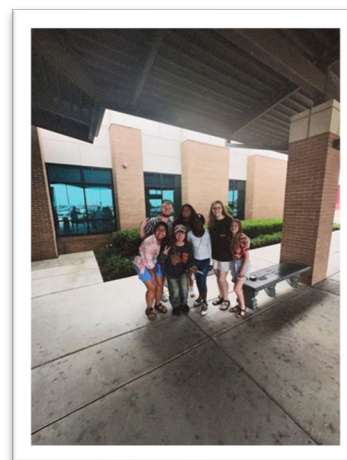


ULM 交換留学報告書

氏名	重松愛弥
学部/研究科・学年（留学時）	法文学部 3 回
留学国名	アメリカ合衆国
留学期間	10 ヶ月
実施年月	2023 年 8 月 12 日～2024 年 5 月 21 日

1.はじめに

私は、2023 年 8 月～2024 年 5 月にかけてアメリカ合衆国ルイジアナ大学モンロー校（ULM）で交換留学を行いました。そこでの学びについてご報告いたします。



2.留学目的

私の留学目的は、英語力と異文化理解力の向上である。将来、英語を使うグローバルな企業で働きたいという思いから、英語力に加えて、グローバルな視点や異文化理解力が必要であると考えた。また、言語も異なり、知人が一人もいない環境で生活を行うことで、自己成長を行いたいと考えたため、今回交換留学へ行くことを決意した。

3.ULM を選んだ理由

ULM には多くのインターナショナル生がおり、多様性のある大学のため、異文化理解力を身に付けたい私にとって最適な場所だった。また、アメリカ南部の独特で歴史ある文化を自分の肌で経験してみたいという思いから ULM へ行くことを決めた。

4.留学を通じて学んだこと

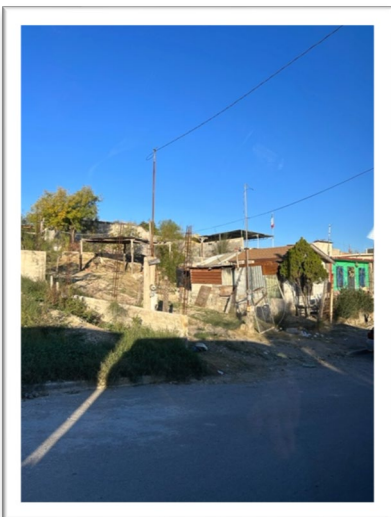
4-1.大学の授業

私は、ULM の授業を通じて、積極性や自分の意見を持つことの大切さを学ぶことができた。1 セメスター時は、自身の英語力に自信がなかったため、ESL (English for second language) の授業を 2 つと psychology と world civilization の授業を履修した。特に、ESL の Reading の授業では、毎授業で物語を読み、自分の意見を述べる必要があり、生徒と教授の意見交換という形で授業が進められていくことが多かった。また、心理学の授業では、グループワークが多く、1 つの課題や問いに対してグループで話し合ってから発表を行なった。日本の大学の授業とは異なる、アメリカの参加型の授業を受ける中で、自分の意見を持つこと、そして積極的に発言することの大切さを学ぶことができた。また、2 セメスター時には、abnormal psychology、business、interpersonal communication、English composition2、ESL の 5 つの授業を履修した。特に、Interpersonal communication の授業では、異文化間での考え方やコミュニケーションの取り方の違いについて学び、実際に現地の人やインターナショナル生とコミュニケーションを取る時や異文化理解を行う中で非常に役に立った。

4-2.宗教

ULM での交換留学を通じて、宗教についても理解を深めることができた。日本人は宗教を持っていても信仰心が強くない人が多いが、アメリカでは宗教が日常生活の 1 部になっていた。私は友人と日曜日に教会へ行ったり、聖書について学んだりして、キリスト教についての理解を深めた。その中でも特に、冬休み期間に参加した mission trip が記憶に残っている。mission trip とは、他国へ行き、困っている人をサポートするキリスト教徒のためのプロジェクトである。私は、キリスト教徒 15 人と一緒にメキシコへ行き、3 日間で家族のために家を建てるというプロジェクトに参加した。3 日間で家を建てるのはハードだったが、現地の人々の温かさ

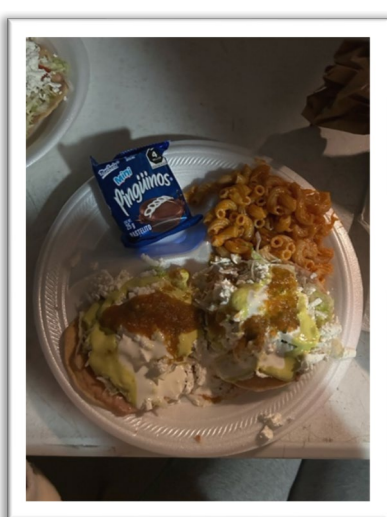
に触れることができた。キリスト教について学ぶことができただけでなく、貧しい方のサポートも行うことができ、本当に貴重な経験だった。



【メキシコの Ciudad Acuna】



【家作りの様子】



【現地の人手作りメキシカン料理】

他にも、ネパールのお祭りに参加し、ヒンドゥー教についても学んだ。ULM では、ネパーリーナイトというネパールのお祭りが年に 2 回開催される。サリ（ネパールの民族衣装）を着て、みんなでダンスをしたり、歌を歌ったりすることが多く、非常に楽しいお祭りであった。また、私はヒンドゥー教のお祭りの 1 つであるホーリー（Holy）にも参加した。これは、「ハッピーホーリー」と声を掛け合い、お互いの顔にカラフルな色の粉を塗りあって盛り上がる祭だ。祭りを通じて、ネパールの文化だけでなく、かれらの優しさにも触れることができた。

私自身、現在も宗教は持っていないが、異文化理解を行う上で、宗教は欠かせないものであり、かれらにとって宗教がどれだけ大切なものかということを理解することができた。



【nepali nightの様子】



【Holyの様子①】



【Holvの様子②】

5 現地での生活

5.1 大学生活

ULM にはフレンドリーな人が多く、イベントも多々開催されているので、毎日充実した生活を行うことができた。特に、私が一番思い出に残っているのは、9月頃に開催されるアメリカンフットボールの試合である。ホームゲームの際には、試合前にパレードも行われ、非常にULM が盛り上がり、アメリカの大学生活感を味わうことができた。また、私はバレーボールサークルに参加し、週に3回現地の大学生と練習に励んだ。そこでは、現地のスラングやノリを学ぶことができ、スポーツを通じて友人関係の幅も広げることができた。

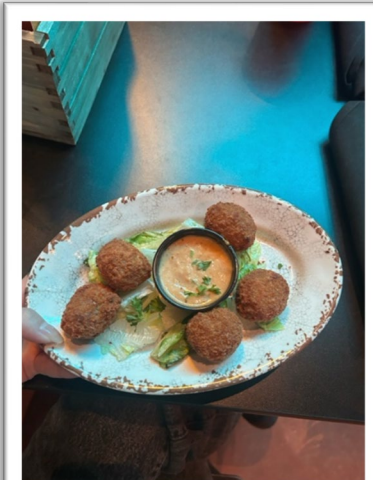
5-2.料理

ルイジアナ州にはジャンバラヤやガンボといった伝統料理や、メキシカン料理の店が多くあり、異文化の料理を味わうことができた。また、ルイジアナではザリガニやワニが日常で食べられていて、私も何回が挑戦したが、意外と美味しかった。中にはリスを食べる方もいるらしく、カルチャーショックを感じた。

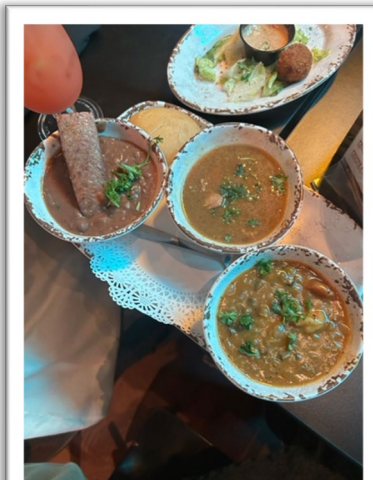
また、ULM にはネパールからのインターナショナル生が多く、ネパール料理を食べる機会が多くあった。ネパール人は辛いものが好きなので、辛い味付けの料理が多かったが、様々なスパイスを使用したカレーや餃子は非常に美味しかった。



【ザリガニ】



【ワニの唐揚げ】



【ガンボ】

6. 留学先で辛かったこと・楽しかったこと

6-1. 留学先で辛かったこと

留学と聞くと、かっこよくてキラキラしたイメージがあるが、実際は勉強だらけの毎日で大変だと思うことも多くあった。特に、留学1ヶ月目は、他の留学生の英語力と自分の英語力に格差を感じ、自分のことが嫌になる時も多くあった。また、ナショナリティごとに集まる風習がある中で、日本人が一人だったために孤独感を感じる場面もあった。しかし、今振り返ってみると、私の英語が上手ではなくてもしっかり聞いてくれる友人がいたり、日本人が一人だったからこそ経験できたことも多くあったりしたので、ULM に交換留学に来て本当に良かったと思う。

6-2. 留学先で楽しかったこと

私が留学で楽しかったことは、旅行である。カナダへ一人旅やアメリカのニューヨークで年越しカウントダウン、またカリフォルニアやニューオーリンズなど様々な場所へ旅行に行った。中でもネパール20人とArkansasとMississippi Riverへキャンプに行ったことは一番の思い出である。ネパール人はフレンドリーな人が多く、一緒にネパール料理を作ったり、ネパー

ルの伝統ダンスを教えてもらったり、ネパールの文化を学ぶことができた。また、毎日海へ行って一緒に泳ぐ練習をしたのも良い思い出である。



【Arkansas でのキャンプの様子】



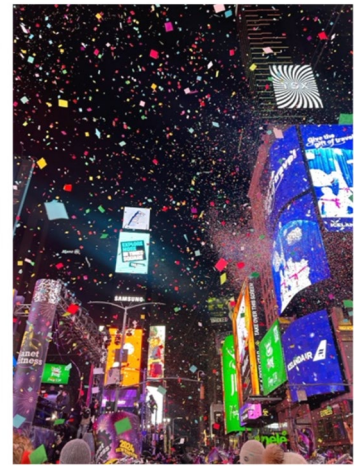
【Mississippi River でのキャンプの様子】



【Antelope Canyon】



【ナイアガラの滝】



【NY 年越しカウントダウン】

7.まとめ

大学生活の貴重な1年をアメリカで過ごし、辛いことや楽しかったことなど様々なことがあったが、間違いなくこれまでの人生の中で一番濃い時間を過ごすことができた。この留学を通じて、英語力や異文化理解力を身につけることができただけでなく、かけがえのない友人や思い出を作ることができたことに嬉しく思う。私は、経験することが何よりも大切なことだと思っている。私自身、留学当初の英語力は低かったが、とりあえず海外で生活してみること、英語を使う環境に行くことで自身の英語力も向上し、様々な人に出会う中で視野や価値観も広げることができた。だから、留学や海外に少しでも興味があるのであれば、まずは挑戦してみることをお勧めしたい。

以上が私の交換留学報告書の内容です。最後にこの交換留学をサポートしてくださった愛媛大学の方々、ULMのスタッフ、そして家族や友人に感謝の意を示します。この留学を通じて学んだこと、経験したことをこれからの人生にしっかり活かしていきたいと思います。