



### 3.生活について

#### I.住居

- (1)住居の種類  寮 (寮名: \_\_\_\_\_)  
 アパート  ホームステイ  その他 ( \_\_\_\_\_ )
- (2)シェア人数 3 人 (3)共有部分  バス  トイレ  キッチン (4)自炊  可  不可  
(自分は除く)
- (5)大学までの交通手段と所要時間 (6)個室の有無  有  無  
 徒歩  バス・電車  自転車 10 分
- (7)住居申込方法・時期 ( 大学の掲示板等を利用し自分で探した・2019年7月頃 )
- (8)住居について困った事やアドバイス及びルームメイトについて(国籍や良かったこと、困った事)

日本でアメリカの住居を探し契約をするのには時間がかかり、見つけるのに苦労したので、早め探し始めることをお勧めします。

#### II.食事

- (1)毎日の食事についてあてはまるもの全てに✓  
 自炊  寮食  大学内学食  外食  その他 ( \_\_\_\_\_ )
- (2)ミールプラン  有  無 月額(現地通貨) \_\_\_\_\_ (日本円約 \_\_\_\_\_ 円)  
平日【  朝  昼  夜 】 週末【  朝  昼  夜 】
- (3)最寄りのスーパーやマーケットまでの所要時間  
 徒歩  バス・電車  自転車 20 分
- (4)食事について困った事やアドバイス

大学の食堂のご飯は私には合わず、また高いので毎日お弁当を持って行っていました、忙しい中作るのは大変でした。チャイニーズ系のアジアマーケットや日本食スーパー等で日本の食材は買っていました。また、アジア系や日本食のレストラン、その他国籍を問わず様々なレストランがあり、友達とよくご飯を食べに行っていました。

#### III.インターネット環境

- (1)住居  有  無
- (2)キャンパス  有  無 (  キャンパス全体  接続スポット )
- (3)個人契約  有  無  
ある場合は契約内容について(契約会社、契約方法など)
- (3)外出先でのインターネット利用  有  無  
ある場合はその利用方法について(カフェやお店の無料Wi-Fiなど)
- (4)携帯電話利用について  日本の携帯を持参  現地購入  使用していない  
その利用方法について(契約会社、契約方法、費用など)

カフェの無料WiFiなどが利用可能でした。

ハナセルという会社のサービスを利用しました。プランにもよりますが、月約30ドルでsimカードを差し替えるだけだったので便利でした。インターネットで出国前に申し込みました。

### 4.留学先大学について

#### I.大学の周辺地域

- (1)治安  良い  普通  あまり良くない  悪い  
注意すべき点

大学周辺は治安はよいですが、少し離れたところに治安の悪い地域があったのでそこへの立ち入りはしないようにしていました。

- (2)交通の利便性  良い  普通  良くない  
 (3)主な交通手段  電車・地下鉄  バス・トラム  自動車  その他 ( \_\_\_\_\_ )  
 (4)都市部(繁華街)までの所要時間 60 分 交通手段: 大学の最寄り駅であるJFK/UMASS駅から電車で約10分でDOWNTOWN CROSSING駅という場所へ行けます。

(5)交通手段に関して注意すべきことやアドバイス  
 ボストンは交通手段が発達しており、電車で都市部へ簡単にいけるので便利でした。

(6)よく利用した買い物やレジャー、医療機関など周辺施設について  
 DOWNTOWN/CROSSING駅周辺やチャイナタウン、HEYMARKET周辺、ニューベリーストリート周辺へはよく買い物や外食等で行っていました。

## II. 授業

- (1)履修登録の時期・方法  出発前  出発後  派遣先大学国際室  オンライン  メール等  
 その他 ( \_\_\_\_\_ )

(2)履修の制限  
 留学生は正規生が履修登録したあとに履修登録できるようになります。

(3)授業・履修登録で困ったことやアドバイス  
 留学生の履修登録は正規生のあとなので、すでに人数が一杯で登録できなかったり、その講義を履修するためにあらかじめ取っていなければいけない授業等がありますが、教授との交渉次第で履修することができるので、困った場合には教授に直接問い合わせをしてみることをお勧めします。

(4)語学研修(学期前・学期中)を受けていれば、期間・内容・費用について  
 \_\_\_\_\_

### (4)履修科目

	科目名	授業の言語	出席人数	単位数
1	Cell biology 授業内容/履修学期 細胞生物学に関する講義と実習/秋セメスター	英語	約 120 名	4 単位
2	Genetics 授業内容/履修学期 遺伝学に関する講義と実習/秋セメスター	英語	約 100 名	4 単位
3	General biology II 授業内容/履修学期 生物学全般に関する講義と実習/秋セメスター	英語	約 140 名	4 単位
4	Basis of life 授業内容/履修学期 生物学全般に関する講義/春セメスター	英語	約 100 名	3 単位
5	Introduction to Nutrition 授業内容/履修学期 栄養学に関する講義/春セメスター	英語	約 150 名	3 単位
6	Evolutionally biology 授業内容/履修学期 進化生物学に関する講義/春セメスター	英語	約 40 名	3 単位
7	Elementary Spanish I 授業内容/履修学期 スペイン語に関する講義/春セメスター	英語	約 24 名	4 単位
8		授業の言語	出席人数	単位数
			約 名	単位

(5)履修して良かった科目 ※記入欄が不足する場合は追加してください。

科目名	cell biology
理由	生物系の授業の中で、単位を取るのが難しいと言われる科目で、一番苦労した科目でしたが、その分沢山のことを学び、経験することができたからです。さらに、実習を通して、友達も作ることができ、またこの講義を取っていたことがきっかけで研究室に携わることができたからです。
詳細 (課題、試験等)	授業は講義、実習の2つで構成されており、それぞれで課題や試験が課されます。
科目名	Introduction to Nutrition
理由	埼玉大学には栄養学の講義はないですが、栄養学は一つの自分の興味分野であり、栄養学の基礎知識を学べてよかったと思っていますからです。
詳細 (課題、試験等)	毎週クイズ形式の課題が出て、また大きな試験が4回あります。
科目名	Genetics
理由	この講義も単位を取るのに苦労した科目ですが、日本で学んだ遺伝学の知識以外の新しい知識を学ぶことができて良かったからです。
詳細 (課題、試験等)	講義と実習の2つで構成されており、それぞれ課題、試験が課されます。

### Ⅲ.課外活動

- (1)課外活動への参加  有  無  
 (2)イベントへの参加  有  無

有る場合はクラブ名、イベント名と活動内容を記入

Japanese language clubという日本文化に興味がある人たちが集まるクラブに所属していました。そのクラブが主催する茶道のパフォーマンスや、学校や他のクラブの主催するイベント、日本人研究者交流会等に参加しました。また、研究室のお手伝いをさせてもらったり、ラーメン屋さんでのボランティアに参加していました。

### Ⅳ.施設・設備

- (1)学食・カフェテリア  有  無 5 箇所  
 (2)スポーツ関連施設  有  無 具体的に グラウンドや体育館があります。  
 (3)ライティング・センター等履修サポートサービス  有  無  
 (4)その他お勧めの施設・設備

integrated science complexという建物は最も新しい施設でとてもきれいでした。

- (5)現地学生との交流機会  満足  やや満足  やや不満  不満

そう感じた理由を教えてください。

他の多くの大学とは異なり、交換留学生は寮で住むことができないので、寮内での交流がない分、友達作りは苦労しました。

### Ⅴ.お金の管理

- (1)お金の管理方法  現地銀行口座  インターナショナルカード(国際キャッシュカード)  クレジットカード  
 海外専用プリペイドカード(キャッシュパスポート等)  デビットカード  現金  
 その他 { 週に一回はクレジットカードの利用状況や口座の残高を確認して、不正利用等がないかをチェックしていました。 }

不便だったこと・お勧め方法等アドバイス

クレジットカードを使う機会が日本より増えると思うので、クレジットカードは複数枚所有しておくことをお勧めします。現地口座の開設を私はしなかったのですが、そうすると、ベンモ等が登録できず、友達同士の割り勘等は不便でした。また現地口座がない分、現金が必要なたびにクレジットカードのキャッシングサービスを利用していましたが、手数料がかかり不便でした。

## 5.費用について

### I. 留学にかかる費用

※コロナウィルスの影響により早期帰国しているため、参考程度としてください。

	内容詳細	期間(ヶ月)	月額	総額(円)	支払方法
渡航準備	往復航空券・燃油サーチャージ・空港使用料	-	-	¥ 400,000	カード
	学研災付帯海外留学保険	-	-	¥ 89,000	カード
	現地保険(留学先国・大学指定)	-	-		
	パスポート・ビザ申請料	-	-	¥ 30,000	カード
	語学研修代(総額)		-		
	予防接種代	-	-	¥ 141,933	カード
	その他( )	-	-		
現地費用	宿舍費(月額)	7ヶ月	¥78,697	¥ 550,879	カード
	光熱水費(月額)	7ヶ月	¥2,695	¥ 18,865	
	食費(平均月額)	7ヶ月	¥30,000	¥ 210,000	カード
	携帯料金(月額)	7ヶ月	¥3,234	¥ 22,638	カード
	インターネット料金(携帯以外)(月額)	7ヶ月	¥3,234	¥ 22,638	カード
	交通費(平均月額)	7ヶ月	¥6,000	¥ 42,000	カード
	テキスト代、研究費用、学用品(総額)	-	-	¥ 51,068	カード
	日用品(平均月額)	7ヶ月	¥10,000	¥ 70,000	カード
	娯楽費(平均月額)	7ヶ月	¥5,000	¥ 35,000	カード
	旅行(総額)	-	-	¥ 200,000	カード
	Registration/Administration Feeなど 留学先支払手数料(総額)	-	-	¥ 203,028	カード
	その他(骨折に伴い必要になった費用 )			¥ 50,000	
	その他( )				
	合計			¥ 2,137,049	

### II. 奨学金について

奨学金名	期間(ヶ月)		月額(もしくは総額)	申請方法
業務スーパー奨学金	9ヶ月間	<input checked="" type="checkbox"/> 月額 <input type="checkbox"/> 総額	¥150,000	国際室
		<input type="checkbox"/> 月額 <input type="checkbox"/> 総額		
		<input type="checkbox"/> 月額 <input type="checkbox"/> 総額		

## 6. 留学全般について

### I. 留学先

(1)なぜ留学しようと思いましたが？そして、いつ頃留学することを決めましたか？

大学入学前より、ただ漠然と留学したいとは考えていました。大学入学後、2年生に入りある程度大学で生物系の知識を学んできた中で、海外で生物学を学び、日本との違い等を学びたいという気持ちが強くなり留学を決めました。

(2)留学先大学を決めるにあたり、参考にしたものを教えてください(例:各協定校のHP,先輩の話,交換留学報告書等)

協定校のホームページや先輩からの話等を参考にしました。

(3)留学申請に必要な語学スコアの向上方法を教えてください。

アイエルの公式問題集を使用し、アイエルの試験対策をしました。

(4)なぜ最終的にこの国、この大学に決めましたか？

この大学は多くの生物系の授業を開講しており、また、この大学のほかにも多くの理系の研究施設や、有名大学が集まる場所だったからです。

(5)留学先としてこの大学をお勧めするポイントをあげてください

多くの大学、研究施設が集まる学術都市で学びにはとても良い環境です。アメリカの中でも比較的都会で、ニューヨークにも近いので観光という点でも楽しめます。

### II. まとめ

留学を通して学んだこと、大変だったこと、留学希望者へのアドバイスなど自由に記述。

上記のアンケートで書ききれなかったことなど、たくさん記載してください。

今回の留学は新型コロナの感染拡大に伴い、9カ月間の留学が約7カ月の留学になってしまい、既に計画の立っていた沢山の計画がキャンセルされてしまい、心残りもあります。しかし、それでもたくさんの経験と学びがあった留学でした。

最初の秋セメスターはとにかく授業についていくのに必死で、一日の大半は机に向かって勉強や課題に取り組んでいました。課題の量や暗記量、授業時間が多い講義を履修していましたが、英語力不足もその原因にありました。留学前から、できるだけ英語力をつけておけばよかったと後悔したので、できるだけ英語を留学前から勉強しておくことをお勧めします。

また、ボストンは様々な研究施設等があり、様々なイベント、交流会等があり自分次第で本当に様々な人たちと出会うことができます。そういったイベントや交流会に積極的に参加することをお勧めします。私もいくつかは参加しましたが、もっと参加すればよかったと後悔しています。授業も大変でなかなかたくさんのイベントに参加することは難しいとは思いますが、できるだけたくさんのイベントや交流会に参加することをお勧めします。

さらに、留学は自分が想像していたよりも、お金がかかりました。留学前より財政面での計画はよく立てておき、とにかく奨学金は応募できるだけ応募してみるとよいと思います。