

**留学先国名** : アメリカ

**留学先学校名** : ネブラスカ大学

**留学期間** : 平成 25 年 3 月 8 日～平成 29 年 5 月 1 日

アメリカ合衆国のネブラスカ州に留学し始めて 2 年が経ちました。私が住むカーニーという町はとても小さく、人口も少ないですが私の第 2 の故郷になりつつあります。現地のフレンドリーで優しい人々にはいつも励まされています。2 年前に比べて、授業内容が理解できるようになり、日常会話もスムーズにできるようになってきました。私のことを親友と呼んでくれるアメリカ人の友達も何人かでき、カーニーに馴染んできました。まだホームシックになることも度々ありますが、自分でストレスに対応できるようになり、英語力だけではなく人間としても成長していることを実感しています。アメリカ留学を 2 年終えた今、私がアドバイスしたいことは主に 4 つあります。

1 つ目は課外活動に参加することです。2 年生になると、英語にも環境にも慣れ、物足りなさを感じる時があります。そこで、私は何かクラブや生徒会に入ることをお勧めします。現地の生徒、または他国からの留学生と一緒に何かを成し遂げることはとてもやりがいがあり、終わった後は達成感があります。私は留学生会に入りフレッシュという新入生の手助けをする役職に就きました。新入生が大学や寮にチェックインをするのを手伝ったり、新入生のオリエンテーションに参加し、彼らが理解できるようにオリエンテーション内容を説明したりします。3 月には International Food and Culture Festival という大学で最も大きなイベントを企画し、実行するのを手伝いました。他のメンバーも留学生なので、伝えたいことがうまく伝わらなかったり、勘違いをしまったりしたことがあり、大変だったことも多いですが、終わった後は今まで大変さを忘れるくらいの達成感を感じることができました。最初は勇気がいるかもしれませんが、課外活動は良い経験になると思うので、是非何か新しいことに挑戦してみてください。

もう 1 つは、親友と呼べる友達を 1 人でもいいので作ってください。私は、2 年生になってから落ち込んだり悩んだりすることが増えました。人間関係の悩みや授業のストレスもありましたが、原因がわからず落ち込んだ時もありました。家族や日本にいる友達とは時差 14 時間の距離があり、連絡をとるのも大変です。私の親友は私の英語が片言でもよく話を聞いてくれ、親友ができてからは落ち込むことも少なくなりました。2 年生になってから友達の大切さを実感しました。親友は留学生生活をよりよいものにしてくれると思います。

3 つ目は体調管理を怠らないことです。ネブラスカは夏には 36℃ くらいまで気温が上がり、冬は氷点下 20℃ くらいまで寒くなります。ネブラスカに住み始めて 2 年になりますが、まだ体調を壊すことが多々あります。留学中は課題などで睡眠不足がちになりますが、体調管理をしっかりするようにして下さい。

最後に、留学中は英語や自分の専攻分野だけでなく、色々な分野を勉強し人間としてのスキルを身につけてください。教育は人生を豊かにします。社会人になると、勉強に費やす時間が減ると思うので、大学生の間に、留学している間に学びたいことを学べるだけ学んでください。そして、コミュニケーション力、時間

の管理、体調管理など社会に出てから必要なスキルを身につけてください。

留学中は時間が経つのがあっという間です。1日1日を大切に、いつも与えられたチャンスを大事にし、夢に向かって頑張ってください。