

留 学 報 告 書

令和 8 年 7 月 28 日

学 部 法文学部 学科・課程 法経学科

氏 名 森本蔵人

※ 留学先大学での成績証明書を添付すること。（島根大学に直接送付される場合はよい）

1. 留学先大学・学部 国名 アメリカ

大学名 University of Arkansas

現地到着日（ 7 年 8 月 9 日） 授業開始日（ 7 年 8 月 15 日）

現地出発日（ 8 年 5 月 12 日） 授業終了日（ 8 年 5 月 8 日）

2. 日本を出発するまでの主な手続き及び準備

アメリカの大学から送られた手続き ビザの面接、確保、英語の勉強、航空券、資金の証明書など

3. 自宅から留学先大学までの交通手段（乗物の種類、乗り換え地、所要時間）

バス（15分）、歩行（20分）

4. 留学先大学での各種手続きの仕方

健康診断や各種書類の提出（ほとんど現地で指示がメールで来るのでその通りにする）、授業の履修（自分で自分の大学のサイトにいき調べて担当の先生にメールをします）

5. 留学生へ

主に、大学内の広場でフリーフードや音楽がありにぎわっています。また交換留学生同士のイベントもあり、様々な国の留学生と友達を作ることができます。

6. 授業の受け方、ペーパー及び試験の傾向等について

授業の受け方についてはそれぞれです。大講義室のものもあれば、少人数のクラスもあります。よく教授から当てられたり、対話をしなければなりませんので、それなりの緊張感の中授業を受けることになります。私は授業中は、パソコンでノートをとったり、よくわからないところは調べていました。最初のころは英語も全く聞き取れていませんでしたので、とてもたいへんでした。配布される資料、レジュメ、プレゼンなどあらかじめ頭に入れて置いたり、調べたり、また復習をすることは授業を理解するうえでも英語を伸ばすうえでも重要です。

7. 留学先大学で学んだ科目のうち特に良かったもの、後輩に勧めたいもの

私は様々な科目を取りましたがfinanceはとって良かったです。もちろん、専用の電卓（2～3万）ほどしたり、内容はとても難しかったものの今後の人生に生きてくると思いました。また情報のクラスも取りましたが、エクセルの使い方などが身についたと思います。

8. 留学先大学の住居の種類等について、後輩にどのような寮・アパートを勧めるか

私は the marshall というアパートに住んでいました。アスリート専用の寮でした。私は寮はランダムで決まるとおもっており、良い寮があたりどの寮も値段が同じで良かったと思っていましたが、まったく違いました。とても高い寮で留学生の私にはあまりにも高すぎました。しかしアスリート専用ということもあり設備やアクセスは抜群でしたし、スター選手と友達になることもできました。進めるのはオンキャンパスの寮です。私はオフキャンパスで大学から少し距離があり、簡単に寮に帰れなかったため不便でした。しかし一人部屋のほうがおすすめです。

9. 寮・アパート生活での注意、生活の様子（行事など）、困ったこと、ルームメイトとの付き合い方、

（いつから入れるのか、寮の開閉、寮が閉鎖中の滞在場所等）

寮にはだいたいルームメイトと生活します。ゴミを出したり掃除などそれぞれ役割は決めておいたほうが良いです。コミュニケーションは積極的にとったほうが良いです。行事も行きましょう。友達を作るチャンスです。だいたい大学の休日は寮や大学近くは閉まっていることが多く、私は仲良くなった友達の実家に長い休みはホストファミリーのような形で住まわしてもらっていました。

10. 留学先での金銭の扱い及び貴重品の管理について

（どのような口座を利用したか、現金とかカードの利用は、自宅からの送金はどうしたか等）

ほとんどクレジットカードでした。現金も少し持っていましたがほぼ使いませんでした。

11. キャンパス案内（どんなとき、どこへ行けばよいか等）

だいたい図書館やジム、食堂にいました。日本では考えられない施設の広さや多さなので様々なところに行きましょう。

12. 現地案内（買物、銀行、レストラン、理髪店、美容院等の様子）

散髪は本当に店を選ぶべきです。アジア人の髪をきったことのありそうな店を選びましょう。メキシカンやハンバーガー屋さんなど様々な店があります。買い物はwalmartなどに行きましょう。

13. 失敗談（どんな小さなことでも）

インフルや風邪をひくと喋りたくても喉が痛くて話せないし、まず外に出ることが憂鬱になるので気を付け
ましょう。失敗はたくさんしました。たくさんして学んでください。

14. 病気になった場合の対応について（医療費はどのようになっていたか、保険等はどのようにしたか）

意地でも病院には行きませんでした。ただ学校に付随している保健センターは無料か格安で治療してもらえ
ます。行くことを推奨します。 スーパーで薬を買うこともお勧めします。

15. お世話になった方々

Issの先生や各授業の先生方、友達、チームメイト

16. 留学先国内旅行について（場所、手段、費用、旅行社等）

たくさんの州に行きました。私はほかのアスリートのようにいろいろな州で試合をしたのでたくさん旅行に
いくことができました。また個人的に一人で旅行にも行きましたが、主にバスや飛行機を使っていました。
値段は高いですが、せっかくアメリカに来ているのでぜひ行きましょう。

17. 気候と服装について

10月ごろまでは基本半袖半ズボンです。とてもカラっとしており暑いですが、しかし冬はものすごい寒くな
ります。荷物的には服が一番かさばると思います。現地の中古はとても安いのでそこで買うこともお勧めし
ます。

18. 日本からぜひ持っていききたいもの（学用品、衣服、食品、薬、運転免許証等）

薬、コンタクト コンタクトを使う人は丸一年分持っていくくらいにはしておいたほうがいいです。現地で
はコンタクトは簡単に買えません。眼科に行って処方箋をもらわないとならずそれが高いです。

19. 留学に際し最も役立った本は（専門書、旅行案内書を含めて）

英語の教材、本よりネットです。それかyoutube

20. ホームステイの依頼方法

友達と仲良くなるのみです。別に英語が話せなくてもトライしてれば仲良くなれます。

21. 留学費用について

1) 旅費 (往)	15万	円,	(復)	15万	円
2) 準備費用	5万	円			
3) 大学へ納入する費用	15万	円			
授業料 (年間合計)	0	円			
保険等その他の費用	15万	円			
4) 住居費 (光熱費等含む)	180万	円			
5) 衣服代, その他雑費	6万	円			
6) 帰国時の土産代, 郵送料等	1万	円			
7) 留学先国内旅行費用	3万	円			
8) 上記を含めその他すべてを含めた合計金額	220万	円			
現地通貨	ドル	日本円換算(レート)	150	円	

22. 帰国時の荷物の作り方, 送り方等

ほとんどの人は輸送します。Fedexとか 自分はミニマリストに受託荷物と持ち込み荷物で終わらせました。

23. 留学して得たこと (全般についての感想文)

とても貴重な体験だったと思います。小学生のころから留学は夢に見ていてずっとしてみたかったけれどできず、やっとお金の面でも時間の面でも行けれそうな留学があったのでチャンスをつかめて本当に良かったです。留学前が一番大変でした。特にサポートもなくほとんど自分でやるような手続きだったので、はじめはどうしたらよいか全くわかりませんでした。またトランプがビザを取り消しにしていた時期でもありとても精神的に不安でした。いざ留学に行くと本当に楽しく毎日が新鮮でした。人間なので時には悲しいことがありましたが、それでもほとんどは楽しかったです。得たこととしては英語力はもちろんですが、かなり人間性も得ることができたと感じます。知らない人に話しかける、その雰囲気を楽しむ、やるべきことはやる、など基本的に成長できたと感じます。またたくさんの良い友達が世界にできました。アメリカだけではなくヨーロッパや南米まで世界が広がったなと感じました。留学に行ってしまったことでなにか少し違う人生が今後待っているかもしれないと思います。一度だけの人生ですし、迷いがあったらトライしてみたらいい方向に転ぶこともあれば悪い方向に転ぶこともあると思いますが後悔しないと思います。本当に行ってよかったです。