

# 2019年度 セントラルワシントン大学春季英語研修報告書

2020年2月9日(日)～2020年3月9日(月)

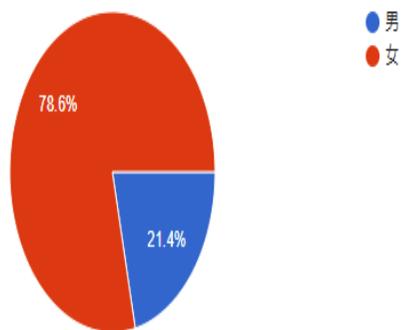
参加人数 14名

## 2019年度 セントラルワシントン大学春季英語研修 報告書 目次

1. 性別	23. 滞在した寮の部屋について
2. 学年	24. 使用した寮の設備とアドバイス
3. 参加プログラムを知ったきっかけは、何ですか？	25. 寮生活の為に、現地で購入した生活用品、または持参したらよいと思った備品
4. 2019年9月24日（火）の研修説明会に参加しましたか？	26. 寮での問題や困ったこと、それをどうやって解決しましたか？
5. プログラムへの参加を希望した理由は何ですか？	27. 寮での時間の過ごし方（平日・週末）、印象に残ったこと、感想、来年度参加者へのアドバイス
6. プレイスメントテスト（クラス分けテスト）について	28. 研修期間（4週間）について
7. プレイスメントテストは、どのように行われ、どのような問題が出題されましたか？	29. 費用について
8. 自分のクラス（レベル）の名前は何でしたか？	30. 研修中の食費に、Connection Card（学生証・USD1,000チャージ済ミールカード）以外で、大体いくら(USD)使いましたか？
9. クラスのレベルについて	31. 朝食・昼食・夕食について、それぞれ、どのような場所で何を食べましたか？
10. クラスは、一番多い時は自分を含めて何人でしたか？	32. 航空券、プログラム費用、保険、食費以外に、現金・クレジットカードそれぞれ大体いくら（USD）使いましたか？
11. クラスに立教生は（自分を含め）一番多い時は何人いましたか？	33. 上記は何の費用でしたか？具体的に書いてください。
12. クラスには、立教生の他にどのような国・学校の人が何人参加していましたか？	34. 日本から持参した電化製品
13. 授業内容について	35. 持参すればよかったと思ったもの（電化製品、その他）
14. 授業はどのように進められ、どんな様子でしたか？	36. 持参したが不要だと思ったもの（電化製品、その他）
15. よいと思った授業内容について教えてください	37. Wi-Fiレンタルを使用した感想
16. 改善してほしいと思った授業内容について教えてください	38. 日本の家族、友人との連絡手段
17. Conversation Corner（毎週水曜日）の内容と感想	39. 危機管理（研修中、危険な目に遭ったこと、避けたほうがよいと思った地域や時間帯など）
18. Home Visit の内容と感想	40. 他の学生に、本プログラムへの参加をすすめますか？
19. Day Tripの内容と感想	41. 上記の回答（「とてもすすめる」～「全くすすめない」）の理由を書いてください。
20. その他、印象に残った課外アクティビティの内容と感想	42. 来年度参加者へのアドバイス
21. Farewell banquetの様子と感想	43. 英語力について
22. 寮についての全般的な感想	44. 研修を通じて発見したこと、学んだこと、自分が成長したと思う点など

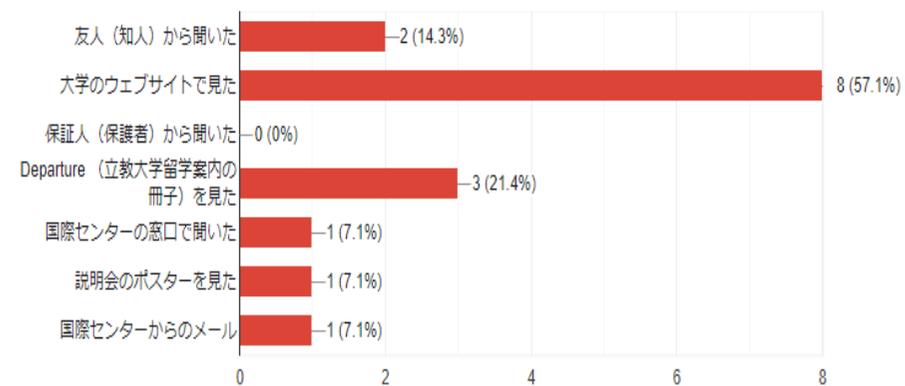
### 1. 性別

14 件の回答



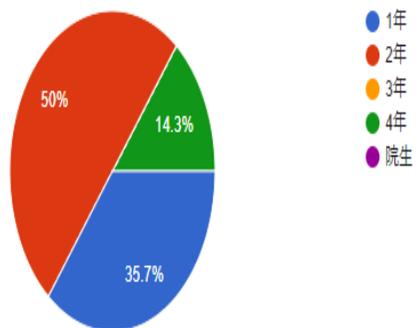
### 3. 参加プログラムを知ったきっかけは、何ですか？

14 件の回答



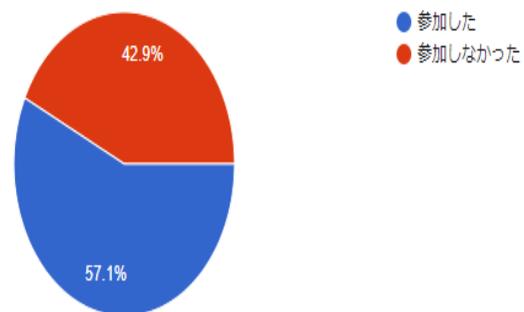
### 2. 学年

14 件の回答



### 4. 2019年9月24日（火）の研修説明会に参加しましたか？

14 件の回答



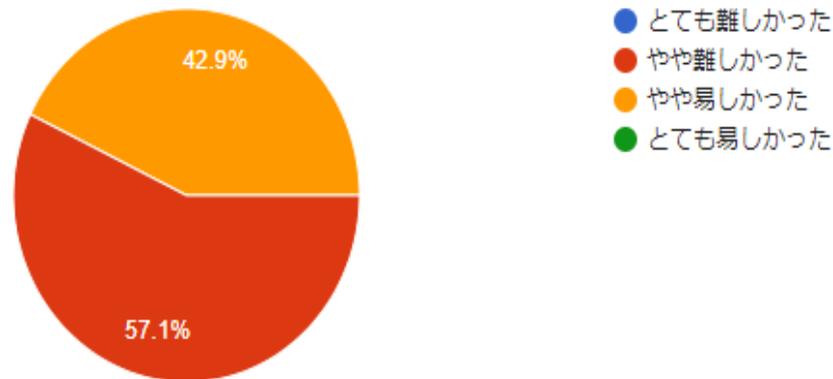
## 5. プログラムへの参加を希望した理由は何ですか？

※複数回答可

時期、期間がよかった	11人
研修先大学のある場所(国)が魅力的または興味があった	9人
研修内容(授業内容)が魅力的または興味があった	7人
研修中の課外活動が魅力的または興味があった	3人
長期留学をする前に、短期留学をしてみたかった	3人
研修先大学のある場所(国)の治安がよい	2人
滞在形態(寮生活)が魅力的だった	1人
オプションツアーや、日帰り旅行などのアクティビティが魅力的だった	1人
就職前に英語を話すことに対する苦手意識を少しでも軽減したかったから	1人
大学在学中に長期留学をしたかったが実現しないまま4年生になってしまい、後悔しないようにと、どんなタイプのものでいいから留学したかった	1人
費用が安い(妥当である)	0人
保証人(保護者)にすすめられた	0人

## 6. プレイメントテスト (クラス分けテスト) について

14件の回答



## 7. プレイメントテストは、どのように行われ、どのような問題が出題されましたか？

Listening reading writing

筆記試験が約1時間半。文法問題が数十題(4択マーク式、基礎的なもの、但し表現のニュアンスを問うような問題も多く、難しく感じる部分もあった。)、リーディング数題(短文問題が10題ほど、長文問題が2題。長文は、1つ目は読み易いが、2つ目は知らない単語だらけで難しい。)、ライティング(出題テーマに沿って30分で書き上げる。留学の良さは何か、みたいなテーマだったと思う。)の3つで構成されている。さらにスピーキングのテスト。1人ずつ、先生と面談のようなものを行う。家族構成、住んでいる場所、趣味などについて聞かれた。私の場合、向こうから深掘りしてくることはなく、こちらから会話を広げることで加点される印象だった。なので、人によってかかる時間はさまざま。私の場合は5分も経たずに終わったが、15分くらい続いている子もいた。ただ威圧感は全くなく、こちらが言葉につまったりしても優しく見守ってくれるので、緊張する必要はない。

先生が二人ほどいる中で、60分間でグラマーとリーディングの問題を解き(マークシート)、さらに30分間でライティングの問題を解いた。グラマーは選択式の問題で、リーディングは、短文の読解問題が3つ出題された。ライティングに関しては、2つのトピックから1つ選んで書くという形式であった。

TOEICに似ているようなテストでリーディング、リスニング、ライティングを測り、そのあと口頭試問でスピーキング力を見られた。

マーク式の問題(文法等)、記述試験、口頭試験がありました。

Listening, Reading, Writing は広い教室で隣と席を開けて行われた。TOEIC 形式の問題だった。

Speaking は個別に行われ、自己紹介や簡単な質問に答える形だった。

Listening, Grammar, Reading, Writing, Speakingの4分野が行われ、前者3つは選択式で同じ試験時間内に行われた。元々「聞くこと、話すこと」が苦手であったため ListeningとSpeakingは個人的に普通の難易度(IELTSに比べたら非常に易しめ)であったが、Readingは文章量も短い上に非常に読みやすく、Writingのお題も「暇な時間をどう過ごすか(アウトドア派かインドア派か)」というような書きやすい内容だった。ただGrammarの問題数が多かったので、その後のReadingに割く時間も考慮すると1問1問に割ける時間は少なかったように思う。

TOEICのような問題形式で語彙、穴埋め、長文読解、リスニングを約2時間

大学に初めて行った日に一斉にテスト受けました。内容は日本の資格のテスト(TOEICなど)とほとんど同じか少し易しいくらいでした。

マーク問題、リスニング、筆記。

4技能を測る問題で、スピーキングは先生方との面談形式で行われた。

約90分でリスニング、選択問題、ライティング問題がありました。

Reading, Listening, Writing, Interview にそれぞれのテストを半日ほどかけて行った

マークシート形式(Reading, Listening)、記述形式(Writing)2つのテーマから1つを選んで記述、対話形式(Reading)1人1分程度でテストというよりは会話という感じでした。将来の夢や家族について、休みの日の過ごし方など聞かれました。

## 8. 自分のクラス(レベル)の名前は何か？

レベル3

level3 (2つのクラスのみlevel3から4に変更)

level 4

レベル5

レベル5

レベル4

レベル5

3

4

レベル3

Level4

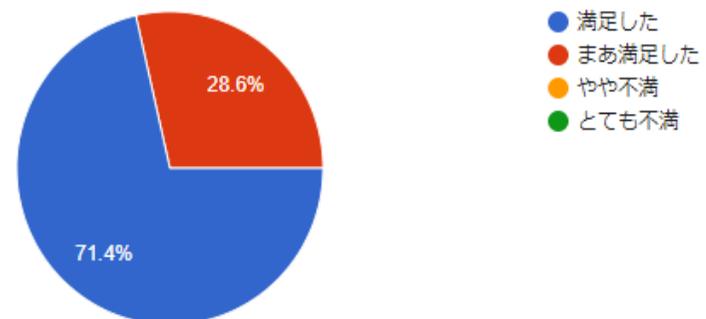
3

4

4

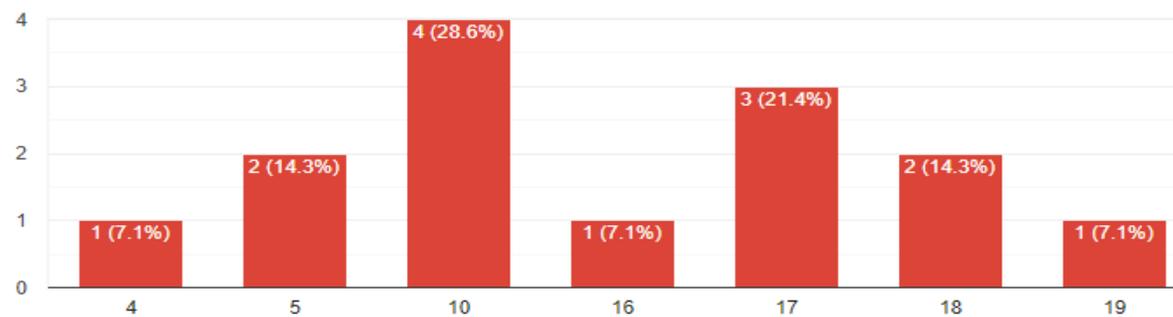
### 9. クラスのレベルについて

14件の回答



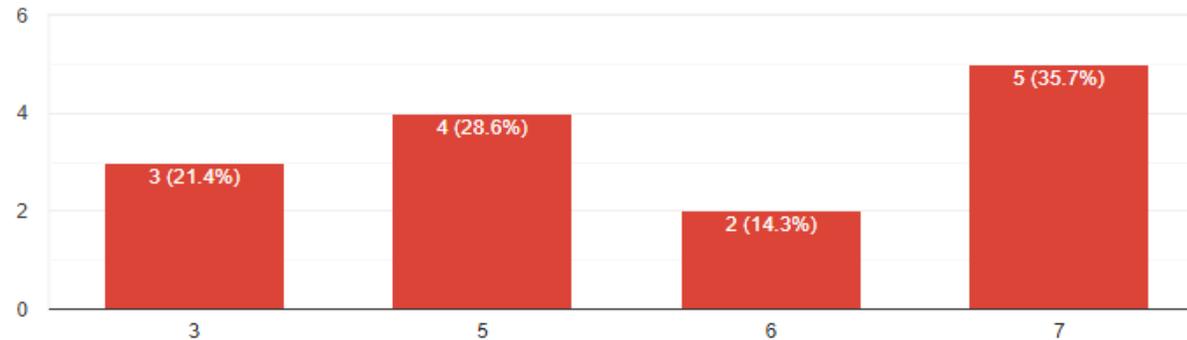
### 10. クラスは、一番多い時は自分を含めて何人でしたか？

14件の回答



11. クラスに立教生は（自分を含め）一番多い時は何人いましたか？

14 件の回答



12. クラスには、立教生の他にどのような国・学校の人が何人参加していましたか？

いいえ

中国人3人、アンゴラ人1人（社会人）、アラビア系の子2人、日本人6人（拓殖大学、島根県立大学など）

中国 3人

サウジアラビア 2人

アフリカ大陸 1人

メキシコ 1人

日本 6人

日本人だと卒業後に長期で留学している人、島根大学、甲南大学などの人たちと、海外だとコンゴ、中国、メキシコ、サウジアラビアなど

日本、中国、メキシコ、コンゴなど

4~7人程度

中国の方3人

サウジアラビアの方2人

メキシコの方1人

アフリカ系の方1人

日本人6人

コンゴ、中国、スペイン？などの人が1、2人ほどいたが、立教生を除いて日本人が2、3人おり、日本人の割合が一番高かった。

アメリカ

メキシコから1人、サウジアラビアから2人、アンゴラから1人、中国から3人

生徒としては立教生以外に生徒は0人。CWUの学生がボランティアで2~4人いるときもあった。

中国、メキシコ、サウジアラビア、アンゴラ

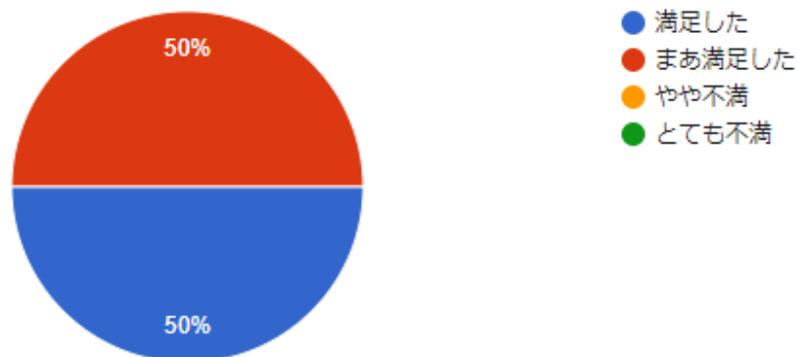
ボランティアで授業に来ていただいた学生は、アメリカの他に、ベトナム、メキシコの方がいました。8~10人のCWUの学生がボランティアとして授業に参加していました。

神戸、島根、拓殖大学、中国、サウジアラビア、メキシコ、アンゴラ、

アンゴラ人、メキシコ人、サウジアラビア人(2名)、中国人(3名)、立教生以外の日本人(6名)

### 13. 授業内容について

14 件の回答



### 14. 授業はどのように進められ、どんな様子でしたか？

テキストを基に行った

全て英語。教科書に沿って行われる。50分授業。発言の機会が多い。とても居心地のよい、いい意味で開放的な授業。授業の途中でも、先生に質問をすると熱心に解説してくれる。

Oral communication, Grammar, Reading, Writing のすべてに共通していたことは、グループワークで話し合いの機会があったということだった。先生の皆に対する投げかけに自然と反応したり、質問には授業後というよりもその場で聞く子が多かったため、教室全体に一体感を感じた。この理由の1つとして1クラスの人数が少なく設定されていることがあげられると思う。

それぞれの分野に合った内容で、実際にレギュラーの授業を受け始めた時の対策を主に習った。私たちは一つ、レギュラーの授業も受けさせてもらえたので、音楽を三人とも選び、主にアメリカ音楽について変遷を学んだ。

ディスカッション、リーディング、ライティングに分かれており、先生は優しかったです。

先生が講義をして、生徒が問題を解いたりディスカッションする形。

授業時間50分以内で進む量は多く無かったが、問題を解く際に必ずペアを組んで答えを確認するよう言われたためReading,Writingでも英語を話す機会は多かった。また、少人数であったためか、特に前述の2クラスにおいては先生と生徒のやり取り(質問、時には冗談など)が盛んに行われ、明るく積極的なクラスだった。レベル5の生徒のみ現地の学生と一緒に地理か音楽の授業(講義形式)を受けられたため音楽を選択したが、盛んに生徒が質問をしたり意見を述べたりと、非常に積極的な様子だった。

コミュニケーション:主にリスニング

グラマー:ゲームをやりながら文法を学ぶ

リーディング:一つの文に対して考えを述べる

ライティング:一つのお題について起承転結を考え、作品を作る

教科書を使って先生が進めていく形式でしたが、生徒に問いかけたり、生徒がいつでも質問できる形が整っていたため、日本のものより主体的な環境で授業を受けることが出来ました。たまにゲームやグループディスカッションが用意されていたのも良かったです。しかし、Grammarのクラスは少し内容が簡単に感じました。

少人数だったので発言しやすい環境だった。レベル4は生徒が多かったと聞いているので、私はこっちが合っていたと思う。先生たちはなるべく私たちが話す機会を作ろうとしてくれた。

Conversation, Grammar, Reading, Writingの授業が毎日1時間ずつあった。先生の話聞くだけでなく、発言を求められることも多くあった。Writingではessayを書く方法を学びそれをふまえて実際に書いた。どの授業も宿題が出された。

Oral communicationの授業では、英語の早口言葉などを使って詳しい発音を習ったり、週に一度のリスニングテストに向けてのリスニング練習を繰り返しました。Grammarの授業でも週に一度の文法テストがあったのでその対策を授業中にしたり、先生が様々な楽しめる問題を用意してくれボランティア学生たちとそれに取り組みました。Readingの授業では1人1冊の本を選び毎週クラスメイトに本のあらすじを説明し読み進めました。授業は主に環境問題についての記事を読み全員でディスカッションしました。Writingの授業では、2週間ごとにエッセイを書きました。授業内ではそのためのチェックを先生にいただいたりエッセイのルールを学びました。

技能ごとに50分。宿題の答え合わせを含め、ディスカッションが多い。

Oral CommunicationとWritingに関しては、内容は立教1年次の必修である英語の授業とかなり似ていました。どの授業でも、ペアワークやグループワークなどが多く、自分の意見を話す機会がとても多かったです。どの生徒も非常に積極的で、授業中にも質問を投げかけたり、先生に対して発言したりしていました。生徒同士で教え合うことも多く、とても身になりました。

### 15. よいと思った授業内容について教えてください

Readingクラス

level3には立教生しかいないため、たまに現地学生数人がボランティアとして授業に参加してくれ、スピーキングの練習にとっても効果的だった。同じくlevel4のoral communicationでも、週に一度、現地学生が3人ほど来てくれ、3グループに分かれてディスカッションをするという授業があり、とてもよかった。

リーディングで、難しい文章を読んで、それについての問いかけに答え、それらをクラスの人と意見交換する。

英語での正式なレポートの書き方を習ったこと

ディスカッションの授業では、日本では習ったことのない表現を教わる機会もあり、特に得られるものが多かったように思います。

Oral Communicationのディスカッション

毎週金曜日に数人のグループに分かれて、お題に沿った質問に対しての自分の意見や考えを述べた。

Writingのエッセイの書き方

グラマーはゲームをしながら学び、会話も多いので良かった

Oral communicationは毎週金曜日に向こうのボランティアの方が来て下さり、ディスカッションができるのでとても楽しく感じました。

writingは大変だったけど、自分で書く力が上がった気がする。さらにessayの書き方、構成を教わったのがタメになった。

Conversationの授業で週に1回現地の学生と話す機会があったが、ネイティブならではの言い回しや流行の言葉を知ることができたので良かった。またWritingの授業で実際にessayを書いたときフォーマットや各順番など書き方を丁寧に指導してもらえたのが良かった。すべての授業に共通することとしては、授業中に気になることがあったときその場ですぐに先生に質問できたのが良かった。

Oral communicationの最終授業がプレゼンテーションだったのでそのために10人のアメリカ人に質問をしたのが私にとってとても良い経験になりました。

当大学の生徒がボランティアとしてクラスに加わり、彼ら主導で様々なテーマに関してそれぞれの経験や考えを伝え合う時間。各グループ5人程度。

Grammarの授業で、ゲーム形式で行われた復習がとても楽しく、更にはとても勉強になりました。Oral Communicationの授業では、自分が話すことはもちろん、相手の話しを聞いて要約したりという活動もあり、リスニング力をつけるのにも非常に役立ちました。

#### 16.改善してほしいと思った授業内容について教えてください

特になし

level3に立教生（日本人）しかいないこと。海外の大学で受ける授業なのに日本人だけだと、立教で受ける授業と変わらないと思った。

時々、リーディングのクラスで話し合いをする相手が毎回同じになってしまう日が続いたこと。できれば、違う人とディスカッションができるとよかったですと思う。

特になし

特にありません。

特にはない。

無し

発言の場をもう少し増やしてほしい

Readingはほぼ毎回ディスカッションがあるのですが同じメンバーになってしまうことも多く、立教生で固まることもあったので配慮して頂いたらよかったですかなと思います。

課題が多かった。土日は1日中アクティビティなどで外出しなければならなくて、課題を徹夜して終わらせる人も少なくなかった。

特になし

特にありません。

Writing。レポート構成など丁寧に教わり何度も練習をしたが、一年生必修科目の英語リーディングライティングの繰り返しだった。

Readingで文章を読む前に行われるDiscussionが知識ありきのものだったので、かなり難しかったです。日本語ですらなかなか自分の意見を考えることが出来ずに、かなり苦戦しました。

#### 17. Conversation Corner（毎週水曜日）の内容と感想

色々な国籍の人たちとの交流ができた

スピーキングを練習する非常によい機会だった。また現地の友達が増える場でもあり、楽しく交流ができた。先生がバランスよく日本人と外国人を割り振ってグループを作ってくれるので、日本人だけで固まってしまうなどの心配はなかった。インターナショナル生だけでなく、現地学生がボランティアとして参加していた。

CWUのボランティアの人たちは当然ながら、話すスピードがとても速かった。彼らがディスカッションの質問を読み上げるときは特についていくのが大変で不安になったり、授業後で億劫なときもあったが、ここへ来てやらない手はないと思い、自分を奮い立たせて頑張った。質問内容を一回で聞き取れなかったり、そこに出てくる単語の意味が分からないときには、聞けばきちんと教えてくれたので、安心した。いつも軽い気持ちで参加し、やってみるとその倍以上は疲れるConversation Cornerだったが、面倒くささらずに4回とも参加したので達成感があった。

現地の留学生たちとの交流を目的にしたアクティビティやディスカッション

話すきっかけにはなったが、自分にはむしろ普段の放課後のほうが英語を話せているような感じがした。

初回はグループに分かれ、学校探検のようなものを行いました。他クラスの生徒と交流する良い機会でした。

#### 内容

グループに分かれ、お題がカード形式で配られ、それぞれグループ内で自分の意見や考えを共有する形だった。お題は比較的難しすぎず楽しめる内容だった。

#### 感想

実際に自分の意見や考えを述べるのは難しく、Speaking 力が足りていないことを実感した。しかし、実際に英語を話す訓練ができ、外国人とも交流でき良かった。

立教の1年次必修のディスカッションクラスと似ており、英語でディスカッションをする練習にはなったと思う。しかし会話表現を身に付けることは難しく、日常会話に慣れるにはやはり現地の学生と会話をするのが一番と感じた。しかしディスカッションを通して日本とは異なる仕組み（アメリカでは基本大学入試が無いことなど）を知れたので、異文化交流をする事が出来た。

毎週お題が決まっており、様々な国の人の考えを知ることができてよかった

個人的にネイティブの方と話せる機会があったので良かったと思います。

CWUの学生と日本人学生の数は半々。その日のテーマにそってディスカッション。

6人ほどの少人数グループで毎週異なるお題について会話を楽しんだ。お題の例としては、恋愛や好きな映画などがあった。初めの週だけは教室内の会話ではなく、グループに分かれて学校探検をした。外国からきているクラスメイトだけでなく現地の学生ともたくさん英語で話すことができたので、会話力を伸ばすことができた。

Topicは毎週違って日本人だけじゃなく International student と話すので色々な国の違いを知れました。

参加していない。

初回:学校探検(クイズ形式)、恋愛(デート、結婚など)、映画、子供の頃など内容は様々でした。進行をしてくれるボランティアの方(現地大学の生徒)がグループ全員に質問を振ってくれるので、かなり英語を話す機会がありました。また、普段の授業では、少しトピックが難しいこともありなかなか英語を話す勇気が出ませんでした。Conversation Cornerでのトピックは身近なものが多かったので、英語を話す自信をつけることも出来ました。1時間半とかなり長くあるので、Conversation Cornerがあった日は今日はかなり英語を使ったな～と感じるほどでした。さらに、色々な国の人と会話をしたことで、国による文化の違いなども発見でき、英語スキルだけではなく学びがありました。個人的には、このConversation Cornerの時間はすごく充実していて楽しかったです。

### 18. Home Visit の内容と感想

家族たちが優しかった。

現地の文化を知るよい機会だった。2つの家庭をそれぞれ別日に日帰りで訪問した。ひと家庭目はCWUで働いている女性と犬が1匹の家庭。ホームビジットという名目ではあったが、エレンズバーグのダウンタウン散策がメインだった。コーヒーショップや服屋、雑貨屋など魅力的なお店に連れて行ってもらった。昼食でピザ屋を訪れたのち、彼女の家に少しお邪魔した。家の歴史や水道代、ガス代、ペットのわんちゃんの話などを聞いて解散。10-14時。2つ目もCWUと関わりのある夫婦の家庭。車で寮に迎えにきていただき、彼らの家へ。犬が2匹おり、散歩をした。夕食のラザニア作りを手伝い、ピンボールで遊んだ。旦那さんの甥?息子?とその彼女を交えて夕食(ラザニア、サラダ、パン。)手作りのクッキーをいただきながら吹き矢で遊び、家の中にある様々な雑貨、家具の説明を聞く。16-20時。

私の場合は2件とも家で何かをするというわけではなく、話しながら行きたい場所に訪れた。また車で移動中に会話をしたり、外食を楽しんだ。時間が4時間だったので、少し物足りない気がした。しかし、思ったよりも会話がたくさんできたことが嬉しかった。夫婦や定年の方々が相手だったので、若者よりも話すペースがゆっくりであったことに感謝している。

2家族尋ねたが、どちらの家族も非常に親切で、アメリカの家庭について熱心に教えてくれるとともに日本についても非常に関心を寄せていた。文化の交流ができ、非常に充実した気分だった。

2つの家庭に行き、ゲームや食事、買い物等を行いました。学校とは異なる環境でアメリカの文化に触れることができたので、新たな発見も多く楽しかったです。

## 内容

2人から4人のグループに分かれ、2回行われた。現地家庭に訪問し、数時間共に過ごした。

## 感想

学校にいとできない経験ができて楽しかった。実際の家庭の様子も分かって、他文化を知る良い機会だった。素晴らしい経験をさせていただき、感謝している。

結局私の場合は家に訪問することは無く、街の散策やショッピングモールに行ったくらいなので非常に話題に困った。家にお邪魔して料理を作ったり遊んだりする方が距離を詰められたように思う。

ホームステイをする機会がなかったので、アメリカならではの家庭料理や、子供たちの遊びを知ることができてとても良い経験になった

だいたいみんな2軒行ったと思います。どちらの家庭も温かく迎え入れて下さり、Ellensburgの、アメリカの人の暮らしが直に感じる事が出来てとても満足しています。子供たちと遊んで話してた数時間が、とても充実したものになりました。

同った2つの家族はどちらも素敵な人たちだった。訪問先で一緒に料理をしたり、大型スーパーに連れ行ってくれたりした。

家では子供たちと遊んだり、家族と料理をして一緒に食べたりした。コンビニや街全体が見渡せる絶景スポットにも連れて行ってもらった。学校に通うだけではわからない、アメリカの実際の生活を体験することができてよかった。また大学では同世代の人と会話がしたが、Home Visitを通して小さな子供やお母さん、お父さん世代の人と会話する機会を得ることができた。

1回目のHome Visitは元々CWUの先生だった方がヤキマキャニオンという場所を通り少し離れた場所にあるCOSTCOに連れて行ってくださいました。そして夜はお家でご飯を作ってくれ、ステーキが食べたいという立教生4人の希望を叶えていただきました。2回目のHome Visitは4時間と時間が限られていたため色々考えてくださりお家で夜ご飯を食べた後、街で1番美味しいアイスクリーム屋さん連れて行っていただきました。

いずれもとても温かい家庭で、この留学プログラムをマネジメントしている方や大学卒業生、関係者など、日本の学生にとっても友好的な方ばかりだった。両親、子ども、ペットの組み合わせが条件の様だった。短い時間であったが、家族に溶け込んでいた。

1度目の方とは、Ellensburgの町を散策するのがメインで、ほとんどお家には伺いませんでした。地元の方ということもあり、知らなかったお店に案内して頂きとても楽しかったです。

2度目の方には、夜ご飯を用意して頂きました。お家で一緒に夜ご飯を食べ、軽く談笑していました。Snow shoeingの後ということもあり、かなり時間が短かったのが残念でした。子供もたくさんいた家庭だったので、もっと仲良くなりたかったなと思いました。ですが、キリスト教ならではの食事前の合唱、祈りなど、アメリカの文化的な一面にも触れることが出来、とても充実していました。

## 19. Day Tripの内容と感想

全部参加した

Day-TripはSeattleとLeavenworthに参加した。Seattleの方は、バスが2時間遅れて大学に到着し、出発が大幅に遅れた。その分帰りの時間は伸ばしてくれたが、帰り道で雪が酷く、途中でチェーン装着をし、走行速度も制限しつつ帰ったため、片道2時間のところ4時間かかった。バス会社は非常に時間に対してはルーズであったが、走行については安全そのものだった。このバス問題を除けば総じてよい旅であった。行きたい人が個々に参加していたので現地学生も多く、友達が増えた。インターナショナルオフィスで働いている学生が引率として参加しており、シアトルでは彼のツアーのおかげで名所をたくさん回ることができた。シアトルは1日で回り切れるほど小さい街ではないので、5時間の自由時間はあまりに短かった。行きたいところを事前にリサーチしておいた方が良いかもしれない。ただ日が落ちたあとのシアトルはかなり治安が悪いので、女の子だけで回るのはあまりおすすめしない。Leavenworthについて。片道2時間弱。現地学生も来ていたが、シアトルトリップより参加者は少なかった。レブンワースは6時間の自由時間が設けられていたが、小さな街だったので十分だと思った。ドイツの街並みを模した街で、比較的物価が高いと感じた。引率で来てくれていた学生もいたが、私は立教の子と2人で買い物に専念した。

Suncadiaは中止になった。その代わりにSnowshoeで雪の中を歩いた。防寒具が必須だった。Seattleは、行きはバスが2時間遅れ、帰りは4時間かけて帰った。CGLの2人と色々な場所へ行き、充実した一日だった。Leavenworthは、雑貨屋、お菓子のお店、服屋へ行った。2つのデイトリップともに自然とグループに分かれて行動し、それぞれが楽しんでいたと思う。

Snucadiaは雪が少なくなりましたがシアトルもレヴェンワースも非常に充実した旅行となった。引率の職員などがどちらも名所案内をしてください、目一杯観光することができた。

シアトル観光では市場や中華街などに行きました。夜は治安があまり良くないようで、道によっては少し怖いところもありました。

Leavenworthでは雑貨屋を中心に観光しました。時間帯にもよるのかもしれませんが、とても平和な街でした。

Seattle trip

往復、学校からシアトル郊外まで、バスで送迎していただき、シアトルでは自由行動だった。数人のグループでそれぞれ観光している人たちが多かった。立教生以外にも、インターナショナル生など沢山参加している人が多かった。

Leavenworth trip

Seattleと同じく、往復バスで送迎していただき、自由行動だった。このtripに参加した外国人の方とも一緒に行動でき、良かったと思う。

Seattleの旅行は行きたい場所の範囲が広いゆえに時間が足りなかった。その上バスの到着が遅れ、その分帰る時間も遅らせてもらったものの夜には閉店してしまうお店がいくつかあって残念だった。Leavenworthはドイツ風の建築のお店が多く並び、観光地ゆえに物価も高めだった。しかしSeattleではクラムチャウダーを食べ、Museum of Pop Cultureに僅かではあるが行けたので、特にSeattle旅行は充実したものになった。

シアトル:いくまでの時間が長い上にバスが遅れたり、天候に左右されたので、もう少し計画性が必要だった

リーベンワース:いくまでの所要時間も内容もとてもよかった

Seattleは着くとそれぞれ分かれて回ることになりました。僕はAnthonyが詳しいとの事だったので7人くらいでガイドしてもらいました。バスで行きました。バスは朝1時間ほど遅れて、帰りは雪の影響で3時間ほど予定より遅くなりました。楽しかったです。

Leavenworthは小さな町で独特の雰囲気がとても魅力的でした。みな各々買い物を楽しんだり、写真を撮ったりと快適な時間を過ごしていました。

Seattleは1日では足りない。バスの到着が遅れて滞在時間が短くなった。アメリカのお店は営業時間が短い(6時閉店とか)ので、朝早くから行くべき。結局自分たちでバスを手配して、留学期間中に計2回シアトルに行った。Leavenworthは年中クリスマスの街。オーナメントなどが売っていた。お土産買うには値段が高いかもしれない。

どちらの旅行も参加者全員でバスで現地まで行き、到着後自由行動となった。事前に行きたい場所を調べておいたので時間を無駄にすることなく楽しめた。

Day-trip to Seattle...名所や見どころがたくさんあったので行きたい場所を絞らざるを得なかった。全体の旅行の際には行きたい場所すべてに行くことができなかったため、結局立教生と留学期間中にもう一度シアトルを訪れた。大学があるEllensburgとは全く違う雰囲気、アメリカの都会らしさを楽しむことができた。治安も比較的良好、自由に街を見ることができた。

Day-trip to Leavenworth...Ellensburg近くにあるドイツ村でとてもかわいい小さな町だった。お土産屋さんが充実していたためたくさん買い物することができたが、見るだけでも十分楽しかった。こちらも治安が良く心配事なく街歩きできた。

Seattle旅行はバスが2時間遅刻したことから始まりましたか、その代わり帰る時間をずらしてもらったのでよかったです。シアトルでは自由行動だったのですがCWUの学生が街を案内してくれて素敵な思い出ができました。Leavenworthを訪れたときもCWUの学生がおすすめのお店を教えてくれたり困ったことがあれば助けてくれました。一年中クリスマスのものを売ってるお店やお菓子屋さんなどとても可愛かったです。

Seattle trip では朝9時の集合であったが、送迎バスとの連絡が取れなかった模様で朝11時に出発し、そのため帰りは23時頃だった。現地では自由行動だったため、事前の下調べや計画が活きた。なくても、大学スタッフや学生も参加していたので、行動を共にしたり、いろいろな情報をもらうことができた。

Leavenworth も同様。

いずれも学生スタッフにとってもお世話になった。

Seattle trip, Leavenworth tripに参加しました。Ellensburgは少し田舎で、観光したりお土産を買ったり、ということはありませんでしたので、勉強の間の束の間の休息という感じでとても楽しかったです。何人かのCWUの方も一緒に行動して下さったので、日本語ばかりを話してしまうという心配もなく、英語を話しながら観光を楽しめました。

## 20. その他、印象に残った課外アクティビティの内容と感想

### Snowshoeing

基本的に毎日何かしらのアクティビティがあり、ほとんど全ての費用が研修費に含まれているので、実質参加し放題。例えば、シアターでの映画鑑賞(英語字幕はないのでかなり難しかった)、バレンタインのクッキーデコレーション(外国人もたくさん来た)、マジックショー(CWU出身のかなりレベルの高いマジシャン、来年以降も来るのかはわからない)など。基本的に、4人のCGLのうち誰かしらが毎日アクティビティに付いてきてくれる。また、アクティビティは参加必須ではないので、例えば課題が忙しいからご飯だけ一緒に食べたいなどという要望も通る。学生サポートという名目だがとても親切な4人で、その枠を超えて仲が深まった。また、休日のアクティビティとしてスノーシューイングがあった。これは別途費用がかかる予定だったが、なぜか無料で参加できた。レンタルできるのは靴に装着するタイプの雪道専用板のみなので、スノーブーツやウォータプルーフの上着・ズボン、帽子や手袋などを持参すると良い。持ち合わせがなく、普通のスニーカーを履いたり、全く防水機能のない服を着たりしている人もいた。スニーカーの人は足がびちゃびちゃになっていて辛そうだった。個人的にスノーシューズは必須だと思う。

tie-dye T-shirt, jazz concert, バレンタインデーのダンス、映画、ゲーム、バレンタインデーでのデコレーションクッキー作り、レクリエーションタイム(自由時間)でgym、スターパーティー,rodeo

アクティビティはどれも想像を超えるものであり、そのギャップを感じながら活動するのが面白かった。ただ、cglが寮に迎えに来てくれているのに、そのことを私たちのだれも知らなかったときは申し訳ない気持ちになった。また、課題が迫っている日には、アクティビティが邪魔に感じて行けなかった日が1回あったが、帰ってきた皆の顔を見ると、後悔したという複雑な感情もあった。

イベントには常にCGLがついてきてくれ、非常に私たちを気遣ってくれた。皆、最終的に仲良くなれ、この旅行においてかけがえのない存在であった。

映画鑑賞が印象的でした。日本人に比べ、アメリカの生徒の反応が大きく、映画の内容よりも観客の反応が興味深かったです。

CGLのみならず学校のカフェや食堂などでお話したり、ゲームをしたりするたわいもない時間が良かった。

毎週月曜日には、映画が上映され、気になる作品の時は見た。映画館さながらの設備で驚いた。

CWUの音楽科の生徒によるコンサートを何回か聴きに行ったが、非常にレベルが高く感動した。また、現地の学生に誘われて大学内のChurchに行ったが、バンドによる伴奏に合わせて賛美歌を歌うなど想像していたものと大きく異なり、その瞬間が最も異文化を感じた時だったかもしれない。

CGLとの交流は、現地の大学生と仲良くなれる機会だったので、生の英語にも触れることができ、とてもよかった

マジックショーがあってステージに上げられたときはとても焦りました。あとEDMをパチパチに流してディスコみたいなElectropolice?そんな感じのパーティーも日本に無さそうなもので貴重な体験でした。個人的に、前から向こうに来ていた日本人、韓国人の方とやったサッカーも楽しかったです。

snowshoeingでは約4時間雪山を登った。吹雪くなく歩くので、スキーウェア、雪に耐えられる靴、帽子、手袋が必須。とにかく寒い。けどなかなかできない体験だった。

毎日様々なアクティビティがあり充実した日々を送ることができた。アクティビティの種類にもよるが、現地の学生と友達になることが出来たり会話を楽しむことが出来たりと日本ではなかなか経験できない貴重な時間であった。週に1回学内のシアターで行われる映画観賞会は特に印象深く、現地の学生が日本人とは違うタイミングで異なるリアクションをとっていたのが不思議で文化の違いを感じられたのが面白かった。

一度見てみたかったので大学のバスケットボールの試合をCGLと観戦できたことが嬉しかったです。他に印象に残っているのは近くの小学校を訪れ小学生たちに日本の文化を教えたことです。浴衣、折り紙、お箸体験などがあって私は漢字を教えたのですが説明するのがとても難しく苦戦しましたが良い経験になりました。

大学では毎日様々なイベントがあり、参加も自由だった。

最も興奮したのは、エレクトロポリスというダンスイベント。大学のDJによるミュージックを間近で楽しんだ。もはやクラブ状態。

CGLの方のサポートはすごくありがたかったです。毎放課後、かなり多くのアクティビティがあったのですが、ほとんどにCGLの方が付いてくれたので心強かったです。授業では自分の意見など少し真面目な英会話を、放課後はCGLの方との談笑で日常的な英会話を学ぶことが出来ました。留学の最後には、CGLの方ともとても仲良くなるのが出来、この1ヶ月の留学生活の中でCGLの方の存在はとても大きかったなと感じています。その一方で、留学後半になってくるにつれて授業の課題が増え、放課後のアクティビティに参加することが出来なくなってしまう人が多くいました。誰もアクティビティに行けないような時でもCGLの方は待ち合わせ場所に来て下さるので、申し訳なくなってしまう、無理にアクティビティに参加し、課題を夜中までやっていたり、ということがありました。もう少し立教生同士でアクティビティに参加するのか連絡を取り合い、早めにCGLの方に連絡を取ったりするべきだったと感じています。

## 21. Farewell banquetの様子と感想

良かった

先生、CGL、立教生のみで行われる。少し品のよい食事が出される。先生方は綺麗な格好をしていたので、女の子はワンピース、男の子はジャケットなどを着ていくと良いかもしれない。しかし大半の立教生はどのような食事会なのか知らないまま、普段と同じようなカジュアル着(スウェット、ジーンズにスニーカーなど)で参加した。それでも変な顔をされるなどということにはなかった。食事のあと、修了証を1人ずつ受け取り、流れ解散。ほとんどの人は帰らず、YouTube音源でカラオケを楽しんだ。

ディナー、会話、そのあとはその場でカラオケを楽しんだ。それぞれ来てくれた2人のCGLと写真を撮ったり、別れを惜しんだ。私自身も少し感極まっていた。終わりのパーティーをやってみて、もう一度どこかで絶対に皆に会いたいと、強く思った。

食事をした後、みんなでカラオケをしたり、写真を撮ったりと良い思い出になった。ただ、少し改まった場であったので、あらかじめ少しフォーマルな服装の準備をアナウンスしてもらえていたら皆うれしかったのではないだろうか。

食事後、みんなでカラオケをしたことが楽しかったです。先生方と授業以外で話すことはあまりなかったので、banquetで話すことができ良かったです。

立教生とお世話になった先生方、CGLのみで行われた。プログラムが配られ、順に沿って進行されたが、フォーマルすぎず、一緒に食事を楽しみ、最後は自由に写真を撮ったりカラオケなど楽しんだ。

修了式のように、一人一人修了証が手渡され達成感を感じた。

すごくご飯美味しかったです。

一人一人に賞状が渡され、最後の別れを惜しんだ

多少formalな会で最後にCGLや先生方とおしゃべりしました。CertificationやCWUグッズも頂きました。途中からカラオケが始まりました。

立教生と授業を担当してくれた先生のみで行われる。表彰状授与、1ヶ月を振り返るビデオ鑑賞など。

お世話になった先生方からお話をいただき、一人ずつ終了証を受け取った。それまでの日々を振り返り、自分の成長を感じられたとても良い時間だった。公式な会の後はカラオケをして、CGLや先生方と最後の時間を楽しむことができた。

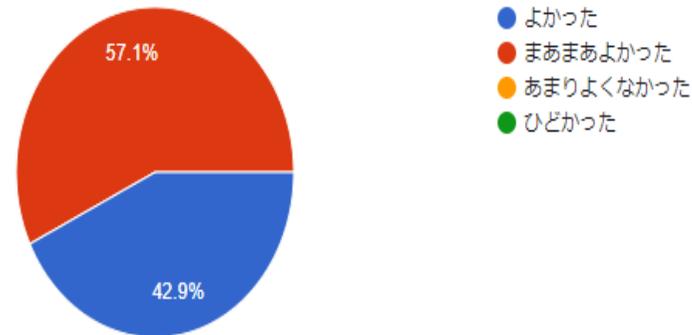
服装などは特に決まっておらず想像よりカジュアルでした。式が終わり食事を食べた後は先生やCGLも含めカラオケ大会のようなことをしました。

先生、学生関係なく、楽しく踊っていた。

会場に入った時は、想像していたよりもよりフォーマルでかっちりした印象を受けました。ですが、後半の方にはみんなで歌を歌ったり写真撮ったり、とても楽しい時間でした。

## 22. 寮についての全般的な感想

14件の回答



## 23. 滞在した寮の部屋について

ちょうど良い

全員がスーツケースを広げてもまあ歩けるくらいの広さはある。部屋の真ん中に仕切りがあり、各スペースにベッドが2台ずつ離れて置かれている。タンスの上にベッドが置かれているため、ベッドがとても高い位置にある。収納スペースは各人引き出し4つ。引き出しが3つついた机が全部で2つ。ハンガーが6本くらいあるが、全てポールに固定されていて取り外すことはできない。洗面台1つ、冷凍庫つき冷蔵庫1つ、電子レンジ1つ。トイレ。シャワースペース(シャワー固定、カーテンあり)。暖房あり。窓あり。コンセントも十分あり。週に1回ベッドメイキングが入り、その度に新しいバスタオル1枚、フェイスタオル1枚、プラスチックコップ1個、小さな石鹸1個がひとりずつ支給される。寮は短期滞在者用の建物で、初めは立教生貸切だったが、途中から上の階に人の気配がするようになった。

ちょうどよい広さだった、机は2人で1つだったが、半分ずつに分けて使った。

タオルやせっけんが週一でもらえることを知っていればもっと荷物を減らせたとみんな言っていた。また、一部はベッドが高すぎるので転げ落ちて怖い思いをしたと言っていた。

広さや家具は十分でした。

シャワーの排水口が詰まってしまったこと、トイレの電気が切れてしまったことがあったため、修理してもらいました。

ベッド、収納箱つき

大体、4人一部屋

広さはちょうど良かったが、部屋の中に机が2つしかなかった点が少し残念だった。しかし「この家具があれば...」ということもなく、不便に感じる事は無かった。

ベット4台、洗面台、シャワー、トイレ

ドライヤーはなし

部屋は四人部屋でした。アメニティは基本ありませんでしたが、暖房はしっかり機能していてWiFiも飛んでいたのが良かったです。

広さは十分。一部屋にベッド4つ。共同のリビングにはテレビ。、

4人部屋で生活するうえで十分な広さがあった。家具はベッドが4つと机が2つあった。洗面台とシャワー・トイレが各部屋にあり私の部屋は問題なく使用することができた。家具は冷蔵庫と電子レンジで4人で2つの机を共有していたので、宿題をするときは少し困りました。広さは他の部屋と比べて少し狭いつくりでした。

4人部屋に3人で、ベッドが一つ余分だったが、机は左右に二つのみ。勉強場所はロビーなど部屋以外にも充実していた。部屋では最低限のことしかないので広さは十分。

勉強するための机が2人に1つしかなく、必ずどちらかは部屋以外の場所で勉強しなくてはならない状況だったのが少し大変でした。シャワーの排水溝が詰まってしまったことがあったのですが、連絡を取っても1週間ほどは治らず、他の部屋のシャワーを借りるなどして対応していました。そこも少し大変な点でした。その他の点に関してはとても良かったと思います。広さも充分あり、週一で掃除の方も来て下さりました。バスタオルなども用意して下さっていたので、自分のものを使う必要がなく便利でした。

#### 24. 使用した寮の設備とアドバイス

特になし

洗面用品を置くスペースは一応あるが小さい洗面台。棚などはない。よくわからない部分から水漏れするので洗面台に電子機器は置かない方がよい。電子レンジはきちんと機能する。ピザモードなど珍しいボタンがある。冷蔵庫もきちんと機能する。お風呂についてだが、シャワーが固定されており、水がかなり広い角度で放射状に出るので、体を十分濡らすのに時間がかかった。しかしお湯が出ない、水圧があまりに弱いなどの問題はなかった。洗濯機と乾燥機は、共用のものが寮の中に2台ずつある。コインオペレート式に見えるが、なぜかボタンを押すだけで動いた。しかし1つの乾燥機は壊れていて洗濯物が温まるだけだった。もうひとつはきちんと乾いた。部屋は暖房が効いていて、むしろ暑いくらいだった。部屋のドアを閉めると鍵が閉まって、閉め出されることがあったので、鍵は常に持ち歩くべき。

トイレの水が1日以上流れ続けた。眠れないと言っている子もいた。性能のいい設備はそれほどないという認識が大切。日本の設備が使いやすいすぎるということもあるが、途中でシャワーや照明の不具合が起こったが対応に時間がかかったようで、修理まで少し時間がかかって少し不自由だった。また、レンジのボタンの接触が悪かったり、乾燥機が壊れていたりした。

乾燥機が1つ故障していました。

お湯を沸かす設備がなかったので、電子レンジで代用しました。

冷蔵庫  
電子レンジ  
トイレ  
シャワー  
洗濯機  
乾燥機

シャワーが最初に水しか出ない仕様でとてもストレスだったので、せめて水量の調節もできるようにしてほしい。また、乾燥機は乾きにくかったので修理するか買い換えて欲しい。(ただ部屋の中がすごく乾燥していたので部屋干しでも十分乾きました)

電子レンジ、トイレ、シャワー、洗濯機、乾燥機

歯磨きとか洗剤は持っていないとだめでした。その他は大体揃っていました。

部屋には洗面台、鏡、電子レンジ、冷蔵庫、トイレ、シャワー。共同で洗濯機、乾燥機、ウォーターサーバー、テレビ。

各部屋に電子レンジと冷蔵庫があったため各自食べ物や飲み物を保存したりあたためて食べたりしていた。注文した料理が多かった時余った分を持ち帰ることができる店が多かったため、冷蔵庫にはそれらを入れることが多かった。各階に洗濯機と乾燥機が一つずつあったため皆で一緒に使ったり譲り合いながら使ったりした。

シンク、電子レンジ、冷蔵庫、トイレ、シャワー、洗濯機、給水機。

冷蔵庫、電子レンジは各部屋とロビーにあり、洗濯機、乾燥機は各階に一つ。トイレとシャワーはバスルームとして一緒になっていた。使えないときはロビーに降りて共同のものを使った。洗濯にはお金わかからなかった。

上にも記入した通りなのですが、不具合で連絡した際の対応がもう少し早いといいなと感じました。理由は分からないのですが、洗濯機・乾燥機が無料で使うことが出来たのはかなりありがたかったです。ですが、私たち立教生がいた階の乾燥機が壊れていて、それをしばらくの間知らされずにみんな乾かないなと思いながらも使っていたということがありました。その点が改善されるとより快適に過ごせるかと思います。他の点には、とても満足しています。部屋に電子レンジがあったのは、とても便利でした。

## 25. 寮生活の為に、現地で購入した生活用品、または持参したらよいと思った備品

ドライヤー

お風呂にシャンプーなどを置いておくスペースはないので、お風呂用品をまとめて持ち運ぶシリコン製のカゴなどを持参すると良い。洗剤と柔軟剤は近所のスーパー(徒歩10分)で購入した(持参している人もいた。)乾燥機で洗濯物が乾ききらず部屋干しする時のために、ハンガーなどを持参するとよい。部屋で履くスリッパがあるとよい。

もし、コネクションカードに、また大量にお金が入ることになったら、シャンプー、ボディソープは、学内のコンビニ(Student union recreation centerの中)のような場所に売っているので、それで済ませるのも良いと思った。

キッチン用具がないのでコンテナなどを食べるものを温める用に購入した。

またハンガーや、物干しざおは持参していくべきだと思った。

電子レンジ対応の容器は、お湯が必要な際や食べ物を温める際に多用しました。

人によっては洗剤(洗濯用、食器用)を買っていました。

食器洗い洗剤、現地で買える、個人による。

ハンドソープ、現地で買える

洗濯ロープ

ハンガー

部屋干しのためのハンガー、あるいは濡れた衣類をかける用の紐(紐ならかさばらないためハンガーよりも便利だと思う)

ドライヤーは持参したほうが良い

洗剤、歯ブラシなど、コンタクトレンズ、基本の薬、シャンプーなどは持っていくべきでした。

洗濯洗剤、柔軟剤

洗剤・柔軟剤を、使いたい人たちとお金を出し合って買った。洗濯物を干して置くスペースが限られていたため、物干し用のロープが役に立った。

ドライヤー、洗剤、お湯を作るための容器(電子レンジでしかお湯を作れなかったのでスーパーで耐熱容器を買いました)

鏡は大きなものが一つしかないので、4人で暮らすとなると少ないかも。手鏡を現地のスーパーで購入。

洗濯用洗剤、柔軟剤、シャンプー、ボディソープ、電子レンジ対応の入れ物

## 26. 寮での問題や困ったこと、それをどうやって解決しましたか？

なし

私の部屋のトイレは問題があり、一度流すそのまま水が流れ続け、溢れはしないがとてもうさかった。長い時は1日近く流れ続けていた。初めてこれが起こって教員に相談した日がちょうどpresident dayで、業者は来てくれなかった。放っておいたら止まった。2回目が起こった時はきちんと対応してくれ、部品交換がなされたので快適にトイレを使うことができるようになった。

お世話になった先生の1人に連絡して、業者に頼んで直してもらった。

先生方に報告したり、現地でできた友達に相談していた。

なし

なし

寮自体には何の問題も無かったが、同室に割り振られたメンバーが、部屋で大きな声で電話をする、1時過ぎに洗濯から戻ってきて寝ている私の側で声をひそめる事なく会話をする、1時半過ぎにドライヤーをかけ始めるなど、睡眠を邪魔される事が多々ありかなりストレスだった。元々の声の大きいのは仕方がないが、共同部屋という認識が甘い人の集まりだったように思う。流石に3人相手に注意をするのは気が引けたので、三人部屋でベッドが一つ余っていた部屋に3日目から移動させてもらった。

トイレがずっと流れ続ける日が3日間あった。職員に知らせ、業者の方に直してもらった。

なし

自分の部屋のすぐ向かいに男子部屋があったので、そこは気になった。

シャワー、トイレが故障してしまった部屋があった。担当の部署に連絡を入れて、直るまではほかの人の部屋のシャワー、トイレを借りて過ごしていた。

トイレの調子が良くなかったようで2回ほど数日間トイレの水が流れっぱなしになってしまうことがありました。先生が業者さんをお呼びくださったので助かりましたが、トイレが使えなかった数日間は一階のトイレを使わざるを得ませんでした。

生活リズムの違いや、ホームワークなどでルームメイトに迷惑がかりそうな場合はロビーで過ごしていた。

寮はショートプログラム参加者用のもので幸運にもほぼ立教生のみ状態だった。現地学生とのルームシェアのが良かったかなと思いつつも、周りの話を聞くとそうでもなさそうだったので、案の定快適な寮生活でした。

シャワーの排水溝が詰まってしまう、しばらくの間使えない状態になってしまったこと。部屋の電気が切れてしまったこと。現地学校の先生と連絡を取り、修理の方をお呼びで頂くことで解決しました。

## 27. 寮での時間の過ごし方（平日・週末）、印象に残ったこと、感想、来年度参加者へのアドバイス

特になし

共用スペースがあるので、そこで課題をやったり喋ったりしていた。図書館は立教図書館ほど広くはないが、机やパソコンがたくさんあり、静かに勉強したい人にはもってこいの環境だった。ジムはトレーニングマシン、ランニングスペース、バスケットコートやバドミントンコート、ボルダリング施設（シューズ貸し出しあり、有料）がある。食事は基本的に重いけど美味しい。ヘルシーなものといえばサラダかフルーツ。お昼のみ、サーモンやテリヤキチキンとお米の乗ったプレートもある。ラーメンもあるが、スパイシー味噌ラーメンだけはおすすめしない。24時間やっているカフェがある。

平日は、課題をやって、シャワーを浴びて寝るだけの時間になる。休日は、もし何のプランも用意されていない日は、その人次第になる。ジムは行きたい人は紙に必要事項を記入すれば、そのあとはいつでも行ける。バスケやバドミントン、ランニングマシンもあっておすすめ。

アクティビティで宿題やレポート、プレゼン準備に時間をあまりとれないので、スケジュールをしっかりすること、また、コネクションカードはなかなかの金額が入っているので何とかして消費すること、できるだけ、既定のアクティビティ以外にも顔を出し、フットワークを軽くするように心がけること。

宿題がある時は宿題をしました。

机が2人で1つなので、ベッドの上で勉強することも多かったです。

シャワーが固定されていて、初めはびっくりした。

授業時間外は、一人の時は寮にピアノがあったので時折練習させてもらったり、課題を大学内のカフェでやったりした。ジムには一度だけ行ったが、設備が充実してやる気があれば色々な部位を鍛えられそうだった。二階にあるランニングマシンはあまり人が多くなく、人の目が気になる場合はオススメ。

また、現地の学生で日本に興味を持っていたり日本語を勉強していたりする人が案外多く、主にそういった方々と交流した。

学年関係なく部屋が割り当てられるので、お互いのことについて話したり、主に宿題をやっていた

寮のピアノを弾いていたり、課題をやったり、他の人をご飯に誘っておしゃべりしたりしていました。

9～15時まで授業。そのあとは気になったアクティビティに参加。またはスーパーやダウンタウンに行く。あとは宿題。

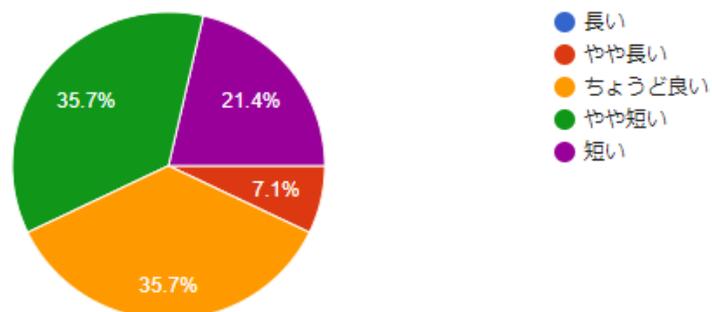
共同生活をする上で、ルームメイトと気を使いあって生活をするのが大切だと学んだ。特に寝る時間、起きる時間は相談したうえで生活を送ることがストレスない日々を送るコツだと感じた。他にも気になることや嫌だと感じることがないか話し合いながら過ごすことで皆が気持ちよく生活できることが分かった。毎日課題がたくさん出たので、寮ではみんなで課題をやるが多かった。みんなで相談したり励ましあったりしながら課題をやったことで、難しい課題も乗り越えることができた。

寮では一階のロビーで宿題を人が多かったです。みんなでドミノピザを取って食べたりもしました。基本CGLの誰かが毎日来てくれ一緒に夜ご飯を食べたりしました。ジムはボールの貸し出しもしてくれるのでとても使いやすかったです。

基本的に寮では寝るくらい。食事は大学のダイニングやカフェを利用し、平日は放課後も寮には戻らず大学で宿題を進めていた。(寮に戻るとだらけてしまう様な気がした)私は寮では勉強していなかったので、寮にいた時間はほとんどありませんでした。学校の施設では、ジムを利用しましたが、とても本格的でした。さらに、ジムを利用している方がとてもフレンドリーで、一緒にバスケットボールをしました。とても楽しく運動することが出来、とてもお気に入りの施設でした。

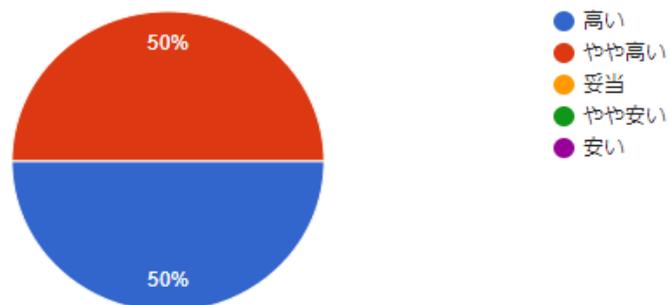
### 28. 研修期間（4週間）について

14件の回答



### 29. 費用について

14件の回答



<p>30. 研修中の食費に、Connection Card (学生証・USD1,000チャージ済ミールカード)以外で、大体いくら(USD)使いましたか？</p>	<p>31. 朝食・昼食・夕食について、それぞれ、どのような場所で何を食べましたか？</p>
<p>200</p>	<p>学校内の食堂</p>
<p>4,500</p>	<p>学内のStudent Union Recreation Center という施設に、フードコートのような場所があり、平日はほとんどの食事がそこでした。パンケーキ、ハンバーガー、サンドウィッチ、パスタ、ピザ、メキシカン料理、サラダ、パン、丼もの、ラーメンなどがありました。寮からそれほど遠くない場所にあったので、皆んなそこを使ってました。ときどき、Vistroというカフェや、Panda Expressという中華料理屋にいきました。土日は、学外のSafewayというスーパーで朝ごはんを買うこともありました。</p>
<p>100</p>	<p>朝食は、大学内のBistro(24時間営業のカフェ)でぶどう・パウンドケーキ・コーヒー、もしくはSURC(Student Union Recreation Center)でワッフル・マッシュポテトなど。昼食は、SURCでラーメンや、主食(テリヤキチキン、サーモン、エビ野菜炒めなどから選べる)と野菜とお米の乗ったプレートなど。夕食は、SURCでハンバーガー、サラダ、パスタなど、もしくはPanda Expressで中華料理。</p>
<p>全て消費はしたが、とても多く皆マックブックや高いイヤホンを買わないと使いきれないほどだった。</p>	<p>みなコネクションカードを何とか消費しなければと、学校内の食堂やワゴン、カフェなどで済ませていたが、周辺のカフェやレストラン、バーに行くこともあった。</p>
<p>50</p>	<p>学食が多かったです。 時々コンビニで買って寮で食べることもありました。</p>
<p>ほとんど使っていない。</p>	<p>基本的に学校の食堂。 近くのスーパーで買ったり、学校の売店で買って、部屋で食べることもたまにあった。</p>
<p>30</p>	<p>全て学内の食堂</p>
<p>200ドルくらい</p>	<p>サークで日替わりメニューをよく食べた。休日はビュッフェ方式のランチ</p>
<p>4000</p>	<p>大体SURCで食べました。朝はバイキング的なもの、昼夜はパスタやバーガー、Wrapなど。たまに小腹が減るとbistroで軽食を買って食べました。</p>
<p>400</p>	<p>ほぼ毎日毎回SURC。サーモンボール、ポキ、サラダバー、ラップ、タコス、チキンなどがあった。</p>
<p>50</p>	<p>主にSURCを利用した。メニューが豊富で自由に選べたのでその時食べたいものを食べていた。ダウンタウンのレストランに友達と言ったり、スーパーで気になるものを探して食べたりすることもあった。</p>
<p>990</p>	<p>ほぼ毎日学校のカフェテリアを使いました。</p>
<p>0</p>	<p>大学内のフードコート、ダイニング、ワゴン、カフェ。夕食は近所のレストランに行くこともあった。</p>
<p>100</p>	<p>SURCという1番大きな学食で食べることがほとんどでしたが、かなり沢山の種類の料理があったので飽きることはありませんでした。 朝食には、ワッフルやベーコン、シリアルなど。昼食や夕食には、ピザやパスタ、ハンバーガーなどを食べました。SURC以外の校内のレストランや学校の外のレストランに行ってお飯を食べることもたまにありました。</p>

32. 航空券、プログラム費用、保険、食費以外に、現金・クレジットカードそれぞれ大体いくら（USD）使いましたか？	33. 上記は何の費用でしたか？具体的に書いてください。
200	お土産
現金4,000 クレジットカード4,500	食べ物、洋服、飲み物、お土産代
現金500、クレジットカード0	お土産代、シアトルトリップ・レブンワーストリップでの買い物、免税店での買い物
10	お土産代がほとんど
550	お土産、バス代
400～500\$くらい。	お土産代、個人的にボーイング社見学に行った費用。
1050	お土産、ノートパソコン（コネクションカードで足りない分をカードでチャージ）
現金500ドル、クレジットカード100ドル	現金はお土産、旅行地での食事、クレジットカードは個人的にシアトルへ行った際のバスの交通費
3000	お土産やSeattle観光など、ですが基本お土産はコネクションカードから払ったので予想してたよりはかかりませんでした。
現金は500	お土産代、シアトルに行くために自分たちで手配したバス代
700	自主的なシアトル旅行のバス代、ボーイング社工場見学のツアー代金、お土産代
500	お土産、シアトルに個人で行ったときの費用、普段のスーパーなどでの食費、服代
500くらい	お土産や生活用品
現金 400、カード 200	生活用品代、お土産代、個人的にSeattleに行った時のバス代など

34. 日本から持参した電化製品	35. 持参すればよかったと思ったもの（電化製品、その他）	36. 持参したが不要だと思ったもの（電化製品、その他）
ドライヤー、携帯、パソコン	パソコン	なし
スマートフォン、充電器、USB	ノートパソコン、スノーシューズ	バスタオル
iPhone、電子辞書	ノートパソコン	なし
スマホ、パソコン、ドライヤーやコテ、電子辞書、変圧器	私は持参してきていたが、パソコンは必要だとあらかじめ伝えるべきだと思った。	電子辞書
スマートフォン、パソコン、ドライヤー、ヘアアイロン、充電器	なし	なし
スマートフォン ノート型パソコン 電子辞書 ドライヤー ヘアアイロン	なし	バスタオル フェイスタオル
スマートフォン、ドライヤー、変圧器（結局使わなかった）、ロールピアノ（結局ほとんど使わなかった）	なし	ロールピアノ（寮にピアノがあったので）
スマートフォン、パソコン、変圧器、ヘアアイロン	ノートパソコン	変圧器
スマホ、シェーバーのみです	ドライヤーはあっても良かったと思ったけれど他には特にはないです。	なし
ドライヤー、ヘアアイロン、携帯、変圧器、充電器	洗濯ネット、ティッシュ	なし。
スマートフォン、ノート型パソコン、ドライヤー、変換アダプター	なし	なし
ドライヤー、スマートフォン	なし	なし
ドライヤー、ノートパソコン	なし	なし
スマートフォン、ドライヤー、ヘアアイロン、コテ	パソコン(課題をタイプで提出しなければいけないことが多くあったので、自分のパソコンを持って来れば良かったと感じました。時間の制限はありましたが、学校で借りることも出来たのでUSBを持って行くだけでもかなり便利だと思います。私は現地でUSBを調達して対応しました。	なし

37. Wi-Fiレンタルを使用した感想	38. 日本の家族、友人との連絡手段
とても良かった	Line
学外に出るときには必須用具で、とても便利でした。学内にいるときは、自分のcwuのアカウントを作って、そのアカウントでWi-Fiにも接続出来ていたのもそれは不要でした。	LINE
大学にセキュリティ保護のあるWi-Fiはあったのでそちらを主に利用していたが、大学を出る時(ダウンタウン、Day-Tripに出かける時など)は重宝した。1日中電源を付けっ放しにしておいてぎりぎり保つくらいのバッテリー。私は動画などを見たりしなかったが、連絡のやりとりをするには十分の通信量である。通信速度が遅くなることもなかった。	LINE
基本不具合などはなかったが、寮にいるときも、学校にいるときもCWUの学生用のWIFIを使っていた。	LINE
特に問題はありませんでした。1日に使える容量に制限があるのかが分からず、少し不安でした。	LINE、メール
必要不可欠だったと思う	Line
結構強力なものだったのか、どこでも使えた。	LINE
速度も早く、使いやすかった	LINE
良かったです。	LINE、Instagram
学校のWi-Fiがあったので、どこか遠くに出かける時以外は配布されたWi-Fiを使うことはなかった。	LINE
主に学外のアクティビティの際に使用した。連絡をとったり、地図を見たりするのに大いに役に立った。	LINE
使うことは少なかったですが、便利でした。	LINE
寮、大学内ともに大学のWi-Fiが通っていたので毎日携帯というわけではなかった。	LINE
とても使いやすかった。普段は学校のWi-fiだけで生活ができるので、1日ごとに容量が決まっているプランより、もしあるのであれば、1ヶ月で容量が決まっているプランの方が良かったのではないかと少し感じました。(普段はほとんど使わないのに対して、休日学校の外での活動の時は地図を調べたりするのにかなりWi-fiを使用する機会があったため)	LINE

39. 危機管理 (研修中、危険な目に遭ったこと、避けたほうがよいと思った地域や時間帯など)

なし

落書きの多いところや、細い道は避けた方がいいと思います。ちなみに私は危険な目には一度も逢いませんでした。

①シアトルの日没後。路上で痴話喧嘩のようなもの目にした後、一緒に回っていたアメリカ人男性がその様子を見て警察に通報。女性のみで歩くのはやめた方がよい。②夕食を食べに出かけたダウントウンにあるPanda Gardenという店。この店そのものはとても友好的で味もよかったのだが、たまたま少し怪しい男性が客としてではなく店内におり、何度か話しかけられた(なんで英語話せるの?など。)見た感じ薬物をやっているような風だった。直接危害を加えられたわけではないが、恐怖を感じた。

シアトルの夜間の治安があまりよくはないので、警戒すべきだと思った。エレンズバーグ葉基本一人でなければ夜でも安全だった。

シアトルの夜は治安があまり良くないようです。

夜は1人で出歩かない。学校の近くは街灯がなく、夜は暗くて怖かった。

夜のSeattleは治安があまり良くないらしいので極力避けた方がよい

夜でなくても、基本1人では行動しない

Seattleで帰る直前の暗くなってきた頃に少し柄の悪い人達が警察沙汰になっているところを見かけた。

学校付近は割と安全と先生たちは言ってたが、深夜の外出はやはり避けるべき。危なかったという話は聞いていない。

シアトルの中華街は少し治安が悪いので、注意して歩くべきだと感じた。またシアトルは比較的治安のよい街だが、夜になるとすこし危ないのであまり遅くまで遊ぶことは避けたほうがよいと感じた。エレンズバーグは安全な街だが街灯が少なく夜になると真っ暗になってしまう道もあるので、明るい道を選んで歩くか、一人ではなく数人で歩くようにしたほうがよいと思った。

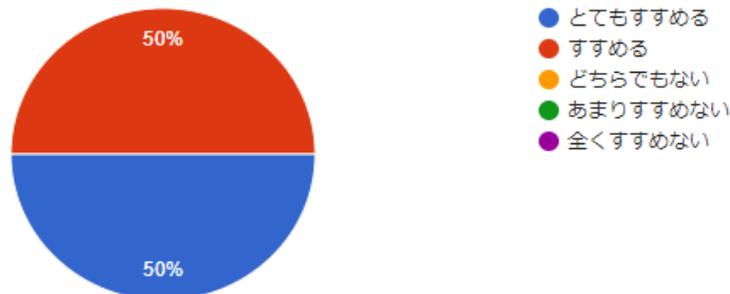
特にありません。

シアトルはなるべく単独行動はしないほうがよい。

Ellensburg、学校内は比較的治安が良く、危険に感じたことは一度もありませんでした。Seattleに行った時は、夕方17時ぐらいになると、大声で叫んでいる人がいたり、少し怖かった印象があります。ですが、一緒に行って下さった現地の方と一緒に行動していたので特に危険なことはありませんでした。

40. 他の学生に、本プログラムへの参加をすすめますか？

14件の回答



#### 41. 上記の回答（「とてもすすめる」～「全くすすめない」）の理由を書いてください。

普通にプログラムが良かったから

課題とアクティビティをこなしていく充実した日々を過ごすことができたから。また、アクティビティのおかげで、外国人の知り合いが増えた。

一番の理由は、治安が良く、街の人が皆優しいことである。シアトルへのアクセスは悪く、エレンズバーグは買い物をするには向いていない街ではあるが、英語研修が目的なのでさほど気にならないと思う（Day-Tripとは別日に自費でシアトルへ行った参加者もいた。）大学もかなり整備が行き届いており、立教でいうブラックボードのようなシステムを介して授業が行われる。MakBook Airのレンタルもある。またキャンパス内はとても綺麗で、食事もおいしい。学内には基本的に脂っこいものやハイカロリーなものがほとんどであったが、近所にスーパーがあるので適宜選択できる。授業そのものについては、1ヶ月の研修という意味ではちょうど良い少なさ（50分×4コマ）である。先生も理解がある方が多く、読み書きなどは日本でもできることだからアクティビティにたくさん参加しなさい、と宿題を少なめにしてくれる先生もいた。

非常に良い環境であったが4週間は私たちにとても短かった。

費用は安くはないですが、全体を通してとても楽しい1ヶ月でした。

大変なことも多かったが、素晴らしい経験、自分の成長に繋がったと思うから。また、学校の周りも比較的安全で過ごしやすいから。

現地の学生が皆優しくかったから。他のプログラムでも英語は学べると思うが、今回出会った人達がCWUにいることを考慮すると本プログラムを勧めたい。

1ヶ月間に凝縮されて様々なかけがえのない経験ができる

お金の関係などを少し直せばとてもいいプログラムでした！

大学がある場所は都会ではないけれど、エレンズバーグはとてもところ。みんないい人たちばかりだった。

授業では講義を聴くだけでなく発言を求められることも多かったので自然と英語を話す機会が増えた。日本人学生は予想よりも多かったが、自分より前から滞在している彼らが英語を流ちょうに話す姿をみて励みになったし、どうしても英語では理解できないとき助けてもらった。このプログラムでは授業外の活動が多く用意されていて、滞在期間中めいっぱい英語をつかって生活を楽しむことができた。アメリカの文化を感じられたり、外国人の友達が出来たりと、日本ではなかなか経験できないようなことをたくさんすることができた。

思っていたより本当に沢山のプログラムがあり、寮生活だったためCWUの学生たちとずっとすごくことができました。

一ヶ月の留学と聞くと、勉強だけでなく観光も楽しもう、と言ったイメージになりがちですが、この大学は一般の留学生（長期、語学だけでなくその後専攻を取る学生）と同様のクラスで受け入れていただくので、授業量はもちろん宿題も多く、小テストやレポート、プレゼンをするのも何度かあり、放課後、休み時間は課題を進めることが多いため、近郊へ遊びに行ったり食事に行くことは難しいです。さらに土日にはプログラムがあるので、私的な小旅行などには行けません。しかし、こうした学生生活を通して、アメリカの学生像やそのライフスタイルを味わえます。また、課題に追われながらも、みんなでの食事の時間やイベントなどではいい意味で切り替えができ、その一瞬その一瞬を存分に楽しむことができます。また、大学の周辺も、「遊べる場所」というのもあまりなく、勉強に集中できると思います。何より、1日1日が一生懸命になるので、その時間を共有する仲間との絆が生まれる様な気がします。そのため、研修終了後の達成感や充実感もかけがえのないものになると思います。

英語はもちろん、英語だけではない部分でもたくさん成長することが出来た1ヶ月でした。さらに、成長を実感するとともに、自分の弱点にも気付くことが出来ました。少し値段が高いと最初は感じましたが、参加して良かったと心から思っています。

#### 42. 来年度参加者へのアドバイス

パソコン持参すること

ハンガーは多目に持っていくべきです。あとは、運動着、小さ目の洗濯物干し竿があると良いです。

スーツケースは行きの時点で1/4ほど余裕がある状態だと、帰りにお土産などを入れてもパッキングに困らない。ジムに行きたいと考えているのならジム用の服・運動靴を持っていくと良い。乾燥機を使うと服が多少縮むので、お気に入りの服や繊細なオシャレ着などは持っていかない方が良い。電子レンジ対応のプラスチックカップなどがあると、お湯をつくれるので便利。個人的に寮生活で不快だったのはシャワーが固定だったことくらいで、あとは部屋のメンバーとの相性による。研修中は特別意気込まなくてもアメリカ人の友達がたくさんできるので安心して大丈夫です。

パソコン、フォーマルっぽい服装、雪靴

宿題は計画的に消化した方がいいです。

(後半でレポートやプレゼンなど忙しくなるため)

ノート型パソコンは持っていくと良いと思います。また、USBを持っていくと本当に便利だったと思うので、強く勧めます。  
バスタオルは置いてあるので、毎日変えたいという場合以外は、持っていく必要はないと思います。  
洗濯ロープは持っていくと、便利かと思います。

ジムに行くようなら走りやすい靴も用意した方が良いでしょう。他には部屋干し用のハンガーか紐、部屋で履く用にスリッパがあると便利。

雪のアクティビティがあるため、靴は二足以上持っていくと良い

現金はそんなに要らないです。10万両替して半分以上ありました。コネクションカードのチャージ代はもう少し上手くやってくれたら、お土産代とかで使う機会は増えるかもしれませんが、クレジットの方が断然便利でした。寮の鍵は無くしやすいので管理をしっかりした方が良いでしょう。授業より自由時間の方が全然長いので、その過ごし方を工夫した方が良いでしょうと思いました。

アメリカの学生はみんなジーンズ！

F1と書かれた入学証明書を絶対に持っていくこと。持っていくのを忘れて危うく入国できないところだった。F1とパスポートだけは絶対に忘れないように。それ以外は何とかあります。

部屋がとても乾燥していたためその対策は何かあったほうが良いと思います。

寮生活が初めてでも、同じ立教生ということなのであまり緊張しなくていいと思います。時期が時期で雪山に登ることもあったのでそこを想定した靴や服を持ってくるといいと思います。寮の部屋には大きな鏡が真ん中に一つあるだけなので、コンパクトなものを現地で買うか持参するといいと思います。勉強ばかりで大変な時もありますが、たくさん友達もできますし、楽しいときは楽しいです。様々な人との出会いが自分を変えてくれます。

セミフォーマルなドレスコードの際に着れる洋服、ウォータープルーフの靴(Snow activityがあれば)、パソコン、USB

### 43. 英語力について

コミュニケーション能力が良くなった

いく前よりは、ネイティブの英語にだんだん慣れていく、そして、自分の英語の話すリズムが少し良くなったと感じている。普段、友達と英語で会話するとき、授業でディスカッションする時とでは、使い方が変わるせいか、心持ちが変わると感じた。

リスニング力はかなり伸びた。スピーキングももちろん上達したと思う。語彙増えたというよりは、手持ちの英語で表現するスキルが養われた気がする。加えて、生きた表現を学べたことがとてもよかった。ただ1ヶ月という短い研修だったので、事前に英語の勉強をしてから行ったらもっと伸びただろうと感じた。

4週間ではっきりと変化を感じ取ることはできなかったが、最終的にはみな積極的になっていたのよかった。

大きく上達したとは言えませんが、カタコトでも意外と伝わる事が多く、英語を話すことが楽しいと思えました。

自分の英語力不足、特にSpeaking力が足りていないことを痛感し、これからの勉強に繋げていきたいと思った。

英語を聴くことにはかなり慣れると思う。話すことに関しては、発音に自信がないと話す意欲が湧かないので、その場合はまずはミスしても大丈夫と思えるような人と関わると良いかもしれない。個人的に、英語で発信する上で自信と相手に対する信頼はすごく大事だと思う。

話す機会が授業ではあまりなかったのですが、向上したかは分からないが、リスニング力は確実に上がった

聴くことに慣れ始めた頃の帰国だった。あとこれはどうしようもない事なのですが、どうしても立教生全体でのプログラムが多く、仲良くなるとついつい日本人同士でおしゃべりをしてしまい、環境を存分に活かせなかったところが否めない。寮であるため一日中一緒にいるということも尚更で、立教生同士の中はとても親密になれたが、その分英語学習という面では完璧だったとは言いきれないという心境です。

聞く力は伸びたと思う。

研修当初は英語を聞くこと、話すことに慣れていなくて会話するのが難しかったが、研修を通してリスニング力を大きく伸ばすことができたと思う。自分の伝えたいことを完璧に言えるようには残念ながらならなかったが、相手に自分の意思を伝えることはできるようになった。初めは会話することに対して緊張があったが、相手の言うことがわかる、思っていることを分かってもらえると自信がついてからは余り緊張せず会話を楽しむことができるようになった。またWritingの授業を通して英語のエッセイの書き方を学んだが、これは英語のテスト(IELTSやTOEFLなど)に必要な知識なのでこの授業を受けられてよかったと思う。

リスニングは最初よりも聞き取れるようになったと感じました。

クラスに入ってまず周りの英語力に圧倒されましたが、徐々に打ち解けていくと自ら英語が出る様になって、控えめだったことが恥ずかしくなるほど前向きになれました。様々な国の学生がいるので、英語の発音もどことな訛りがあり、最初のうちは苦戦しましたが、慣れていきました。

1ヶ月という期間は行く前は充分あると考えていたのですが、実際に行ってみると足りないと感じました。アメリカに行っている人々と会話をしたり授業を受ける中で、やはり自分はListening力が低いということを実感しました。1ヶ月を経て、かなり聴き取れるようにはなったと思います。色々な国の人がクラスにいたので、国ごとに違う様々なイントネーションの英語を聴き取るスキルも少し身に付けることが出来ました。ですが、聴き慣れてきたあたりで1ヶ月が終わってしまいました。日本に帰って来てからも、せっかく一度慣れたリスニングが衰えないよう、少しでもネイティブの英語に触れるよう時間を取っています。

#### 44. 研修を通じて発見したこと、学んだこと、自分が成長したと思う点など

##### コミュニケーション能力

1か月という短い期間であっても、得たものは多かった。自分の英語スキルに多少なりとも変化があったので、帰国後もこれを保つために、自ら努力し続けなければ勿体ないと思った。特に、私はリーディングが苦手であったが、沢山読めば、感覚がつかめることが分かったので、日本で英語の自由科目をとって得意にしていきたいと思う。プレゼンテーションも、日本でやったときはいつも後悔していて、今回やったときも、改善点は見られたが、前よりは良くなったと思っている。同じクラスの立教の、友達がプレゼンに向けて私よりも何度も繰り返し練習しているのを見て、私はそれをどのように練習すればいいかを思いついた。また機会があったら、怖がらずに挑みたい。ライティングは、論理的な文章をしっかりと段階をふんで書くことが求められ、それに苦労した。そのことは、ライティングの先生の添削や自分の取ったスコアから良く分かった。授業以外で、人と話すとき、自分が最初からどんだんに話しかけるタイプではなく、最初は少し時間をかけて仲良くなっていく人間だということ、再認識した。そのせいでストレスがたまることもあったが、この経験も私には必要だった。また、課題をやるときや、部屋では、日本語を使うので、それが英語スキルの向上の妨げになるのではないかと思った。一方で、日本にいるときよりも人と話す時間が多かったので、個人的には、日本語のボキャブラリーが増えた。自分1人だけで行くのと、大人数で行くのでは、各々にメリットとデメリットがあるので、どちらが良くて、どちらが悪いということはない。どちらを選んでも、デメリットの部分を減らしていけばより良い留学生活を送ることができると思う。

ぼんこつな英語でも意外とアメリカで生きていけるんだなと思った。海外への恐怖が少し和らいた。私はどちらかという1人を好むタイプだったけど、みんなで過ごすことはこんなに楽しいんだと気づいた。日本にいるとやりづらいことだけど、英語力の上達の意味も込めて、色々な場面で自ら人と会話しようと思えた。ずっと日本がいちばん住みやすい国だと思っていたけどそうでもないのではと視野が広がった。日本を好きだと行ってくれる外国人がたくさんいることを知った。言語の壁を超えて大切な友達が作れることを学んだ。自信を持って夢を追いかけけている人々をたくさんみて、夢は楽しんで追いかけられるものだったと気づいた。

私自身様々な人々とかかわり、様々な文化を知り、その根底にある共通点も見つけることができそのような中で自分も自分自身を発信することにためらいを感じなくなったため、大げさではなく自分の価値観を変えることができたと思っている。

様々な国からの留学生が多かったため、アメリカの言語や文化だけでなく、他の国々の文化にも触れることができました。

英語でなんとか人に伝えようとする力は少し養うことが出来たと思う。

研修を通じて、言語を完璧に話せるかどうかよりも関わりたいという意味表明が他者と関わる上で大切であることを学んだ(もちろん相手によるかもしれないが)。そしてアメリカでは、少なくとも日常的に日本ほど空気を読むことを求められないので、いかにこれまで自分が自分を押し殺していたか、またその窮屈さを痛感した。

##### 自分の意思を伝えることの大切さ

行く前に漠然と思いつかべてたアメリカのイメージとは少し違ったアメリカを肌で感じる事が出来たのが1番の収穫でした。1ヶ月なのでそこまでマイナスな面は目に映らず、また英語学習の面でもやり切れたとは言えませんが、世界の人と交流するという英語本来の目的を再確認出来たことは、これからの学習意欲にも、未来への展望という面でもかなりのプラスな影響になりました。純粋に日本にいるのとは全然違った色濃い1ヶ月間で、友達も沢山できて楽しかったです！

日本にいるときより積極的に自分から動くことができた。うまく言葉が話せないからと消極的な姿勢だと得られるものも得られない。私は英語力が人よりあったわけではなかったけれど、CWUで友達もできたし、戻ってきてからも連絡とるくらい仲良くなった。

生活の面では、寮での生活を通して自立した生活を送れるようになった。コミュニケーションの面では、自分が考えていることを素直に相手に言えるようになった。研修に参加する前は、こんなことを思っているのは自分だけかもしれない、変に思われるかもしれないと相手の反応をかなり意識して発言・行動をしていた。しかし研修を通してみんなそれぞれいろんな考えを持っていて、自分がやりたいことをやっているのだから、遠慮することなんてないと考えが変わった。

間違っている話でも話してみるとということが大切だと学びました。

現地の学生を目の当たりにしたり、様々な人と話をしていくと、もっと自分に素直になること、自分らしさを持つこと、という日本人の忘れがちな部分の大切さを教えられた気がしました。一緒に行った立教生含め、現地で出会った人との出会い一つ一つに喜びと感謝を今は感じています。

英語スキルはもちろんですが、親の助けなしで生活することの大変さを学びました。さらに、この1ヶ月は、自分の英語の弱点を発見することが出来たとても充実した期間でした。前にも記述したよう、リスニング力の低さを実感するとともに、自分の意見を持つことの難しさも実感しました。アメリカの授業では、自分自身の意見を聞かれたり、友達と話したりする機会がかなり多くあるのですが、私は英語で話す以前に、そもそも自分の意見を考えることすら苦戦してしまいました。この1ヶ月でたくさんの学びを得るとともに、たくさんの自分の弱点にも気付きました。これを帰国後の英語学習にも活かしていきたいと思っています。