

留学報告書

記入日：2023年1月11日

東京電機大学での情報	
学部／研究科	理工学部
学科・学系／専攻	理工学科生命科学系
留学期間	2022年8月14日～2022年12月22日

留学先情報	
大学・機関名	カリフォルニア州立大学ロングビーチ校
国名	アメリカ
留学先での所属・専攻・身分	所属（学部等）：Biological Sciences 専攻：biology 在籍身分：Study Abroad @ The Beach Student

留学準備	
事前語学学習方法	オンライン英会話（QQEnglish） 問題集 TED talks 等メディア
準備で苦労したこと	卒業研究と留学への準備・勉強を両立させることに苦労した。留学の数か月前からプレッシャーでかなりストレスを感じており、思うように並行してものごとに取り組むことができなかった。また、書類の提出や各種手続きがギリギリになってしまい、たびたび迷惑をかけた。VISA の取得や飛行機の手配など初めてのことが多く、情報収集にかなり時間がかかった。VISA はパスポートに貼り付けられて自宅に郵送されたが、住所の入力フォームの順序が日本と逆であるためか、一度送り返されてしまったため余計に数日かかった。予防接種も、都内の病院に3回ほど通うことになったので思ったよりも時間がかかった。国際センターや海外経験のある先輩・先生方にもっとはやく頼り、お話を聞くべきだった。
ビザの種類	F1
申請先	アメリカ大使館
提出書類	I-20、DS-160、SEVIS 費用支払証明、財政証明、英文成績証明書、パスポート(面接で預かれ、VISA 認定後に数日して自宅に郵送してもらえるサービスを利用した。)、証明写真(5×5 cm、背景：白など規定が細かいので注意)、面接予約確認ページ (ア

	<p>アメリカ大使館に行く前に面接予約をネットでを行い、予約確認ページを印刷して持参。)</p>
申請費用	<p>ビザ申請料 (22,400 円)、SEVIS 料金 (350 ドル/48,714 円)</p>
申込手順	<p>以下のサイトと動画を参照して F1 (学生ビザ) の申込をした。面接までは基本的にオンラインで完了できる。 https://www.ustraveldocs.com/jp_jp/jp-niv-visaapply.asp 簡単には、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ DS-160 ビザ申請書を完成させる。 ・ VISA 申請料金、SEVIS 費用を支払う。 ・ 面接日を予約する。(自分の場合は直近の日付は予約が埋まっており、1~2 週間先の日付を予約した。) ・ アメリカ大使館で面接。 ・ 数日で VISA 付きのパスポートが郵送される。
ビザ取得所要日数	<p>約 60 日</p>
大使館等での面接	<p><input checked="" type="checkbox"/>有 <input type="checkbox"/>無 有→聞かれた質問： 本人確認のためか、高校を卒業した年を聞かれた。ほかには留学先で何を勉強するかといった感じの質問で、周りをみても 5 往復以内の会話で終わっている様子だった。</p>
他に留学に必要な準備	<ul style="list-style-type: none"> ・ CSULB に指定されたワクチンの予防接種 母子手帳を確認し、必要なワクチンを都内の病院で接種した。海外留学用のワクチンを扱っている病院はかなり限られているため、どこにいけばいいか電大の健康相談室で聞いた。複数回の接種の間に期間を開けなければならないものもあり、結果的に 1 か月ほどかけて 3 回通院した。予防接種証明の、CSULB の提出フォームが自力で入手できなかったが、病院がフォームを持っていたのでそれを貰った。 ・ 健康保険の加入 大学で指定された留学用の健康保険に加入した。出国ギリギリの手続きとなってしまったため、出国後に自宅に郵送された資料を確認することができなかった。

現地到着後	
現地での出迎え	<p><input type="checkbox"/>有 <input checked="" type="checkbox"/>無 有→<input type="checkbox"/>大学関係者 <input type="checkbox"/>その他 () 無→空港から大学までどのように移動しましたか？</p>

	<input type="checkbox"/> 電車・地下鉄 <input type="checkbox"/> バス・トラム <input type="checkbox"/> タクシー <input checked="" type="checkbox"/> その他（航空券と同時にハイヤーを予約し、学外の寮まで移動した。）
<p>オリエンテーションの有無／時期／内容</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 時期：授業開始前の4日間ほど 内容：Zoomで行われた。学内の施設やサービスの紹介、履修登録の流れの説明など。
<p>渡航後必要な手続き</p>	<p>入国スタンプの画像をオンラインで提出し、アメリカへの入国を証明した。</p>
<p>大学の雰囲気</p>	<p>とにかく人が多く、いつも活発な雰囲気だった。留学生を抜きにしても様々な文化の人々が入り交ざっていた。生物や物理、化学、数学、機械、建築といった理系科目だけでなく、言語、政経、歴史、芸術、スポーツ、教育などなんでもアリだった。各分野で使う建物や施設はキャンパスの一部におおまかにまとまっており、ほとんどの建物はまともに使ったことがなかった。LGBTや各地域の人々のコミュニティや、部活・サークル活動も多かった。敷地がとても広く（南北に1.5 kmほど）移動が大変な場面もあるため、スケートボードやキックスクーターに乗る人も多かった。植樹が多く広い芝生もあり、緑豊かだった。屋外に売店やテーブル・椅子もあり、かなり開放的な雰囲気だった。ハンモックの貸し出しもあった。5階建て+地下1階の大きな図書館では飲食もでき、非常に多くの人が集まっていた。そこで友達に会うこともしばしばあり、時間を合わせて一緒に勉強したりもした。図書館以外にも公共のスペースがたくさんあり、屋外のテーブルのそばにもコンセントがあったので、いくつかそういう場所を知ってからは勉強や休憩の場所には困らなかった。学内には飲食店や書店が多く入っており、ボウリング場やビリヤード場といった娯楽施設も充実していた。</p> <p>先生方はおおらかで、学生ととてもフレンドリーに話してくださった。対面・メールの質問に丁寧に返答してくださったうえ、期限を超えた課題の提出を認めてくださるようお願いの連絡をしてみると、快く認めてくださった。寮のルームメイトたちや、留学生向けの American Language Advanced の学生たちはあまり学習に対して意欲がなく、積極的に授業に参加しているとは思われなかった。対して専門科目の授業はとても活発</p>

	だった。(授業への意欲に関しては、前者が学部1年生担当、専門科目が3年生担当であったことも影響するかもしれない。)
--	---

生活について	
住居の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 (寮名) : Elizabeth's Manor <input type="checkbox"/> アパート/ホームステイ <input type="checkbox"/> その他 ()
住居の場所	<input type="checkbox"/> キャンパス内 <input checked="" type="checkbox"/> キャンパス外 キャンパスまでの距離： <input type="checkbox"/> 徒歩 <input checked="" type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車・地下鉄 <input type="checkbox"/> その他 () で約 20分 (大学ではなく友人から教えてもらったが、CSULBの学生はLong Beach Transit という路線で使える電子定期券が割引で購入できる。Tap カードという pasmo のような電子マネーで、ほかの路線や電車でも使える。多く利用するなら学内の寮に住んでいても購入を検討してもいいと思う。)
部屋の種類/同居人	<input checked="" type="checkbox"/> 1人部屋 <input type="checkbox"/> 2人部屋 その他 同居人: <input checked="" type="checkbox"/> 有 (約 12 人、途中で増減あり) <input type="checkbox"/> 無
共有部分	<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン <input checked="" type="checkbox"/> その他 (洗濯機、乾燥機)
食事	<input checked="" type="checkbox"/> 自炊 <input type="checkbox"/> 寮食 <input checked="" type="checkbox"/> 大学内学食 <input checked="" type="checkbox"/> 外食 <input type="checkbox"/> その他 ()
ミールプランへの加入	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 有→加入したプラン ()
住居について注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・学内の寮は非常に人気が高いので、希望する場合はできる限り早めに申し込むべき。自分の場合は申込に不備があったせいで再度の申込が必要となり、ウェイトリスト入りとなってしまったため学外の寮を探しなおした。学内の寮に入るためには髄膜炎のワクチンの接種が求められる。 Elizabeth's Manor について <ul style="list-style-type: none"> ・人数が多く、各国からの留学生が男女ともに集まるため大小の問題は起こった (洗濯機の占領、ネズミ騒ぎ、割れたガラスの放置、シャンプーの盗難、騒音など。管理人さん曰くこの学期は特に酷いものであったらしい)。出身国の同じもの同士でまとまりやすく、派閥意識のようなものに巻き込まれることもあった。 ・付近は日本よりも治安が悪く、ホームレスのひともたびたび

	見かけた。自動車のマナーも日本より悪い。道路が広く交通量が多いこともあるだろうが、かなりの頻度でクラクションを聞いた。交通事故の現場も3回ほど目にした（人生で初めての通報をアメリカで体験するとは思わなかった）。合法ではあるが、街を歩くと頻繁に大麻の匂いを嗅いだ。自分はトラブルに巻き込まれることは無かったが、夜間の外出は控えるべき。自分は利用しなかったが、地下鉄は危険らしく、ロサンゼルスとの間にあるコンプトンという地域の治安はひととき悪いと友人に聞いた。
銀行開設	<input type="checkbox"/> 行った <input checked="" type="checkbox"/> しなかった 銀行名：
生活費等支払い手段	<input checked="" type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード <input checked="" type="checkbox"/> デビットカード <input type="checkbox"/> 海外専用プリペイドカード（キャッシュパスポート等） <input type="checkbox"/> その他（ ） アドバイス：現地では日本よりも広くキャッシュレス化が進んでいたこともあり、現金はほとんど使わなかった。チケットの購入などでオンラインの買い物を続けていると自動でカードが止められてしまったことがあるので、カードは複数使えると安心。
携帯電話	<input type="checkbox"/> 購入した <input checked="" type="checkbox"/> しなかった
現地での友人等との連絡手段	<input checked="" type="checkbox"/> LINE <input type="checkbox"/> Facebook <input checked="" type="checkbox"/> WhatsApp <input type="checkbox"/> Gmail <input type="checkbox"/> iMessage <input type="checkbox"/> その他（ ） （LINEは日本人としか使わなかった。自分はやっていないが、外国人の友人はInstagramを使うひとが大半だった）
病気や怪我等での通院	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 有→ <input type="checkbox"/> 大学内のクリニック <input type="checkbox"/> 最寄りの医療機関 <input type="checkbox"/> その他（ ）
医療関係の注意事項等	病院に行ったり、現地で医薬品を買ったりすることはなかった。アメリカの薬は強いと聞いていたので、鼻炎薬、胃腸薬、風邪薬は体に合う日本の製品を持っていった。

授業について	
授業期間	2022年 秋学期：8月22日～12月16日
履修登録	<input type="checkbox"/> 出発前 <input checked="" type="checkbox"/> 出発後 時期：8月頃 方法： <input type="checkbox"/> オンライン <input checked="" type="checkbox"/> 志願書類に記入 <input checked="" type="checkbox"/> 国際オフィス等 <input type="checkbox"/> その他（ ）

履修した科目名	ALI 145 American Language Advanced LING 101 Linguistic BIOL 312 Evolutionary Biology BIOL 353 Marine Biology
授業・履修に関する注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・留学生の履修登録の時期は現地の学生よりも遅く、すでに満員の科目をとることができなかった。渡航前に提出した Wish List は席を確保するものではないため、その科目は事前に教員に連絡を取り、席を約束してもらった。 ・オンラインで履修登録することもできるが、ほかの科目の単位が履修条件となっている科目はエラーとなって学生の側では処理できないため、担当の教員に直接連絡し、参加の許可とサインを貰ったうえで書類をオフィスに提出する必要がある。 ・国際オフィスを訪ねると、授業の検索などを手伝ってもらえる。学生からの評判や難易度も教えてくれ、履修計画を組む際に非常に助けられた。例えば、なまりがきつい先生がいる、といった情報は自力では得づらいうえ、英語に不慣れな自分にとっては致命的な条件だと思われたので、その授業をあらかじめ計画から外すことができたのはよかった。自分は学生 VISA を維持するために現地の学生と同じく 12 単位以上の履修が必要なことを知らず、国際オフィスに相談して助けてもらった。

費用について			
項目	詳細	費用	支払方法
渡航費	<ul style="list-style-type: none"> ・往復航空運賃 (¥356,070) ・帰国日変更費用(¥20,000) 	¥376,070	<input type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード
ビザ申請料	<ul style="list-style-type: none"> ・ビザ申請料 (¥22,400) ・SEVIS 料金 (\$350/¥48,714) 	¥71,114	<input type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード
住居費	<ul style="list-style-type: none"> ・ CSULB 寮申込料 (\$275 / ¥36,013) ・ CSULB 寮申込料 (\$7.29 / ¥954) ・ Elizabeth' s manor housing (\$5,516 / ¥777,661) 	¥ 814,628	<input type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード
学費	授業料 (\$6,800 / ¥877,200)	¥ 877,200	<input type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード
教材費	・ ALI145 (\$72.5 / ¥9,353)	¥ 47,047	<input type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード

	<ul style="list-style-type: none"> ・ BIOL340 (\$226 / ¥29,154) ・ BIOL200 (\$31.35+\$34.85 / ¥8,540) 		
保険料	<ul style="list-style-type: none"> ・ 東京電機大学指定の保険 (68,935¥) ・ CSULB 指定の保険 (\$524.44 / ¥67,653) 	¥136,588	<input type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード
食費	約¥40,000 / 月	約¥160,000	<input type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード
日用品	衣類その他	約¥100,000	<input type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード
交通費	Long Beach Transit 150 日 定期券	¥14,065	<input type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード
予防接種、診断書	<ul style="list-style-type: none"> ・ 初診料、英文診断書、ワクチンレポート留学用、Tdap、髄膜炎 MCV4、水痘抗体検査、QFT 検査 (¥57,750) ・ MEN-B、おたふく、水痘 (¥51,590) ・ MEN-B2 回目 (¥35,200) 	¥ 144,540	<input type="checkbox"/> 現金 <input checked="" type="checkbox"/> クレジットカード
総額 (概算)		¥2,741,252	

留学のきっかけ

自分は一度も海外へ出たことがなく、できれば学生のうちに海外経験をしておきたいと考えていた。もともと留学に興味はあったが、主に費用への心配で、気持ちを決めきれずにいた。そのような折に神山治貴海外留学派遣奨学金への応募資格を賜り、留学を前向きに考えるようになった。長期留学の経験を得られるこのプログラムは、またとない自身の成長の機会であると感じ、奨学生への応募を決めた。

留学の目的

当初の目的は、主には異文化に触れて見聞を深めることと、専門分野を学ぶに足る英語力を身に着けること。慣れ親しんだ文化を離れ、異なる文化の中に身を置いて生活することで、言語以外にも学べることが多くあると期待していた。

留学生活（学習面）

まず、履修科目の少なさに驚いた。最低で取らなければならない単位数は12単位で、専門科目はたいてい3単位であるため、4科目の履修で半期の学習が成り立つ。1コマ50~75分の授業はほとんどの科目で講義が週2回行われ、生物系の科目によっては実験1コマが加わる。授業のコマ数だけで考えればかなり時間に余裕がありそうだったが、始まってみるとそうはいかなかった。Linguisticを除いては毎週オンラインでの小テストの課題が出された。さらに、一回の講義でテキストのかなり広範をカバーするため、小テストのための復習だけでもかなりの時間を費やした。

履修した生物の専門科目は Marine Biology と Evolutionary Biology の2科目のみだったが各科目の内容は膨大で、体感でそれぞれ電大の専門科目3つ分ほどの量と密度であった。どちらも、マクロな視点で生物の形質や環境を題材に学ぶことが多かったが、自分が専門とする微生物や化学反応といったミクロのスケールが取り沙汰されることも珍しくなかった。各科目のカバー範囲が広く、包括的に学んでいくスタイルは電大と趣を異にする部分だと感じた。その傾向を最も感じたのは Evolutionary Biology だった。ダーウィンやアリストテレスの時代の科学史から始まり、形態学的な分類、形質の遺伝、遺伝子の分析、行動、性間競争、人類の進化など非常に幅広いトピックを相互に関連させて学んだ。さらにこの科目では、生体模倣技術も大きなトピックとして授業に取り入れており、これは学生に調査、資料作成、発表・討論までを経験させるアクティブラーニングの側面を担っていた。各自でテーマとした生体模倣技術とそれに関する生物の形質を調べ、進化の視点から考察したことをポスター形式で発表する回が特に印象深い。教室内にポスターを掲示し、各々が好きに見回って発表者と議論するという形式の授業で、学生同士だけでなく教授も混ざって自由に議論を交わした。ポスターをみながら、いろいろな学生と学問の話ができるのはとても楽しかった。この科目はひととき積極的な雰囲気、学生から質問が頻繁に上がり、冗談も交えながら議論するということがよくあった。この科目

で知り合った友達と一緒に勉強したり、わからないことを聞きあったりもできた。

American Language Advanced のライティングを除いて、授業で紙を使うことは非常に少なかった。提出物はほぼすべて、ユニパのようなサイトを利用して提出から採点までが行われた。試験もほぼウェブクラスのようなオンライン形式で行われた。グループワークも全体的に多く取り入れられたが、**Google** 上での同時編集や、サイトを通じてのコメントなどを利用した。

Linguistic を除いた 3 科目で、成長型マインドセットに触れた。失敗を現状の自分への確定した評価とはとらえず、「ここから自分の能力は向上できる」と考えてそれを糧とする、結果よりも過程を重視する考え方をそうよぶようだった。科目ごとにそれぞれの形式とタイミングで成長型マインドセットについて考える機会を与えられ、それが重要視されていることがよくわかった。その考え方が反映されているのか、成長型マインドセットを扱った科目では、試験が成績に占める割合が半分以下であったと思う。実際、この考え方は自分に合っていた。英語力の不足で思うように意思疎通ができないことで落ち込むことも多かったが、英語を学ぶためにここにきていること、遠い国で感覚が異なるのは当たり前であることを自分に言い聞かせ、先を見据えることでなんとか乗り切れたと思う。

後半になると余裕が生まれてきて、**University Writing Center**、**Combersation Lab** といった、授業外のチューターサービスを利用するようになった。**UWC** は、ライティング課題の添削を行ってもらうために利用していた。一度自分が時間をかけて書き上げた文章が伝わらなかったとき、それを再び口頭で説明するのには大変苦労した。しかし担当してくれたひとは皆自分の拙い英語を懸命に聞いてくれ、こちらの視点に立って意見を上手く引き出してくれた。その場で文章を改善するだけでなく、つまづきがちな課題や、類語を簡単に調べられるサイトなど、その後の学習に役立つことを教えてくれた。どちらも留学生の利用が多いようで、留学生が利用しやすい環境が整っていたように思う。

留学生活（生活面等）

基本的に、大学と寮の周囲で生活は完結できた。食事はほぼ自炊して、昼食もサンドイッチや簡単な弁当をタッパーに入れて作ったりして大学に持っていくことが多かった。寮のすぐそばに比較的安価なメキシカンスーパーがあり、そこで食材や、洗剤などの日用品を調達した。大学の授業が始まる前に管理人さんにアジア系のスーパーに連れて行ってもらい、そこで米やうどん、日本の調味料などをそろえた。寮には炊飯器があった（日本のものと形式が違うが）ので白米を炊くことができた。バスが定期券で使い放題だったので、少し遠くまで買い物に行くこともできた。ダウンタウンのショッピングモールにはレストランやファッション店に加えて映画館と水族館もあり、何回か利用した。水族館ではホエールウォッチングもほぼ毎日開催しており、貴重な体験ができた。日本ではあまりホエールウォッチングはできるところがないが、こちらでは寮から 20 分ほどで行けるう

えに安い日を狙えば 1 回 3000 円ほどで楽しめた。バスでアナハイムまで行くことができ、エンゼルススタジアムやディズニーランドにも行くことができる。

授業についていくのが大変で、あまり遊びに出かける余裕はとれなかった。大学には勉強するための環境がよく整った場所が多かったので、一日はほぼ大学ですごしていた。寮の個室は日当たりが悪く、共同スペースも落ち着かなかったので、授業のない金曜~日曜も大学にいたことが多かった。普段は図書館などのフリースペースは学生でごった返すが、授業のない日はかなり空くので快適だった。毎週金曜日は友達と約束して図書館で課題に取り組んでいた。

シェアハウスでの共同生活がこの留学で最も苦心したことだった。なにより、人数が多すぎるのが問題だった。途中で入れ替わりもあったが、最終的には日本人 4 人、ドイツ人 3 人、フランス人 2 人、イタリア人 2 人、離れに住むアメリカ人 1 人の計 12 人が 1 つの家にいた。はじめは周りよりも英語が拙いながらも、一緒に食事やゲームをしてルームメイトたちと積極的に交流しようとしていたが、日が経つにつれ、「生活について」で前述したとおりの様々な問題が起きた。特に、出身国が同じ者どうしで固まりやすい傾向がしかたなくあり、そのうえ自己主張の激しいフランス人とドイツ人が不仲だったことがたびたび雰囲気を剣呑にした。そんな状況の下ゆえか、数人で話をしているときには日本人の口からさえも悪口を聞く機会が増えた。もともと、日々をパーティに明け暮れるような性格の彼らと反りが合わないことを感じ始めていたこともあるが、そのような状況が自分にとってかなりのストレスとなっていたため次第にルームメイトと積極的に関わることはしなくなった。皮肉なことにその中で最も気が合わず苦手意識を持ってしまったのは日本人だった。彼らと話していると、家柄がよく、社交的で洞察力のある優れたひとであることは窺えた。また面倒見がよく活動的で、一緒にショッピングにでかけたり、お互いの分野や将来のことを話し込んだりして楽しみ、仲良くなった。しかし、それ以上に他人の悪口や、陰口をたたいた相手に面して平然と笑ってられる様子が自分には耐えかねた。そのように繕えない自分の不器用さを自覚したことも相まってかなり落ち込んだが、優れていても好きになれないひともあるということが学べたと割り切るようにした。その頃は祖父を亡くし、かなりネガティブな精神状態だったので仕方ないと思うが、今となってはもっとしっかり不満をぶつけてみるべきだったのではないかとも思う。

ルームメイトで唯一気が合ったのはドイツ人の一人で、日本や韓国に興味があることもあってか自分のことをよく気にかけてくれた。自分が英語に自信を持ってないことを織り込んで懸命に会話をしてくれ、英語を話す機会をお互いに作り出せたことは本当にありがたかった。彼女も大きなグループが苦手な性格らしく気が合い、音楽を専攻していたのでギターやドイツの歌を教えてもらったりした。K-pop や日本のアニメ、漫画にも詳しく、自分が知らないような日本の作品を読んでいて驚かされることもあった。自分が好きだった日本の小説の英語翻訳版があることを知ったので勧めてみると非常に気に入ったようで、そうして趣味を交換したことが楽しかった。

そのような状況で、日本の友人にはとても助けられた。時間を合わせればお互いの休日にまとまった時間をとることは可能なので、毎週約束して一緒にアニメを観たり、お互いの環境のことを話し合ったりした。気分が落ち込んだ時には相談に乗ってもらうこともあり、本当に助けられた。研究室の毎週のゼミにもオンラインで参加することができたので、研究室の様子を知ることもできた。研究室の先生はよくこちらの生活を気にかけてくださり、時間が空いていれば雑談もできたのでありがたかった。

学外で最も感動を覚えたのは、**Thanks giving** の連休や期末試験のあとを利用した旅行だった。自然の景色や生き物を楽しみたかったので、グランドキャニオンやヨセミテ国立公園といった観光地へ赴いた。アメリカで飛行機をとって一人旅をするようなことはもともと高いハードルに感じていたが、行ってよかったと心から思う。他にもセドナ、モニュメントバレー、アンテロープキャニオンなどにも行ったが、どの目的地でも、圧倒的なスケールで迫力満点の絶景を味わうことができた。シアトルの動物保護公園では、ジムニーから間近に貴重なムースやバイソンなどを見ることができ、念願のオオカミにも会うことができた。改めて、自然の景観や生き物が自分にとって価値あるものだと感じることができた。また、旅の中で思いがけない出会いもあった。グランドキャニオンを訪れた時には日本の観光会社のツアーに参加し、そこで10歳ほど上の社会人の方々と意気投合した。お二人とも理系の大学院を卒業し、それぞれのお仕事の関係でアメリカに来ているとのことだった。海外経験が豊富なお二人から、海外で働いている実体験を聞くことができたのは貴重なことだった。シアトルでは公園からの帰りの交通手段をなくし、雪の中を歩いて山道を下っているところを人に助けられた。彼は日本人の留学生の知り合いがいるそうで、自分の拙い英語にもつきあって会話してくれた。彼が廻ったアマゾン川やパナマのビーチの話などを気さくに話してくれ、とてもよくしてくれた。何事もなく帰りつくことができたのは本当に奇跡的だと思うし、彼には感謝してもしきれない。こうした偶然の出会いは、一人旅ならではのものであったと思う。

留学を通して得たもの

留学中のいろいろな場面で、応用・実用の意義を感じる事ができた。例えば、生体模倣技術は生物や自然の中から人間社会に役立てられるデザインやシステムを見つけ出し、それを応用するものである。生物や自然現象を学ぶことは、安直な例ではあるがそうした技術によって社会の価値に還元することができる。逆に、動植物やそれらの棲む環境の保護にも自然を対象とした深く広い知識が不可欠である。学習に力を入れることに対し、つい単純な興味を理由にしてしまうことに懐疑的になることがままあったが、社会や自然のために役立てるという価値に重きをおくことも取り入れていきたい。また、そのために実体験を伴って知識をつけることも重要だと感じた。講義だけで学習を終わらせることを避けてアクティブラーニングを重要視することは理にかなっていると思うが、それをグループワークに直結させる考え方は取り払うべきだと思う。グループワークと銘

打った授業は、電大でも CSULB でもあまり活発でなかったように感じる。一方、**Evolutionary Biology** の授業では前述のとおり、調査から発表、議論までの流れを個々が実際に体験し、ポスター発表では小さな学会のような雰囲気を作り出していた。**Marine Biology** の授業でも、水族館との協力で海岸の生物を採取するフィールドワークが行われ、生物の採取からデータの取得、統計から結論を導くところまでを経験することができた。これらの経験からは大切な考え方をいろいろと得ることができ、強く印象に残っている。

英語の技能、特にスピーキングに関しては思うほどの上達の手ごたえを得ることができず、英語を身につけることの難しさを改めて知った。飲食店や航空機内で注文する際の “Water, please.” でさえも聞き返されることが多く、まだまだ発音が身につけていないこともわかった。しかし、周囲のベトナムやサウジアラビアからの留学生は母語の雰囲気が強いながらも言葉に悩んだりする様子なく会話していたのを見て、まず話す、という段階ではあまり発音に気をとられなくてよいということが感じられた。今後スピーキングの機会を日本でどう作っていくかが課題であるように思う。

以前よりも格段に英語の文献を利用することに慣れたと思う。授業や課題では理系・文系関係なく参考文献を正確に示すことが求められた。日本語で調べてもあまり情報が得られないことも、英語論文をあたるとすぐに大量の情報を得られることがあり、情報収集において英語が使えることの強みを知ることができた。また、国によって研究の盛んな分野とそうでない分野が異なる場合もあるので、より広くものを知るために英語は不可欠であると感じられた。

ルームメイトの日本人と話していて、リーダーシップについて考えるところがあった。彼らは自分からみずば抜けた洞察力をもっており、他人の性格や他人同士の関係を推し量ることに非常に長けていた。彼らのうち 2 人と話していたとき、その場にいなかったもう一人の大学を言い当てたときには本当に驚いた。逆に態度や服装でその人の内面を決めつけすぎてしまうところもあったが、本当に周囲によく目を配っており、上手に気を利かせていた。自分の中で、大学生のあいだにとにかく知識と技能をつけなければならぬと考えていたがどうやらそれは視野狭窄だったことに気づいた。様々なひとと通じ合い、共に行動することで知識や技能を役立てられるということが、留学中に話した人たちから伝わった。自分は一つのことに集中するのは得意だが、反面、周囲に気を配ったり広範な情報を集めたりすることが不得手であるので、まずは身近な研究室などの環境に気を配ることなどから始めてみたい。

さいごに、行動力を意識的に発揮していくことの大切さを再認識した。この留学自体も心配であったし、留学中に大小さまざまな不安に見舞われたが、結局はすべてなんとかなった。もっとこうしていれば、といった後悔もいくつかあるが、自分なりに頑張っただけで得られたこともそれ以上にあった。その中には留学前では想像できなかったものが多く、偶然の奇貨は行動なくして得られなかったと思う。裏をかえせば、一見大きな利がなくても、

偶然を期待して気軽に行動してもよいということを今更ながら学ぶことができた。

今後の学習計画

実体験や技能といった経験値を意識して研究に取り組みたい。いろいろな立場のひとびとや分野に目を向け、自分の研究がどう実用できるのか、役立てられるのかを探っていきたい。そのために、情報収集の手間を惜しまず、実験と知識の積み重ねを両立させていきたい。

英語に触れる機会を意識的に確保したい。論文や各種メディアでリーディング、リスニングの機会はつくれるが、スピーキングとライティングの機会を受け身で得ることはできないと思うので、特にこの2つについては方法を模索していきたい。身近な方法としては電大で開催されている毎日英会話への参加を検討している。

留学を考える方へメッセージ

有り体な言い方ではあるが、少しでも海外留学に興味があるならば、行くだけ行ってみて損はない。自分はもともと、海外でしか得られないものがあると確信していたわけではないし、正直に言ってアメリカで絶対に学びたいものがあるというわけではなかった。出国前は相当なストレスで何も手につかなかったし、4か月もたずに尻尾を巻いて逃げ帰ってくることすら想像の範囲内だったが、それでも一度飛び込んでしまえばなんとかなった。今までの環境では会ったことのない考え方のひとびとを知り、見たことのない景色や生き物に出会い、日本での自分の在り方を客観的に見直すことができた。長期留学の手本となれたなどとは口が裂けても言えないが、自分なりに得られたことは数多く、留学をさせてもらえてよかったと心から思う。奨学金プログラムへの応募資格がある方ならばなおさら、ぜひこの貴重な機会を逃さずにいてほしい。資金面以外にも手厚いサポートを受けられ、余計な心配を少なく長期留学に臨めるという機会を学生のうちに得られるということは、留学を後押しする大きな理由になると思う。

自分が留学の準備をしているあいだ、お世話になった先生方からは「楽しんで」とお声をかけてもらった。当初は留学へのプレッシャーを減らしていただいたことがありがたかった。しかし今はそれだけでなく、自分の理想形の留学や他人の期待に振り回されることなく、自分なりに学ぶことがあればそれは素晴らしい経験である、ということが込められていたように感じる。留学を検討している方には、ぜひ自分だけのものを得てきてほしい。