

㊦ 最 終 報 告 書

国際交流センター長殿

2020年 4月 24日

O I U学籍番号	G17083	氏 名	實崎悠菜
国 名	カナダ	留学先	ノーザンブリティッシュコロンビア 大学

留 学 期 間	2019 年 8 月 29 日 ～ 2020 年 3 月 20 日
---------	-----------------------------------

交換留学が終了しましたので、以下のとおり報告いたします。

記

受講科目	受講期間	週当たり授業時間	取得単位数
Introduction to Canadian Business	2019/9/4～2019/12/13	160分	3単位
Introduction to Marketing	2019/9/4～2019/12/13	160分	3単位
Writing and Communication Skills	2019/9/4～2019/12/13	170分	3単位
Microeconomics	2020/1/6～2020/4/22	160分	3単位
Macroeconomics	2020/1/6～2020/4/22	160分	3単位
Organizational Behaviour	2020/1/6～2020/4/22	170分	3単位

履修・教務、学習面について

履修登録について、出発前にUNBCに提出する願書とともに前期分後期分をまとめた履修登録を行います。履修登録をする際にはUNBCのサイトにログインしオンライン上で授業検索ができるので、そこで自分が受けてみたい授業を選びそれをフォームに書き提出します。人気な授業だと定員がすぐ埋まり、ウェイティングリストに入ってしまう可能性があるため、後から付け足していくのではなく、取りたい授業は最初にすべて履修登録をしておいたほうが良いと感じました。ウェイティングリストに入ると、キャンセルが出るまで待たなければならないのでどうしても取りたい授業などが取れない可能性が出てきます。そうなるとうちほかの授業を探し、登録をし、変更をしなければなりません。授業変更をする際、交換留学生はインターナショナルオフィスにて手続きをする必要があります。学習面については、図書室や学校の空いている時間が長かったということが私にとって救いでした。集中する場所を確保し、課題や勉強に集中できたのはとても大きかったです。前期の最初の方はなかなか要領をつかめず、どのように予習復習をすればよいか、授業中のノートをどのようにとればよいか、自分に合った効率の良い方法を見つけるまでなかなか時間がかかりましたが、自分なりに考えて動くことの大切さを感じました。また、分からないことがあれば授業後に先生に聞きに行ったり、友達に聞いたりするなど周りの人の手を借りることも大切だと感じました。アカデミックサクセスセンターというレポートの添削など、学習をサポートしてくれるところもあるので利用したりするのも良いと思います。

生活面について

新しい環境に慣れるためにも、授業が始まる前に到着しておさにかつたので、9月2日かオノインヤルな入寮日でしたが8月29日に到着する便で出発しました。ほとんどの人が入寮日当日に入寮し、とても混雑するので、早めに到着しておいてよかったなと感じました。到着日に、入寮手続きをNeyoh、Keyohと二棟ある寮のNeyohの一階のレジデントオフィスにて行い、学生証兼ルームキーを受け取りました。寮は基本四人部屋で、キッチン、リビング、洗面所、トイレ、お風呂は共有で、各自ベッド、勉強機がついている部屋があります。寮の建物に入るのに学生証をかざす必要があり、部屋についても暗証番号を入力し、各自の部屋にもロックがついているので、セキュリティはばっちりです。学生証は、バスを利用する際に必要になります。UNBCのあるプリンスジョージでは、バスや車移動が基本です。バスではバス停名のアナウンスや表示がないので、慣れないバス移動での乗り換えや、一人でバスに乗れるようになるまで少々時間がかかりましたが、自然と慣れました。食事は、交換留学生は学校内にあるカフェテリアのミールプランに入るので寮で自炊をする必要はありませんが冬休みはカフェテリアも閉まるので、冬休みはどのように生活するのか、前もって計画しておくとういと思います。私にとって、家族、友達から離れて生活をするというのは初めてでしたが、ルームメイトや周りの人に恵まれ、生活面で困ったことは特にありませんでした。

費用概算

この留学にかかった留学費用総額		約	160	万円	
内訳	渡航・帰国費用（航空券）	約	30	万円	
	海外旅行傷害保険	約	13	万円	
	査証（ビザ）取得費用	約	8	万円	
	日用品	約	2	万円/月 × 7	ヶ月
	食費	約	6	万円/月 × 7	ヶ月
	寮費	約	6	万円/月 × 7	ヶ月
	水・光熱費	約	0	万円/月 × 7	ヶ月
	インターネット	約	0	万円/月 × 7	ヶ月
	利用方法 <input checked="" type="radio"/> 学内で利用・ <input checked="" type="radio"/> 寮で利用・インターネットカフェ				
	複数回答可。○をつけること。				
その他（用途：携帯代）			5000 円/月 ×	5 ヶ月	
その他（用途：教科書）			2 万円/月 ×	2 回分	
(医療費、教科書代、現地携帯電話代などあれば)					

滞在中の経費について

私の場合、留学費用は事前に交換留学用にと奨学金を借りていたもので、そこから支払いをしました。何かあったら使えるようにと多めに両替をしてきましたが、たくさん余ったので両替は多めにする必要がないと思いました。どこの店に行ってもカードで支払いをすることができるので、クレジットカード、デビットカードがあれば問題ないです。寮費や必要経費は、現地に行ってから支払いをしました。学校内にキャッシャーオフィスがあるのでそこで寮費などの支払いをしたいと伝えると支払い可能です。また、寮費や必要経費などの質問があればそこで聞けば詳しく教えてください。何を支払えばよいのかわからなくてもそれを伝えると調べてくれます。出発前からUNBCの自分のアカウントにログイン可能なので、そこへログインし、ファイナンスのページに行くと詳しい内容や支払額を確認できるのでそこから支払いをすることも可能です。

その他・後輩へのアドバイス

出発前（どの様な準備が必要でしたか）

出発前には語学力を落とさないよう気を付けました。二次面接合格後から出発まで時間が空き、気も緩むと思いますがその中でも学習を続けることが必要だと思いました。

研修中（どの様に学習に取り組むと良いか、余暇の過ごし方）

予習、復習は前提だと授業を受けていて思いました。交換留学を経験した先輩方や先生方から予習復習の大事さは聞いていましたが、実際に現地での授業を経験して改めてそのように思いました。クイズやテスト前などに、分からないことがあれば事前に教授にメールで予約を取り、オフィスアワーに教授室に伺い質問したり、どのような勉強法が良いかなど伺ったりもしました。図書室、カフェテリアは平日は夜の11時まで空いているので、寮の自室での勉強が難しかった私にはうれしかったのでそこで勉強していました。また、学校は24時間空いているのでテスト前には、図書室やカフェテリアが閉まったあとまだ勉強したいときには、そこを利用していました。また図書館の二階には予約制ですが1~6人ぐらいまで勉強ができるスタディールームがあるのでそこで友達と勉強するのもお勧めです。平日の授業以外の時間は課題や勉強時間にあてていました。週末はリラックスするために自分のための時間にしていました。

研修中に困ったことはなんですか。また、どの様に対応しましたか。

今までとは異なった環境で生活をするということで環境変化に飲み込まれないようにと覚悟を決めて交換留学に挑んだつもりでしたが、秋学期の後半にはストライキが起きたり、春学期後半にはコロナの影響を受けたりと心構えはしていても実際に予想もしていないことが起きてしまうと学業との並行が難しかったというのが研修中に困ったことでした。対応としては、自分ですべてしようとするだけでなく頼れる人には頼り、落ち着いて一つずつ着実にこなしていくよう心掛けました。

自由記入欄（次年度以降の後輩へ向けてのメッセージなど）

交換留学で感じたことや学んだことは成長につながると思いますので交換留学を楽しんでください。