

東京大学での所属学部/研究科・学年(プログラム開始時): 文学部四年

参加プログラム: UniConn

派遣先大学: ペンシルバニア大学

卒業・修了後の就職(希望)先: 1.研究職 2.専門職(医師・法曹・会計士等) 3.公務員 4.非営利団体  
5.民間企業(業界: ) 6.起業 7.その他( )

派遣先大学の概要

The University of Pennsylvania

Universityとしてはアメリカ最古の大学、大学を中心に一つの市ができるほどに大きな大学。

参加した動機

英語学習のため。

参加の準備

①プログラムの参加手続き(手続きにあたってのアドバイスなど)

プログラム参加にあたってまず最優先事項を考えました。それは以下の三つになると思います。

- 1)ビザ手続き
- 2)学校への申請
- 3)住居の確保

最低限これさえ揃っていれば留学はできると考え、順番に進めていきました。まずビザ手続きで、これが一番時間がかかると思い、出発の二か月ほどから着手しましたが、ビザ手続きにはI-20というフォームが必要になり、このI-20のフォームは学校から発給されるものであるため、慌ててプログラム参加手続きを最優先事項にしました。参加手続き締切が授業開始(6月24日)の一か月前ほどでしたがそれをあてにすると今度はビザが取れなくなると思い、4月18日には提出していました。あとは返事とI-20を待ちました。

参加手続きそのものについては基本的には書類を送るだけです。ただ面倒だったのが財政証明書です。財政証明書は各銀行に発行してもらおうのですが、銀行口座を地元(関西圏)で作っていたため、そちらとの連絡上届くまでに一週間ほどかかると言われました。結果的に三日ほどで届いたのでありがたかったですが、自分で作る以外の公的書類は案外時間がかかるので早めに出しましょう。文学部所属の方は後期課程の英文成績証明書も注意です。

②ビザの手続き(ビザの種類、申請先、手続きに要した時間、ビザ申請にあたってのアドバイスなど)

F-1ビザでの渡航です。上述の通り申請にI-20が必要になります(渡航時期が迫った場合はI-20無しでも申請できるようですが)。I-20が送られてくるまで十日間ほどかかりました。ただそのほかのフォームも質問項目が多くて意外にしんどいので早めに済ませましょう。I-20を手に入れるまでにけっこう時間がかかりひやひやしましたが、ビザ申請はオンラインでできますし、その後の面接予約も学生ビザの場合は翌日分から普通に予約できる…という状態で(といっても混雑具合は時期によって異なると思いますのでみなさんでご確認してください。私は五月に面接を受けました)、自分が心配していたほど時間はかかりませんでした。一番戸惑ったのが面接の際のセキュリティチェックで、並ぶのに一時間ほどかかって面接時間に間に合うかひやひやしました。これはいつでも混んでいるので余裕を持って行きましょう。

③医療関係の準備(出発前の健康診断、予防接種等)

特になにもしませんでした結果的に留学の終盤、歯痛に苦しみました。病は気からとも言いますし、病院に行ったという自負が防いでくれる病気もあると思いますので余裕がある限り行っておいたほうがいいのでは。たかだか二か月の留学に…と思われるかもしれませんが、健康診断のいい機会ですよ。

④保険関係の準備(加入した海外旅行傷害保険・留学保険等)

国際交流課の指示に従って加入しました。

⑤留学にあたって東京大学の所属学部・研究科で行った手続きなど(履修・単位・試験・論文提出等に関して)

所属学部への手続きについて。

文学部所属でしたが、これは文学部の教務課の方がていねいに手続きについて連絡してくださったのでその指示に従いました。学部長学科長などの捺印が必要ですので早めに済ませました。

単位や試験に関して。

私は四年生で卒業までに必要な単位はすべてそろえていましたので、ゼミでお世話になっている先生方に直接話をしにいき、発表を早めてもらったり恩赦をいただいたりしました。基本的みなさん理解がある方ですので、四月の時点で「留学に行くから単位申請しないほうがいいかなあ」と遠慮する必要はないと思います。

⑥語学関係の準備(出発前の英語レベル・語学学習等)

高を括って勉強していきませんでした。

⑦日本から持参した方がよいもの、その他出発前にやっておくべきこと・アドバイスなど  
リスニングくらいやっとなないと後悔します。  
あと歯医者にも行っておきましょう。

醤油やみりんなどの調味料を持参しましたがそんなに使いませんでした。というかごはんを外で食べるのも立派に勉強になりますのでそもそもそんなに自炊もしませんでした。という言い訳なんですけど…。  
至極どうでもいいことですが向こうのラップ(プラスチックラップです)の質は非常に悪いので、自炊を積極的にしようと考えていてかつ荷物に余裕のある方は持って行ってもいいかもしれません。

#### 学習・研究について

##### ①プログラムの概要(授業・予習・復習のスタイル、印象に残っている内容等)

語学プログラムです。まず最初に placement test が行われて、そのレベルによって授業を自分の選択で決められる、という仕組みになっていました。レベルは～800まであり、100刻み。私の結果は700で、800レベルだと四つの授業をすべて自分で決められるのですが、700レベルですと2コマ分基礎クラス、2コマ選択クラスという設定になっていました。選択クラスは自分の目的に合わせて、Reading for Academic Purpose と Listening のクラスを選択しました。

まず基礎クラスですが、これは教えてくださった先生がとてもよく、英語力改善の大本になったと思います。教科書だけで終わるのでなく、先生のほうから積極的に課題テキストやライティングの課題を出してくださいました。アカデミックな文章を書くことにはかなりのこだわりがある方ようで、接続詞の効果的な使い方、論の運び方について学んだことは今後の勉学生活にかならず資することがあると感じています。フィードバックも非常に丁寧。先生も文学部出身で文学論議をしたのが印象に残っています。ただ授業内容それ自体は日本の英語教育における高校二、三年生くらいのレベルといった印象です。

そして一つ目の選択クラスである Reading for Academic Purpose ですが、これは残念ながら外れでした。先生がスピーキングを重視してしまい、授業がおしゃべりに終始、アカデミックな文章の読み方、ストラテジーについては「サブタイトルを読む」くらいしか教わらず、しかもサブの教材として配られるテキストもネットの記事といった体で、本気で授業料の無駄だと思いました。選択クラスは一日目に授業を受けてその後一日だけ変更することができるのですが、一回の授業だけで先生の良し悪しを判断するのはなかなか難しかったです。ただ指示された教科書はけっこうよかったので自分で勉強を進めていました。

二つ目の選択クラスである Listening のクラスですが、Listening に苦手意識のある私としては何でも勉強になると思ったのは事実ですがこちらも少し授業自体のレベルが低かったかなあという印象です。語彙レベルとしては日本英語教育における高校一年生レベルくらいではないでしょうか。リスニングのクラスとしてはほかに TOEFL 対策と Lecture を聞くことに特化した授業がありました(私が取ったのはリスニング能力全般の改善という印象でした)、Lecture を聞くクラスにしたほうがよかったかもしれません。課題で出された Listening Log(毎日20分ほどの英語教材を聞いて Summary を報告)が一番勉強になりました。

予習復習もそれほど時間はかかりません。一応いねいにボキャブラリーの復習、テキストの再読などと徐々に受験生のようなこともしていましたが、予習復習こみで三時間ほどで終わっていました。あとは基礎クラスの先生に薦められた小説を読んだり、BBC Learning English でリスニングの勉強をするなどしていました。

これだけ書くとあまり魅力のない授業かもしれませんが、事実、大学三年生以上で語学のみを目的に留学をするのは少し遅すぎるのではないかなあと思ったのが正直なところです。アメリカにネイティブの友達がいたので会いに行くことがありましたが、やはりネイティブ(もしくはそれに準ずる人)と話したときのほうが英語力の伸びが断然いいです。この学校に語学留学される方がいるならば Placement test を頑張って800レベルを目指すことをお勧めします。800になると Upenn の授業が聴講できるそうです。といっても夏学期は基本的にオフで、それほど多くの授業が開かれているわけではないのですが…。

##### ②学習・研究面でのアドバイス

予習復習をきちんとしていればつまづくことは無いと思います。  
日本人とつるむと絶対に日本語で話しかけてくるのでなるべく避けたほうがいいです。

##### ③語学面での苦労・アドバイス等

うーん、やはりスピーキングとリスニングですね。私は以前高校生のときにも留学していたのですが、そのとき感じなかったスピーキングの壁を今回は強く感じました。自分が大学生となって思考もある程度高度になり、なじみのあるボキャブラリーを使うだけでは表現しきれなかったことが多かったです。なるべくリスニングを続けること、スピーキングが苦手だろうが積極的に発言することの大切さを痛感しました。

#### 生活について

##### ①宿泊先(種類(寮・ホームステイ・ルームシェア等)、家賃、宿舎の様子、見つけた方法など)

International House Philadelphia という地域の寮に滞在しました。大学の公式サイトに載っていたのでそちらで見つけました。上述した通り、住むところがないと困る！の意識で早めに申込みましたが、そもそも夏休みで学生も少ないですし、大学が紹介する以外の寮も地域にはたくさんありましたので(一般的なマンスリーマンションのようだった

ので値段はすごく高かったですが)、それほど焦る必要はなかったのかもしれませんが。出国前に Upenn のほうから住居が決まっているかどうか確認のメールが来るくらいしっかりしていましたし。参加したプログラムの他の学生も多くこの寮に住んでいました。

家賃は月 980 ドルを基準に日割りの計算でした。施設の古さを考えるとやや高い印象でしたが学校から徒歩 5 分ほど、近くにコンビニとスーパーがありますので特に不満はありませんでした。部屋は狭くて夜になるとちょっと薄暗いです。友達が住んでいた大学の寮は綺麗で広かったのですがそちらは二か月で 2500 ドルほどと言っていました(詳しいことは聞いていませんが)。

国際寮ですので様々な国籍の方がいらっしゃいましたがネイティブの方もかなり多く住んでいました。一つのフロア(suite)に 10 の部屋が付き、バストイレキッチン共通といった具合でしたが、suitemate 同士の交流は私のフロアではあまりありませんでした。顔を見て挨拶したりしなかったりして感じます。男性のフロアはけっこう飲み会を開くなどしていたみたいですが、女の子同士でしたからプライベートには敏感だったのかもしれませんが。私はそれほど人間関係が得意なほうではなかったのでもそれくらいが居心地よかったです。

#### ②生活環境(気候、大学周辺の様子、交通機関、食事、お金の管理方法(海外送金・クレジットカード)など)

基本的に蒸し暑く天気もかなり変わりやすい…というのがフィラデルフィアの印象です(まあそれでも日本に比べたらよほどましですが)。

お金は行きに 6 万円ほど現金で持参、クレジットカードは予備も含め二枚持っていきました。基本的には現金支払い。諸般の事情で留学一か月後に一時帰国しましたのでそのときにも 1000 ドルを持っていきました(600 ドルほど残りでしたが)。カード大国アメリカですが、地下鉄やフードトラック(出店です)、昔ながらのお店などではクレジットカードが使えませんので現金もそれなりに持っていくことが大切です。

#### ③危機管理関係(留学先の治安、医療機関の事情、心身の健康管理で気をつけた点など)

##### 治安

Philadelphia 治安 などで検索すると Killadelphia(Kill+Philadelphia)と言われるほど、都市にしてはあまり治安がよろしくない街…として有名ですが、もちろん無事に帰って参りました。ただ夜になると地下鉄は一気に治安が悪化、あやしげなお兄さんがあやしげなものを売っているということが普通にありました。誰かと一緒にいれば大丈夫かもしれませんが。朝の九時に University city 大通りを歩いていたら後ろから殴られて鞆を取られた…、という話も一人から聞きましたのでどの時間帯でもなるべく人の多いところ多いところを歩くことが肝心です。とくに Center City は街もそれほどきれいなわけではなく、ホームレスの人も多いので最初はとても不安でした。ただ University city 自体はかなりセキュリティがしっかりしていて(逆にいえばしっかりしなければならないほどの治安だったということかもしれませんが)セキュリティの人があちこちにいるという様子でしたのでそれほど心配はしなくていいかもしれません。

#### ④要した費用とその内訳(航空賃、授業料、教科書代、家賃、食費、交通費、娯楽費などの概算)

航空賃 10 万+10 万(一時帰国のため)

授業料 50 万

教科書 2 万

家賃 20 万

ビザ 5 万(忘れがちですがけっこう大きいです。出国前の出費になるので心理的負担も大きい)

忘れがちな出費としてはビザ申請費、寮・授業料のデポジット(各四万ほど)、保険料(OSSMA、海外付帯であわせて二万五千ほど)があります。こういううちまました(けれどもそれなりのお金を払っているときが一番心理的に「出費している…」という感覚が強かったです。

食費交通費娯楽費は特につけていないのでわかりませんが、娯楽費としては NY、DC 旅行を含めて二か月で 10 万ほど使ったのではないのでしょうか。食費も二か月で 10 万ほどです。

#### ⑤奨学金(受給していた場合は、支給機関・支給額・見つけた方法など)

東京大学卒業生有志の奨学金を頂きました。

それでも授業料や家賃を考えると全然足りないのでもし行くことを決めている方は早めにほかの奨学金を申請することをお勧めします。

他のサウジの学生や日本の企業からの派遣学生は「政府・会社が授業料から住居費まで出してくれてるよー」みたいなことも普通に多く、意識の高さの違いを感じ取りました…笑。

#### ⑥学習・研究以外の活動(スポーツ・文化活動、ボランティア・インターン、週末の過ごし方など)

NY や DC にも行きましたが、フィラデルフィアは歴史と芸術の街でして、Center City をぶらぶら歩くだけでも充分楽しい週末になりました。特にフィラデルフィアの Barnes Foundation は本当におすすめです。日本にはあまりないかたちの展示の仕方がされていました。その他 Philadelphia Museum of Art、Penn Museum など美術館好きにとっては忙しい土日があります。レストランのクオリティの高さでも有名ですので友達と行くのも楽しいと思います。

#### 派遣先大学の環境について

##### ①参加学生へのサポート体制(語学面・学習面・生活面・精神面でのサポート等)

語学・学習面としては専任の教師が何人かおり、その人たちにメールをすればすぐにアドバイスをくださる、といった環境で、サポートはかなりしっかりしてもらえたように思います。私は利用しませんでした。Upenn の学生向けの心理カウンセリングなども近くにあり、学習にまつわる心理的負担への配慮がかなりしっかりできているところはさすがアメリカ有数の有名校といったところでした。

## ②大学の設備(図書館・スポーツ施設・食堂・PC環境等)

キャンパス内に大きな図書館が一つあり、気分を変えたいときはそこで勉強していました。冷房はきつかったですが、私は利用しませんでした。ジムが一つあるようです。

PC環境については図書館や、このプログラムの Student Center、または別施設の Language Lab(日本で言うところの情報の教室…?のようなもの)に多く置かれており、ボイスレコーダーを使った課題やワードを編集しなければならないときはそちらに赴いていました。滞在した寮にも Computer Center がありましたが、ワードのバージョンが古くまたコンピューター自体もそれほど新しくなかったため何度かデータが飛び泣く思いをしました。

## プログラムを振り返って

### ①プログラムの意義、参加を通じて成長したこと、その他留学を通じての所感

三つほど書きたいと思います。

#### ①歳相応の語学力はきちんとつけなければならないこと。

これは留学開始一週間くらいずっと思い続けていたことです。やはり行ったばかりですとなかなか明確に表現出来ないことも多く、歯がゆい思いをしました。逆に自分より年下の(注記しますと、私が参加したプログラムはアメリカの大学・大学院進学を考えている人向けのプログラムでして、年齢層が18~20と23~24に別れていました。今回は前者の割合が高かったかなという印象です)人たちがどこどこ喋っているのを見ると非常に凹みます。

日本という国ですから、自分がどれほどの英語力を持つべきかという意識をつい忘れてしまいがちですが、海外に出て何かしようとお考えの方は常に自分の英語力のポジションに目を配り、日ごろから勉強を重ねることが肝要です。

#### ②といっても英語の勉強だけでは飽きてくるということ。

これは留学開始から一か月くらいで感じました。最初はがむしゃらにやっていたのですが、慣れてくるとふと「なんでこんな受験生のようなことをいまさら?!」と思ってしまったりして、学習に集中できない日も続きました。これはほかの学生とも話したのですが、英語は単なるツールであり、英語を学んだ先の自分の目的をきちんと意識していないとモチベーションはどんどん下がってきます。本当に英語を流暢にしゃべれるようになりたいと考えている方はもちろん別ですが、私は研究(日本での)テーマもいまち曖昧なままでしたので、英語に飽きても自分の研究をすることができない…といったジレンマに陥りました。もう少し自分の研究テーマについて出発前に考えておけば他の人の意見を聞くことや、Upenn の図書館資料を使うこともできたかもしれません。というのが大体の概要ですが、一番心に残っているのは

#### ③今回の語学留学で多くの印象的な人々に出逢えたこと。

あまり「たくさんの大切な仲間ができた！」論で話を終えたくないのは正直なところですが、これは認めざるを得ないことでもあります。私みたいにぼんやりこのプログラムに参加してしまった人ももちろんいましたが(日本人に特に多かった)、基本的には「アメリカの大学で××を学びたいから来た」とか「ビジネスを始めたいから来た」とかそれなりに自分の意志がはっきりしている方が多く(まあそれらの目的もどこまで明確かは別として)、そういう学生と話をすると自分のモチベーションも刺激されました。基礎クラスの担任教師といろいろ話し込んだことも自分の人生にとってプラスに働くのではないかと思います。基本的に人間というのはどこにいても本質は変わりません。出会って二か月くらいの人からの自分への評が、四年来の大学の友人とほぼ一致していたりすることで尚更実感しました。自分の本質が環境によって左右されるわけでないというのは逆に自分の目指しているものに対して自信を持つこともできます。そうやって真剣に私という存在に向き合ってくれる人が多かったことは幸運なことであり、英語力の改善を抜きにすれば一番の価値あるものだと思います。

## ②参加後の予定

語学としては TOEFL を受験し達成度を測る予定です。

進路としては大学院進学を考えています。

## ③今後参加を考えている学生へのメッセージ・アドバイス

上述の通り、英語の学習をよほどしたい方でなければ、語学留学というものはきわめてあまいなものにならざるを得ません。ですから大学生は基本的には語学留学ではなくて自分の研究テーマにそった留学をすべき…と思います。自分がこのサイトを見ていたときはもう語学留学が決まっていたという経験上こういったことはなるべく書くべきではないですね(笑)。せめて自分の研究テーマをしっかりと確認しておきましょう。専門用語も調べて用意しておけば、向こうで major を聞かれた際にその話ができるはずですよ。

なんだかネガティブなことをわりと多めに書いてしまいましたが、海外に滞在して自分でなんとかやっていくことはなかなか出来る経験ではありません。それだけに十二分に価値があることです。私が書いたのはそれにプラスして何を成し遂げるかということで。楽しむのは自分自身ですし、その楽しみを最大化させるのも自分自身です。がんばってください。

## その他

### ①準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト・出版物

国際交流課のサイトを参考にしました。

あとは自分で「留学 いるもの」とかで探してみました。

ビザに関しては大使館ホームページとビザ代理店のサイトを合わせて読みながら、不明点があれば大使館に直接電話していました。

②その他東京大学のホームページ・出版物等に掲載してよい留学中の写真があれば添付してください。