会いもあるのでおすすめです。

運動面では、大学のジムに無料のレッスンがあったため、週 1 回のピラティスのクラスをはじめ、ズンバやヨガ、ストレッチなど様々な種類のレッスンに参加しました。ランニングマシンなどを利用した運動も行いました。

一番の思い出： 国内旅行に沢山行けたことです。休みの日は友達とご飯を食べたり遊びに行ったりして過ごしました。

大変だったこと： コロナにかかったことと、中間・期末のレポートです。



国内旅行で出会った風景。湖畔に咲くルピナスと、夜空を染めるオーロラ



旅先の湖畔にて

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(本人の振り返りによる概算)。

項目	金額・備考
生活費(月のお小遣い)	約 7 万円/月
現地での旅行費用	約 30 万円(海外旅行はせず、国内旅行のみ)
個人的な諸費用(こづかい・買物代など)	合計約 80 万円
携帯電話料金	約 3 万円
ミールプラン以外の食事代	約 20 万円
教材費	教科書などは個別に購入せず
ヘルスセンター使用料	使用せず

■ 持ち物のヒント

持ってくればよかったもの: 運動する時の服。現地にはジムに通う文化があるためです。また、水筒を持っていくのを忘れてしまい、到着後すぐに購入しました。

持って行ってよかったもの: ハンガー(寮にはありませんでした)。文房具は日本のものの質がよく、海外で買うと高いため、多めに持って行くとよいです。バスタオルは洗い替え用に 2 枚あるといいです。

現地で揃うもの: シャンプーなどの消耗品は現地で揃います。

渡航前の準備: 日本でもっと英語の勉強をしておけばよかったと感じました。

7. 留学を終えて

■ 成長を感じる点

- ・ ひとりで行動する力が身についた。
- ・ 何でも挑戦できるようになった。
- ・ 英語だけでなく、様々な面での行動力や生活力がつき、海外の友達も作ることができた。

■ イメージの変化

日本のものはあまり買えないと思っていましたが、JAPAN MART があり、買うことができました。

■ これからの目標

英語を使う職業に就けたらいいと考えています。そのために、英語力が落ちないように勉強を続けたいです。

8. 同じ大学へ留学する後輩へのメッセージ

「カンタベリー大学は、自然がとても豊かなキャンパスです。留学では英語だけでなく、様々な面での行動力や生活力がつき、海外の友達も作ることができました。留学に行って良かったと感じています。」

9. 派遣先大学へのメッセージ

"It was great to study at University of Canterbury. There were a lot of events and supports for international and study abroad students, which was helpful. The facilities such as the pharmacy and the post office were also useful. All people whom I asked questions was kind and helped me a lot. I really like the atmosphere of the campus. Especially, my favorite place is the library. If someone look for a university to study abroad, I would recommend University of Canterbury! Thank you for supporting me."

■ JSAF のサポートについて

- FLOW を使って、自分ではなかなかできないスピーキングの練習ができたため、役に立ちました。
- 出発前オリエンテーションでは、同じプログラムで留学する友達と出発前に顔合わせできたことが心強かったです。必要な情報を一緒に確認し、直接質問できる機会があったのも良かったです。

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