

あめりか

亜米利加研修記

SUSAP2025 Spring



こんにちは♥

プログラム概要

【期間】2025年2月19日～3月17日

【留学先】アメリカ パシフィック大学

【内容】午前はスピーキングとリスニング、午後はライティングとリーディングのクラスに参加します。3週間プログラムで最大限のスキルアップができるよう配慮されています。またボランティア活動を通して地域住民の方と交流し、アメリカの文化や生活様式を知ることができます。現地学生との交流を行う「バディープログラム」も実施されるため、学内のイベントやクラブ活動にも参加でき、英語力向上はもちろん、多くの経験と知識が得られます。

アメリカおよびオレゴン州について
アメリカは北米大陸に位置する世界最大の経済大国です。国土は大西洋に面する東海岸から太平洋に面する西海岸にまで広がり、面積は日本の25倍と広大です。オレゴン州はアメリカの西海岸に位置し、比較的温暖な気候を有しています。また、豊富な書店や飲食店、衣料品店を抱え、全米で最も住みやすい州にも選ばれています。

パシフィック大学について

アメリカ・オレゴン州のフォレストグローブにある私立大学です。1849年に創立され、オレゴン州で最も歴史のある大学の一つとして知られています。リベラルアーツを基盤とした教育を提供し、少人数制の授業を通じて、学生一人ひとり

に対するきめ細やかな指導を行っています。キャンパスは豊かな自然に囲まれており、落ち着いた環境の中で学ぶことができます。

授業

月・水・金は9時30分～11時20分までSpeaking&Listeningの授業で、13時～14時50分までGrammarの授業がありました。火・木は12時30分～15時20分までReading&Writingの授業がありました。Speaking&Listeningの授業では、「アメリカの大統領」と「アメリカの移民」の2つについて学びました。自分で作ったノートの持ち込みが可能なテストが3回、プレゼンテーションの機会が2回ありました。Grammarの授業では、現地の学生にインタビューをする課題があり、積極的に行動する力が求められました。Reading&Writingの授業では、大学周辺のお店を巡る校外学習や、6年後の自分への手紙を書くなど実践的な活動が多く取り入れられていました。授業は、食べ物を食べながら授業を受けられたり、遅刻しても何も言われなかったりなど自由度が高かったです。他大学の日本人留学生を含めた15～17人の少人数で行われ、グループワークが中心とした授業が多く、積極的な授業への参加が求められました。

物 価 に つ い て
物価は日本の約2倍となっています。(例えばコカコーラは約400円、日本だと160円程度)しかし、オレゴン州は州税が存在しないため、アメリカの中では比較的物価が安い州となっています。

食事

朝食は各々がスーパーで購入したり、日本から持ってきたインスタント味噌汁やレトルトご飯を食べたりしました。昼食と夕食は、大学内のカフェテリアで食べたり、バディーと大学周辺にあるタイ料理や日本料理のレストランに行ったりしていました。

シャワールームが5つありましたが、そのうち3つしか使用できず、苦労しました。電子レンジ、冷蔵庫、ドライヤー、延長コード、ハンガー、ケトル、洗剤はあったので、持っていく必要はないと思います。逆に持って行った方がよいと思うのは、使い捨てスリッパ、箸はあった方がよいと思います。

週末の過ごし方

アメリカでは全人口の約3分の2がキリスト教信者であり、週末は教会で祈祷を捧げることが多いです。その後、教会での知り合いと遊んだり、聖書の勉強会を行ったりするなど、日常生活とキリスト教、教会の結びつきが非常に強いと言えます。それ以外では、オレゴンの豊かな自然を楽しむためにスキーやカヌーを楽しむなどして人々は週末を過ごしています。

交通手段

交通手段は主にバスや路面電車を利用しました。どちらもクレジットカードで乗車することができ、1日に2回利用すると、それ以降の乗車には料金がかからず乗り放題のような形式でした。電車に乗っている際に抜き打ちでチェックされることもありました。

寮

佐賀大学生のみで基本2人部屋でした。

【自己紹介】



農学部3年 牟田夏琉

我らが団長。囁きボイスが特徴でナマケモノに似ていると後輩にいじられている。深夜限定で「主」が降臨して、「日々献金」が口癖になってしまった。徹夜組のリーダー。なくてはならない存在である。



教育学部3年 岡下桃子

私たちの姉貴である。頼りがいがあり、みんなが大好きな存在である。貴重な三つ子で生まれた広島の人である。10人の中で最も映えが上手なインスタグラマーでもある。



教育学部2年 野澤元

合気道の少年。野菜が大好きで、チームで1番ご飯を食べる。英語が得意で、Bang Bang Bangをよく踊っている。留学中クレジットカードを2枚持って行った方がよいということを痛感した。



経済学部2年 関根ひなた

巻き髪上手でスタイル抜群。2代目ピンポンクイーン。口癖は「もういやだーもう無理ー」。ちょっとだけ破壊神。美味しいものを食べたときのリアクションがとてもかわいいのでぜひ1度見てほしい。



経済学部2年 時任咲羽

さわちゃんは服装がとにかく「ザ・女の子」で感じでいつでも可愛いです💎💕笑い方のクセが強いのですわちゃんが笑ってるとつられちゃいます笑
卓球サークルの腕前をアメリカでも見せてくれました🏓



2年 医学部 藤本小春

メンバーの中で一番フッカルで、授業後や週末に誘ったらいつも即答でOKしてくれる優しい先輩。20分でパワポを完成させるほど容量がいいのに徹夜組の一員になってくれた。



理工学部2年 平田怜真

このメンバーの中でも特に異文化交流に積極的で、今回の研修の中でも、ランゲージパートナーでないアメリカ人ともたくさん友達になっていました！
怜真さんはひたむきでまっすぐな性格で、好きなことについてもたくさん話してくださるので言語の壁も関係なく仲良くなれていました！この研修後も異文化交流や留学に向けての活動に積極的に参加するようです！これからも頑張ってください！



経済学部 2年 篠原芽衣

エイプリルフールに生まれた天然ちゃん。キャリアケースマトリョーシカ事件の張本人。洗濯機に財布を入れてしまい、クレジットカードを紛失しかけた。人の車にスマホを忘れてしまった。アメリカが楽しすぎて帰りの車で号泣してしまった。



理工学部 1年 久米有佐

私たちの風紀委員長。真面目で素直な性格が魅力の、みんなから愛される可愛い1年生💎ジムに行ったら靴が削れてしまった事件の張本人。りんごを丸かじりするのが大好き。そして唯一のリア充♡



理工学部 1年 嶋岡咲良

チームの最年少。人の家の冷蔵庫を撮るくらい撮影が大好きで、みんなの愛されキャラ♡写真は、未来を見ている画像です。最後のプレゼンでトップバッターになったことにショックを受けていた。「まだ大丈夫」が口癖で、みんなを安心させていた。ハワイの空港で厚底の靴でダッシュしてしまったらずっこけてしまい、買ったばかりのスタバのドリンクを全部ぶちまけてしまった。



「SUSAP 研修を終えて」

教育学部 3 年岡下桃子

私が今回本プログラムに参加した目的は、英語力の向上と異文化理解を深めることでした。特に、日本では学ぶ機会の少ない日常会話やスラング、ネイティブスピーカーの話し方に慣れ、自分の英語コミュニケーション能力を向上させることを目標にしました。また、アメリカの文化や価値観に触れることで、自分の視野を広げることも期待していました。4 週間という短い期間でしたが、毎日が新しい学びと発見の連続で、非常に濃い時間を過ごしました。大学の先生方やバディは、私たち留学生が理解しやすいように、できるだけゆっくり話してくれました。特に、私が会話の内容を理解できていないと感じたときには、別の表現に言い換えてくれたり、話すスピードをさらに落としてくれたりしました。私が言葉を探しているときも、焦らずに待ってくれるなど、相手がコミュニケーションを取ろうとしてくれているのを実感し、人の優しさを感じることができました。一方で、ネイティブスピーカー同士の会話になると、そのスピードの速さに圧倒されました。街中での会話は、私にとってはまるで別の言語のように聞こえるほど速く、スラングや略語も多く使われていたため、聞き取ることができませんでした。授業やバディとの会話ではある程度理解できても、日常的なネイティブの会話になると一気に難易度が上がり、まだまだリスニング力が足りないと感じました。また、自分の考えを英語で伝えることの難しさも強く感

じました。授業やバディとの会話で意見を求められる場面が何度もありましたが、頭の中では伝えたいことが整理できていないのに、それを適切な英語にすることができず、言葉に詰まってしまうことがありました。シンプルな表現でなんとか伝えようとしても、自分の言いたいニュアンスがうまく伝わらないこともあり、そのたびに悔しさを感じました。しかし、こうした経験を通じて、もっと単語やフレーズを学び、即座に自分の考えを表現できるようになりたいという意欲が強まりました。

今回の留学で特に強く実感したのは、「積極性の重要性」です。私は、英語を話さなければならない環境に身を置けば、自然と英語が話せるようになると考えていました。しかし、実際には、ただ待っているだけでは英語を使う機会は生まれず、自ら積極的に話しかけることが必要であると感じました。最初は「この表現で伝わるだろうか?」「間違えたら恥ずかしい」と不安を感じ、なかなか話しかけることができませんでした。しかし、思い切って駅、レストラン、大学の先生や現地の学生に話しかけてみると、皆が親切に対応してくれました。たどたどしい英語でも、一生懸命聞いてくれようとする姿勢を感じることができ、次第に「間違いを恐れずにとにかく話してみよう」と前向きな気持ちへと変わっていきました。何度も実践するうちに、少しずつ自信がつき、最終的には現地で友達を作ることができました。

また、私は教育学部ということもあり、日本とアメリカの授業スタイルの違いにも興味を持ちました。授業はすべて英語

で行われ、ディスカッションやプレゼンテーション、テストなどが頻繁に行われました。特に印象に残ったのは、先生との距離の近さです。日本の大学では講義形式の授業が多く、先生が一方的に話すことが一般的ですが、アメリカの授業では先生が生徒と対話しながら進めるスタイルでした。そのため、質問がしやすく、授業に積極的に参加しやすい雰囲気がありました。さらに、最も驚いたのは、授業中に飲食が自由ということです。日本では考えられない光景でしたが、学生がリラックスして授業を受けられる環境が整っていることに感銘を受けました。また、授業では英語の文法や表現を学ぶだけでなく、ディスカッションを通じてアメリカの文化や社会問題について考える機会も多くありました。こうした授業スタイルは、単に知識を得るだけでなく、自分の意見をしっかり持ち、他者と共有する力を養うのに役立ちました。

今回の留学を通じて、積極性やコミュニケーション能力の重要性を学ぶことができました。留学前は「間違えずに正しく話すこと」を意識しすぎていましたが、実際には「伝えようとする姿勢」が何よりも大切であると実感しました。また、異文化の中で生活することで、異なる価値観を理解し、柔軟に対応する力も養うことができました。今後は、今回の経験を活かし、さらに英語力を向上させるために努力していきたいと考えています。特にリスニング、スピーキングを強化し、ネイティブスピーカーの速い会話にも対応できるようになりたいです。また、将来的には長期留学にも挑戦し、より実践的な環境で英

語を使う機会を増やしていきたいと思います。

この留学を通じて、多くの貴重な経験をすることができました。英語コミュニケーション力の向上はもちろん、異文化に触れ、新しい価値観を学ぶことができたことは、今後の人生において大きな財産になると感じています。正直大学3年生のこの時期にプログラムに参加すべきか迷っていました。しかし、実際に現地に行ってみなければ分からないことを学び、体験することができ心から参加してよかったと感じています。このような機会を与えてくださった大学の先生方、バディ、現地で出会ったすべての人々に心から感謝しています。今後もこの経験を活かし、さらなる成長を目指していきたいと思います。



「アメリカ研修を終えて」

農学部3年牟田夏琉

私は今回の SUSAP でアメリカプログラムに参加しました。大学院入試に向けて英語の資格試験を勉強していく中で、スコアに対して全く英語が話せない自分を変えたいと思ったのが参加の動機です。実際に参加してみて、語学以外の面でもこの1か月は貴重な経験になりました。

留学中はパシフィック大学で英語の講義を受けつつ、放課後や土日はバディーや友達と外出する、充実した1か月でした。パシフィック大学で出会った人は皆、”私達が日本人留学生である”ことを前提に踏まえてくれていたので、やさしい英語で話しかけてくれました。また、こちらの不自然な英語も何度も確認し、理解してくれたので、何とか会話を楽しむことができたと思います。その一方で、ファストフード店での会話は全く聞き取れなかったことがありました。飲食店の注文で聞かれる内容は数パターンしかないと思うのですが、1フレーズも聞き取れずバディーに助けられました。そこで普段周りの人がいかに優しく話してくれているかを実感すると同時に、まだまだ勉強不足だなと感じました。聞き取る能力は日本でも習得できると思うので、引き続き勉強していきます。

また、今回の留学が初めての海外だったこともあり、小さな文化の違いが毎日見つかって面白かったです。私が特にいいなと思った点は政治への意識とコミュニケーションの違いです。アメリカの大学生は普段何気ない会話をしている中で

も、政治に対する考えが伝わってくるのが印象的でした。日本ではそもそも政治の話を、大学生同士がすることはほとんどないと思います。それは政治への意識の低さだけではなく、そもそもその話題自体がタブーな空気があるからだと思います。そこを自由に表現できるのは良いなと思いました。もう1つ良いなと思った点はコミュニケーションの取り方です。人によるとは思いますが、日本と比べてより初対面の人と積極的に話す印象を受けました。私自身が苦手な場面だからこそ、克服したいなと思いました。

一か月の留学で英語力を伸ばすのは難しいですが、英語を話す姿勢は今回の留学で大きく成長できたと実感しています。私の研究室やバイト先には留学生がいるのですが、留学前はほとんど私から話しかけることが緊張してできませんでした。しかし今回の留学で英語を話すハードルが下がり、下手なりに会話を楽しめるようになりました。これからも英語学習を続けたい、そしてもっと話せるようになって再び海外に行きたいと思える一か月でした。



ハンバーガー



あら、いけない



もしやもしや



異文化交流

パシフィック大学の研修を通して

理工学部 2 年 平田怜真

今回、パシフィック大学での研修に参加する貴重な機会をいただいた。研修を通して多くの学びと経験を得ることができたので、その内容を共有したいと思う。

研修に対して予め立てていた目標として、英語でコミュニケーションを取り現地の人と仲良くなる、多種多様な文化に触れることによって自身の価値観を変える、実際に海外に行ってみて日本という国がどのように見られているかかもしれないという 3 つの目標を軸に研修に取り組んだ。

留学前の準備としては、簡単なコミュニケーション用の文章の暗記、海外ドラマを見て耳を慣らす、TOEIC の reading 部分を使って文章に慣れる。大まかにこの三つを基準として勉強していた。個人的には簡単なコミュニケーションの文章を暗記しておくというのが短期留学前において最もやっておくべきことだと思った。Could you, Do you, How was などの中学生、高校生レベルの構文だけでもすぐに言えると現地の人との会話ができていたため、一番留学前にやっておいてよかったことだと思った。

一つ目の目標である英語でコミュニケーションを取り現地の人と仲良くなる、という目標は達成できたのではないと思う。パシフィック大学では Language partner が佐賀大学生一人につき二人ほどついたが、どちらとも仲良くなることができた。現地で日本語を学んでいる学生であったため、日本に興味があり、日本についてよく話した。今回の留学が初めての海外であったため、英語を使うのは

とても緊張した。しかし、自分が理解できなかったら別の言葉で説明してくれたり、自分の言葉が出てくるまで待ってくれたりするなどしてくれたため、英語を使って話すことがとても楽しく感じた。また所属しているクラブ活動にも誘ってもらった。参加した活動はスペイン料理を作る会、international club, アジア人同好会に参加した。どのクラブの人も優しく仲良くなることができた。クラブ活動の人は Language partner とかは関係なく現地の学生であったため、中にはかなりの速度で話しかけてくる人もいた。話題がアニメ、ゲームなどであったらある程度の理解はできて話もすることができたが、自分の分野ではない話をされると途端にわからなくなってしまうため自分の勉強不足を感じた。また英語話者数人对自分一人の場合は会話についていくことが難しかったため、言語の壁というものを痛感した。とは言え、一対一などでは比較的コミュニケーションは取れたため初めての海外ということも鑑みてもうまくやれたのではないかと思った。

二つ目の目標は多種多様な文化に触れることによって自身の価値観を変えたいというものだが日本にいたら考えもしなかった「人種」について考えるよい機会だったと思う。日本にいるほとんどの人は日本人であるが、アメリカは多民族国家であるため多種多様な人種がいて驚いた。家系図などを聞いたら別の国の人の血が混じっているという、日本ではほとんどないであろうことが、当たり前のように起きているため人種関係なく仲良くしているのだなと思った。また日本よりも L

G B Tの発達が進んでいるため自分からゲイである、レズビアンであると公表している人がいた。その流れの中で多種多様な人種に性別と考えると、区分がとて多くなり多様性を尊重しようとするアメリカの動きも納得であるなど感じた。そんななか多様性の廃止もされているため、現地の人はどう思っているのが自分の語彙力が向上したら聞いてみたいと思った。

3つ目の目標である日本がどのように見られているかという点であるが、インターネットなどでよく聞くようにやはり日本は食とアニメ、ゲームの国だと見られていることを改めて実感した。逆に言えばそれ以外の話題はゼロに近かったのではないかと思う。日本のアニメに関しては呪術廻戦、ダンダダン、ゲームに関してはポケモン、カービィ、食に関しては寿司、ラーメン、などがあった。どれも自分にとって話しやすい話題であったが、それ以外のものに興味をもっている外国人というのはほとんどいないのではないかと思った。

3つの目標を掲げてこの研修に臨んだがこれらの目標は達成できたと思う。ただこの研修を通して知りたいことが増え、英語を使って深い会話をしてみたいなど新たな目標もできたため、また海外にいたいと思った。そのためにも引き続き英語の勉強を頑張りたいと思った。



SUSAP アメリカ研修を通して

医学部2年 藤本小春

2025年度の佐賀大学短期海外研修プログラム（SUSAP）アメリカ合衆国オレゴン州での研修に参加しました。この研修プログラムでは、異文化に触れ、国際的な視野を広げる絶好の機会となりました。特に、現地大学での寮生活やボランティア活動、現地の方との交流を通じて、実際のアメリカの生活を直接体験することができました。これにより、異文化に対する理解を深めるとともに、自分自身の成長を実感することができました。

研修の成果

1. 語学力の向上

研修を通じて、英語のリスニングとスピーキング能力が大幅に向上しました。特に、日常会話やプレゼンテーションのスキルが向上したと感じています。現地の大学での授業や Language Partner や Pacific 大学の学生との日常会話を通じて、実践的な英語力を身につけることができました。語学研修では、現地の大学での授業に加え、日常生活の中で英語を使う機会が多くありました。例えば、買い物に行ったお店での会話や、現地の学生とのメッセージでの会話や対面での会話を通じて、実践的な英語力を身につけることができました。平日にはすべて英語での授業が行われました。日本での授業と比較してアクティブラーニングが非常に多いと感じました。授業中には先生から積極的な発言や質問をもとめられることが多

かったので、すぐに答えられるように集中して先生の話に耳を傾けるようになり、リスニング能力を向上できたと感じています。また、先生に質問する際にどのように言うか自然と考えたり、投げかけられる質問に答えたりすることでスピーキング能力も向上できたと思います。先生は私たちの語学能力について褒めてくださることが多く、この褒め言葉が自信をもって話してみる勇氣を持つことに繋がったと感じています。



2. 異文化理解の深化

この研修を通してアメリカの文化や生活習慣についての理解が深まりました。パシフィック大学での寮生活を通じて、現地の学生生活を体験し、UCでの食事や日常生活を通じて、異文化に対する理解を深めました。また、現地の大学生との交流を通じて、異なる視点や価値観を学びました。毎週日曜日には教会に行き、礼拝をした後、皆で遊ぶ習慣があり、信者ではない私のことも暖かく迎え入れて下さ

り、たくさんの優しい人たち交流することができました。異文化理解の深化は、私の視野を広げるだけでなく、柔軟な思考や適応力を養うことにもつながりました。例えば、文化の違いによるコミュニケーションの難しさを経験し、それを克服するための工夫や努力を通じて、自己成長を実感することができました。



3. 人間的成長



研修を通じて

て、自己管理能力やコミュニケーション能力が向上しました。研修期間中に自分自身の時間管理や課題の遂行能力を高めることができました。また、異なるバックグラウンドを持つ人々との交流を通じて、柔軟な思考や協調性が養われました。特に、グループワークやディスカッションを通じて、チームワークの重要性を学びました。人間的成長の一例として、パシフィック大学の学生や現地で知り合ったご家族との交流を通じて、自分の意見をしっかりと伝えることの重要性を学びました。



「アメリカ留学を通して」

経済学部経営学科2年 時任咲羽

私は今回この留学を通して、日本ではできない貴重な体験をし、自分の価値観が大きく変わったと感じている。私が、このプログラムに参加しようと思ったきっかけは元々海外に興味があり、大学入学時から留学することが夢であったからだ。その中でもアメリカは、多様性を受け入れる社会であり、異なる文化や価値観を尊重しながら共存する環境の中で学びたいと考えた。今回このプログラムを通して感じたことを、授業、授業以外の交流、そして生活面の3つに分けて話していこうと思う。

まず授業で最も感じたことは、日本の授業と比較して「参加型」であることだ。授業は、他大学の日本人留学生含め15人ほどの少人数で行われた。プレゼンテーションやグループワーク、校外学習などアクティブ・ラーニングが主流だと感じた。課題も日本と比べると多かった。インタビューの課題もあり、積極的に英語を話すことが求められると感じた。私はこの留学で主に、スピーキングとリスニング力を伸ばすことを目標としていた。そのため、このプログラムにあった「バディープログラム」で、積極的にバディーと交流することを心掛けていた。私のバディーは2人とも日本語の授業を取っていたため、日本語を交えながら会話を行った。バディーとは学食を一緒に食べたり、バディーの寮に行って卓球をしたりして仲良くなることができた。休日には、車で映

画館に連れて行ってくれたり、バディーの実家に遊びに行ったりした。バディーと交流する中で1番カルチャーショックを受けたのは、恋愛面である。告白の文化がないことや、Dating 期間があることを初めて知ることができた。他にもバディーに限らずではあるが、傘をささない人や、服装も自分らしさ重視の人が多く印象を受け、文化の違いを感じた。



【授業の様子】



【バディーたちとの交流】

次に授業以外の交流である。放課後には、レーザータグというゲームをしたり、Pie Night というイベントで、地域の人の家を訪問したりした。また、休日には教会でキリスト教の教えを学んだり、オレゴン州に住んでいる日本人の方と交流した

りした。この交流で、異文化コミュニケーションの大切さを実感した。さらに、多様な宗教や文化に対する尊重と理解を深めることができた。



【教会での交流】

最後に生活面である。特に「フレンドリーな人々」と「食文化の違い」が印象的だった。アメリカの人とはとてもフレンドリーで、街を歩いていたら知らない人に服装を褒められたり、店員さんから「どこから来たの？」と質問されたりして、人との距離が近いと感じた。食文化の違いについては、アメリカの食事は、日本と比べて量が多く、味付けが濃いと感じた。学食は、ビュッフェ形式であったため、自分の好きなものを好きなだけ食べることができたが、ファストフードや甘いお菓子が多かった。また、チップ文化はもちろん、レストランでは店員さんを呼ぶ際に手を挙げず、目を合わせて注文することが大切だと学んだ。

今回の1か月という期間は本当に一瞬であり、私にとってとても充実した経験になった。課題や発表、テストは大変だと感じることも多かったが、先生やバディー、他の日本人留学生など皆が優しくサポートしてくれたおかげで、最後には帰

りたくないという気持ちが強くなった。また、時間が経つにつれて、英語のリスニングがよりスムーズになり、間違いを恐れず、積極的にコミュニケーションを取る力が伸びたと感じる。さらに、未知の環境に身を置くことで、自分の可能性を広げることができたと感じた。この留学で、英語学習のモチベーションも向上し、今後さらに英語を学び続けるきっかけとなった。1か月という短期間ではあったが、自分の内向的な性格も少し変わり、新たな視点を得ることができたので、本当にこのアメリカ留学に参加して良かったと感じている。



「アメリカでの生活」

経済学部 経営学科 2年 篠原芽生
今回私はアメリカのパシフィック大学に4週間短期留学をしました。パシフィック大学があるオレゴン州は西海岸にあり、自然が豊かで生活しやすく州税がないため安心して買い物ができる場所でした。現地での生活は毎日違うことが起きるため一日一日が濃く、長いようで短い4週間だったと感じています。また、寮での共同生活も私にとって初めての経験で貴重な経験となりました。

大学に到着後、たくさんのパシフィック大学の学生が私たちを出迎えてくれました。授業はフィールドワークが多い印象でした。最初のライティングの授業では飲食店が十字路型に集まっている通りに出向き、お店の名前を使って受動態の文章を作りました。日本での英語の授業は座学が多いですが、アメリカは先生の話聞くだけでなく身体を動かしたり話し合いをしたりする参加型の授業が多かったです。また、手を挙げて発言するのではなく自由に発言するスタイルで日本の授業スタイルとは異なる部分がたくさんありました。

私が一番現地で驚いたことは人のやさしさです。出国前にはアメリカは「個人主義」というイメージがあり、日本の方が助け合い文化は強いと思っていました。しかし、実際には全くそんなことはなく、むしろ無性の優しさを感じる機会は日本よりも多いと感じました。バスの中で車いすの人がいたら運転手さんを筆頭に皆で助け合ったり通るまでドアを押さえて待ってくれたりしました。また、授業の課題

でアメリカ人にインタビューする機会が何度かあり突然のインタビューにも快く受け入れてくれました。

バディーとは毎週朝食を食べたりカフェに行ったり、実家に招かれたりしました。私たちの留学プログラムが4週間しかない知り積極的に会う時間を作ってくれました。私のバディーは日本語の敬語が難しいと言っていました。日本語を英語で説明することは難しかったですがバディーの日本語の課題を手伝いました。また、休日に私の同部屋の子とバディーとそのボーイフレンドで滝を見に行きました。“Multnomah Falls”という有名な観光スポットです。壮大で心が浄化され充実した休日を過ごせました。

注文の仕方や物価の高さ、ご飯の味の濃さ、シャワーやトイレなど日本との生活のスタイル違いが多くて驚きましたが、日本の当たり前が世界の当たり前でないことに気づき良い経験となりました。

1 バディーと朝食にカフェへ

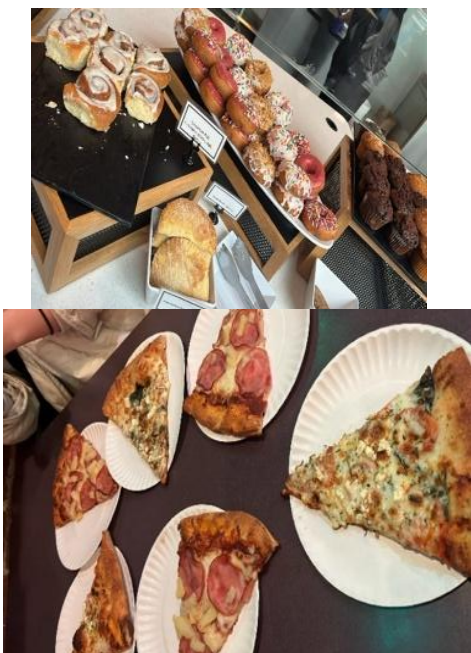




「研修を振り返って」

経済学部 2 年 関根ひなた

今回のアメリカ留学への参加は、異文化の中での学びや人との出会いを通じて、自分の視野を広げ、価値観に大きな変化をもたらす貴重な経験になりました。この研修への参加を決めたのは、これまでの大学生活を振り返ったとき、何か新しいことに挑戦して、自分を成長させる機会が必要だと感じたからです。実際に留学を経験して、自分自身の成長を実感するとともに、今後の大学生活やキャリアに大きく役立つと感じています。



小学校から現在の大学に至るまで英語を学んできましたが、現地で通用するのはその中のほんの一部の知識だけだと痛感しました。授業では、先生が私たちに理解できるように分かりやすい表現を使い、大事な部分を強調しながら進めてくださったおかげで、特に苦労することはあり

ませんでした。しかし、街に出ると、飲食店での店員さんとのやり取りや、パッケージ裏の商品の説明、大学内で見知らぬ学生にインタビューする際に、言葉の壁を強く感じました。それでも楽しく過ごせたのは現地の人たちのフレンドリーさや、一緒に留学に参加した 9 人の支えがあったおかげだと思います。

アメリカ人の、言葉の壁があっても積極的にコミュニケーションを取ろうとする姿がとても印象的で、それが単なる情報の交換だけでなく、相手との繋がりを深めるための大切なプロセスだと学びました。その姿は私を間違いに恐れず何とか伝えようという気持ちにさせてくれました。

大学生活について、パシフィック大学の学生はとても親しみやすく、学食にいとバディだけでなく、たくさんの方が話しかけてくれました。授業で出された課題を手伝ってくれることもあり、自然と交流が生まれました。私はバディと、お互いの趣味や大学の専攻について話すことがあり、異なる文化や考え方について知る良い機会になりました。また今回の研修で、スポーツやゲームは現地の人と仲を深める重要な要素になっていたように思います。卓球やボウリング、UNO、皆少し遠出して行ったレーザーゲームが人気で、チームを組んで協力したり、対戦して競い合ったりして、自然と仲が深まりました。

この約 1 か月という短い時間の中で、多くの人と出会い、日本では絶対にできない貴重な経験をすることができました。初めての海外で、新しい環境や人間関係

に不安もありましたが、勇気を出して飛び込んだことで、自分の世界が大きく広がったと感じています。

異なる文化の中で過ごすうちに、「当たり前」は人それぞれであり、自分が常識だと思っていたことも、視点を変えれば全く違って見えることに気づきました。そのことを実感するには、やはり自分の知っている世界の外に出ることが大切なんだと思います。最初は、言葉がうまく通じないもどかしさや、新しい環境に馴染めるかという不安ばかりが大きかったですが、その中で助けてくれる人がいたり、自分なりに工夫してコミュニケーションを取ったりするうちに、少しずつ「なんとかなる」と思えるようになりました。完璧に伝わらなくても、言葉以外の方法で伝えようとすれば、意外と通じることもありました。そうした小さな成功体験の積み重ねが、不安に向き合いながらも乗り越えていける自信に繋がったと思います。

この経験を通じて、精神的にも一回り強くなれたと実感しています。ここで築いた繋がりを大切にしながら、これからも新しいことに挑戦していきたいです。



「アメリカ」を経験して

教育学部 2 年 野澤元

アメリカ SUSAP 研修の目的は英語力の総合的な向上が目的だが、私はこの 4 週間を通してそれ以上に「アメリカ」という国の文化や習慣、風俗の違いを体験できたという点で良い経験になったと考えている。

この研修の概要として、スピーキングとリスニング、グラマー、リーディングとライティングの 3 つの授業で 5 つの英語力養成を図った。例えばスピーキング・リスニングの授業では英語でアメリカの移民に関するプレゼンを行ったり、リーディング・ライティングの授業では校内新聞を読み、その内容を記述したりした。私にとって全ての内容を英語で進行する授業は初めてであったため、最初は面食らう部分もあったが、講師の方がゆっくりと話してくださったこともあり、なんとか話を追うことができた。その時点で私は「あっ、英語なんとかなるんじゃないか？」と思ってしまった。講師の方が本当にゆっくり話してくれたことに気づくのに時間は掛からなかった。

一歩キャンパスの外に出ると英語が通じない、聞き取れない、どうしようもないの 3 点セットだった。

他にも現地のパートナーと会話をした際に飲酒喫煙年齢の話になった際にもとんでもない間違いを犯した。アメリカでの飲酒喫煙年齢は全州で 21 歳であり、さらに私が留学したオレゴン州ではマリファナも 21 歳から合法で摂取できる。そのような内容を会話していた際に、マリファナのことを“weed”とパートナーは呼んで

いた。当時は weed という単語自体を知らなかったため、急いで Google 翻訳にかけた。そうすると weed = 「雑草」と出てきたのだ。てっきり私は weed をセリ、ナズナのような食べられる雑草のことだと勘違いしてしまい、「ああ、日本でも食べられるし、俺も食べたことあるよ!」と答えてしまったのだ。今思えばとんでもないイリーガル野郎だ。

言語に関してかなり面食らった部分が多かったが、良くも悪くも文化的な側面でも驚いたことがたくさんあった。最初に、「サマータイム」制度に関してだ。サマータイムは、日中の時間を長く使うための制度だ。ある期日を過ぎると週全体の時間が 1 時間早くなる。留学中にそのサマータイムに切り替わる日があったのだが、運悪くその日に限って私は夜遅くまで寝られずにいたのだ。そして AM 1 : 5 9 から次の時間に切り替わる瞬間にスマホを見ると、なんと AM 3 : 0 0 と表示されているではないか。寝ている間に切り替われば何も感じなかったであろうが、よりもよってその瞬間に立ち会ってしまうとやりきれない気持ちになった。睡眠時間を削られた私怨だけだ。それにしてもこの制度は夜型人間の生活習慣を完全に無視しているのではないかとも思ってしまう。(これも私怨)

次に挨拶、助け合いの文化だ。アメリカでは見知らぬ人にも気軽に挨拶するし、友達とは声だけでなく、握手や肩を叩いて挨拶する。人見知りの私からするとこれも若干しんどいと感じたが、パートナーが私に“What’s up , bro?”と挨拶してくれた際にはものすごく嬉しかった。他にも

バスの運転手に”Have a good trip!”と言われたり、逆に乗客が運転手に”Thank you”と自然に言ったりする姿にはとても心温まるものがあった。他にも車椅子を利用される方やカートを押す方が乗車される際には乗客が積極的に乗るのを手伝う姿がごく当たり前にあった。さらに目的地までの道を丁寧に教えてくれたり、こちらの拙い英語にも誠実に耳を傾けてくれたりするなどの他者を思いやる姿がそこには当たり前にあった。

決して日本人が冷たく、そのような行動が取れないとは思わない。しかし、私はアメリカで見たそのような行動をより気軽に行えるようになりたいと私自身に対しては思った。

最後に、この研修を通して私はより「アメリカ」という国に対する興味が湧いた。そしてアメリカだけではなく、まだ行ったことのない国々にも同じような発見と驚きがあるのだろうと考えると、私はワクワクが止まらない。今後はどこで生き、どのように生きるかはまだ見当もつかないが、誰かに道案内できるように、無意識のうちに犯罪を喋らないようにするために

英語に限らず、言語力を磨いていきたい。



左からパートナーの Eli、私、講師の Scott



←友人 Mateo との熱過ぎる抱擁

→ボウリングのスコアが 17 で落ち込む私



This is Portland!!!



「アメリカ留学を通して」

理工学部 理工学科 一年

嶋岡咲良

私が今回 SUSAP 2025 Spring アメリカ・パシフィック大学プログラムに参加しようと思った理由は多民族国家であるアメリカで異文化に触れ、新たな価値観を手に入れることと、英語でコミュニケーションを取ることでの語学力の向上です。また、以前オーストラリアへ行った際には 10 日間しか滞在できず、より長期で滞在したいと思い、27 日間のパシフィック大学プログラムに参加しました。

平日のうち月水金は Speaking・Listening, Grammer の授業を受けました。Speaking・Listening の授業では一人ずつプレゼンをする機会がありアメリカの大統領や移民について発表しました。英語でスライドを作ったり発表したりすることはとても緊張しました。しかし、このプレゼンのおかげでアメリカについて自分で調べる機会を持ち、より理解を深めることができました。Grammer の授業では事前にやってきた課題をもとに質問したり、新たに習った文法を使って例文を作ったりしました。また、作った質問を実際に LP や現地の学生にインタビューするという課題が出されたときはとても驚きました。平日のうち火木は Reading・Writing のクラスがありました。それぞれある質問やトピックに対して自分の考えを書いて発表しました。先生が一人ひとりにコメントをしてくださるので安心して発表することができました。最後にはいくつかのグループに分かれてそれぞれこの留学で思い出に残っていることや印象に残っていることなどを一枚の大きな紙にま

とめました。グループそれぞれに特徴がありとても面白かったです。

また、衣類を仕分けるボランティアや町のごみ拾いのボランティア "Walk & Clean" にも参加させていただきました。ごみ拾いの時は雨でしたが、オレゴン州に住んでいる人は雨の時でも傘をささないらしく、傘をささずにごみ拾いをしている様子に文化の違いを感じました。他にも日本人留学生が来た時には毎回声をかけていただいているという教会も見学させていただきました。私は日本でも教会は行ったことがなく教会は静そうというイメージでした。しかし、実際の日本語で行われている礼拝に参加させていただくと、最初にバンドのような音楽から始まり、とても賑やかな雰囲気で驚きました。終盤にも何曲か歌っていただきましたが参加していた人達も一緒に歌っており、とても賑やかでカジュアルな礼拝にとっても驚きました。私はキリスト教についてほとんど何も知識をもっていなかったですが、礼拝の後の交流会でキリスト教の教えについて教えてもらったりして自分の知らない知識や考えを得ることで異文化を体験できました。

休日や放課後には大学近くのカフェやショップによったり、週末にバスや電車を使って少し遠出したりすることもできました。最初は乗り方の分からないバスや電車を利用するのも怖かったですが、週末にはバスや電車でポートランドやシアトルに行くことができました。放課後や授業のない日の午前中には友人と友人のバディーが声をかけてくれることもあり、一緒に寮で卓球やジェンガ、テレビゲームをしたり、近くのコ

コンビニやベーカリーに行ったりしました。最初は英語で会話するのも緊張していましたが、知らない人がフレンドリーに話しかけてくれたり、日本語が上手な外国人が声をかけてくれたりしてくれることで次第に外国人と英語で会話するのにも緊張しなくなりました。また、日本人だとわかると少し日本語を披露してくれる人などいて、知らない人とフレンドリーに話す文化をとて面白いものだと思います。

日本ではできない経験や、たくさんの異文化に触れることができ、より一層まだ行ったことのない国にも行って現地の人たちと交流したい、異文化を体験したいと思いました。そのためにもこれから、日本でもっと英語の学習に力を入れ、自分の英語力を磨いてまた海外留学に挑戦してみたいと思いました。



大学近くのドーナツ屋さん



教会での礼拝の様子



Walk & Clean の様子

研修に参加して学んだこと
理工学部理工学科1年 久米有佐

私はSUSAP アメリカ・パシフィック大学のプログラムに参加しました。以前から、英語力を向上させたいと思い英語圏への留学を考えており、そんな中このプログラムの募集があることを知り、参加することにしました。

私はこの研修を通して、たくさんの経験をし、成長することができたと思います。一つ目は、英語に関して自信がついたということです。私は高校生のときから英語への苦手意識が拭えず、この先の社会は英語力が不可欠だろうに私は大丈夫だろうかと不安に思っていました。今回の研修に出発する前もアメリカの人たちとしっかりとコミュニケーションがとれるのか心配でした。そして、いざ出発しハワイの空港に着いたときは、全て英語の案内表示で、職員の方に質問しても、手間取ってしまい、うまくいかないことばかりでした。このような滑り出しで不安なままアメリカでの生活が始まりました。しかし、英語で授業を受けていくうちにだんだんと耳が英語に慣れていきました。ランゲージパートナーとも対面し、なんとか質問をしたり自分のことを伝えようとしていたりしているうちに、自信がついてきました。もちろん、アメリカの方も、私が日本人であることを察し、ゆっくりと話してくれているからできたことではありますが、それでも、今まで学んできた英語が実際に生かされた実感が沸き、英語でコミュニケーションを取ることはこんなに楽しいのかということがわかりました。そのため、今後も英語学習を続ける大

きな意欲につながっています。

二つ目は、自分の意見を持ち、それを相手に伝えることの重要性に気づいたことです。これはアメリカと日本の文化の違いにより得た学びです。日本では衝突を避けるために自分の意見を言わず、お互いの顔色をうかがい合う風潮があると思います。しかしアメリカでは、政治など、日本ではタブー視されるようなことに関してもオープンに議論し合います。アメリカの生徒からトランプ大統領についてどう思うかをたびたび聞き、またある生徒は、私たちがアメリカの歴代大統領について発表したことを知ると、それぞれの大統領のここが気に食わないといった話をしていました。この文化は、アメリカが多民族国家であるためお互いが違って当たり前だとわかっているからこそあるものだと思います。同調圧力の強い日本がアメリカのようになるのはとても難しいと思いますが、私はアメリカのそのような文化に触れ、自分の意見をはっきりと伝えたほうがずっと生産的だと思いました。お互いの考えを何も話さずに汲み取るのはできないので、気持ちを察することも大事だと思いますが、かえって衝突につながりかねないので、はっきりと意思表示をするべきだと感じました。

この研修を通して、言語や文化など、多くの学びを得ることができました。また参加したい異文化交流プログラムに参加する機会に恵まれたら、ぜひ参加して、英語学習を今後も続けたいです。



私とランゲージパートナーのジャスミン

