



米国大使館

アメリカの素顔を映すマガジン

Fall 2010

# American View

## アメリカン・ビュー

# 留学特集号



エッセー「自分探しの旅」

### Study Abroad - University



アメリカ留学経験者に聞く  
～大学・大学院編～

### Study Abroad - High School



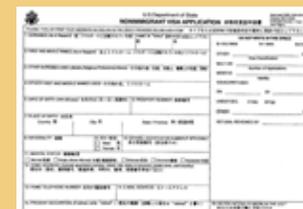
アメリカ留学経験者に聞く  
～高校編～

### Study Abroad in Japan



エッセー  
アメリカ人の日本留学

### Visa and Other Information



ビザその他の情報



## From the Editor

日米安全保障条約への署名 50 周年を迎えた今年、私たちは強固な同盟関係だけでなく、社会・文化面での日米両国民の深い結びつきにも注目しています。このような強い結びつきの一例として、互いに学びあうのに役立つ交換留学の長い歴史があります。本号では、留学経験者からさまざまな体験談や感想を伺い、読者の皆さんにご紹介します。

「自分探しの旅」と題するエッセーで、大出歩美さんは、日本の高校時代からカリフォルニアのコミュニティーカレッジを経て、ついには米国の名門大学を卒業するまでの道のりを振り返ります。そして、自分の考え、感じた不安、直面した課題、そして猛勉強した様子をつづることで、米国留学を考える学生の皆さんが感じるであろうさまざまな懸念に答えています。

留学準備は時に手ごわいと感じられるかもしれません。私たちは、こうした心配を少しでも払拭してもらいたいと考え、大使館のウェブサイトで米国の大学・大学院への留学経験者への質問を募集しました。そして読者の皆さんからの興味深く、実践的な質問をもとに留学経験者にインタビューし、大学やプログラムの選び方から、友達のつくり方、ホームシックへの対処法まで、留学のさまざまな側面について貴重なご意見をいただきました。

世界を見てみたいと希望する若者の中には、大学よりも早い時期に留学する人もいます。高校時代に米国

に留学した日本人の皆さんも、読者からの質問に答えてくれました。インタビューした3人はそれぞれ、自分の留学経験についてほかでは聞けない貴重な話をしてくれました。

米国からも、多くの学生が留学プログラムで日本にやってきて、貴重な国際経験を積んでいます。ジョージ・ワシントン大学で国際関係の修士課程を修了し、この夏、在日米国大使館でインターンとして働いたクリスティン・ホーは、日本への留学経験をエッセーにしました。京都という文化の中心で1年間勉強したことだけでなく、大使館でのインターンシップという学業以外の海外経験についても語っています。

最後に「ビザその他の情報」というセクションも設けました。米国留学の検討・計画作りに役立ててください。

本号が、読者の皆さんに留学に関する実用的なアドバイスを提供するだけでなく、個人的な友好関係と相互理解の育成が日米関係の強化につながることを知る機会となるよう願っています。

フィリップ・ホフマン  
広報・文化交流担当公使

## American View

—2010年秋号—

編集・発行  
在日米国大使館広報・文化交流部  
〒107-8420 東京都港区赤坂 1-10-5

本誌掲載の記事に述べられている意見は、必ずしも米国政府の見解を表すものではありません。本誌に掲載されている記事、写真、イラストを非営利目的で複製することはできますが、著作権上の制限が明示されている場合には、表示された著作権者の許可を得てください。

本誌に対するご意見・ご感想は、*American View* のメインページ (<http://japan.usembassy.gov/american-view.html>) のフォームで送信してください。

Study Abroad Essay

自分探しの旅

大出歩美

「自分のやりたいことを見つけてきなさい」。私が渡米するとき、両親からもらった言葉だ。

2009年春、私はニューヨークにあるコロンビア大学バーナード・カレッジを卒業した。留学生活を通し自分は何をして何を得たのか。4年間を振り返れば、私は始めから最後まで「自分探し」をしていた。



大出歩美（写真左）

コロンビア大学バーナード校を2009年に経済学専攻で卒業。コロンビア大学在学中にニューヨークの地元日系新聞社と共同通信社ニューヨーク支局でインターンを経験。小学校から高校まで日本の公立学校に通い、語学学校に3カ月間、米国西海岸の短期大学に2年間、コロンビア大学に2年間在籍し、ニューヨーク大学で夏学期を受講するなど、さまざまな機関で教育を受ける中で、日本の教育の問題点に気づき、教育分野で活動していくことを決意。グローバルに活躍できる人材をより多く輩出するために、現在は日本の人材育成支援企業で勤務している。

自分探しの旅は、思えば高校生のときから始まっていた。

コミュニティカレッジに入学するまで

小学校から高校まで、地元の公立学校に通った。それが私にとって「当然」の進路選択だった。高校2年の終わりになって大学進学を考えたときも、当時の私にとっては国内大学進学が当然の選択だった。

アメリカ大学進学を考え始めたのは高校3年生の初めだった。通っていた都立高校では、私が高校2年生のときに国際交流という行事が始まっていた。そのとき、少なからず自分の現状に閉塞（へいそく）感を持っていた私は、海外に興味を持ち始めていた。英語が得意なわけでもなく、その時点では海外に行ったこともなかった。ただ、将来を考えたとき、漠然と「このままでは嫌」と感じていた。

そんなとき、保護者会から帰って来た母が「国際交流」と書かれたプリントを私に見せた。アメリカから高校生を十数人受け入れることになり、その受け入れ先を募集するというお知らせだった。ホストファミリーをした生徒は、翌年の春休みにアメリカでホームステイできるという。「ホストファミリー、してみない？」そう言い出したのは母だった。日本以外の国に行きたいと思っていた私の返事は、もちろん「YES」だった。

私の家にやってきたのはワシントン州シアトル郊外で生まれ育った、金髪白人のアメリカ人の女の子ベッキーだった。たった10日間のホストファミリーだったが、私の家では大イベント。英語が話せず慌てるのが度々。私にとっても、家族にとっても、

初めての異文化交流だった。

ベッキーを受け入れた翌年、今度は私がベッキーの家にホームステイすることになった。山の中に家があると聞いていたが、実際行ってみて驚いた。本当に山の中に家があったのだ。10日間、ベッキーの車で現地の高校に通った。学校は1階建てで、すぐ後ろに山が見え、生徒はほとんどが白人。私が生まれ育った東京とは全く別の世界が目の前に広がっていた。英語は話せなかったが、日本で閉塞感を持っていた私は、そのとき「やっぱり世界は広いんだ。もっと違う世界を見てみたい」と強く思った。そして日本に戻ったとき、「アメリカの大学に通う」という、両親が全く予想していなかった進路を選択した。

英語力があまりない私がアメリカの大学に通えるのか？両親が最初に持った疑問だった。インターネットで調べたり、留学塾の説明会に行き知ったのは、コミュニティカレッジ（以下コミカレ）という選択肢。2年制大学で、英語を母国語としない学生への英語教育（ESL）が充実しており、英語力が低い学生も通うことができる。さらにコミカレで好成績を収めれば、難関4年制大学へ編入することもわかった。特にカリフォルニアのコミカレから、カリフォルニア大学バークレー校、同ロサンゼルス校（UCLA）への編入が盛んだったことから、カリフォルニアのコミカレを選択した。同州の大都市といえばロサンゼルスとサンフランシスコだ。この2都市にはアメリカでのホームステイ後に旅行したことがあり、サンフランシスコの雰囲気が好きだったため、コミカレはサンフランシスコ周辺で決めることにした。学校選びの主な情報はインターネットや書籍から手に入れ、最終的に決めるときは母と実際にいくつかの学校を下見した。

自分自身、アメリカの学校を下見することは考えていなかったが、父が「自分が通う大学は実際に見て決めた方が良い」と勧めてくれた。進学先候補のコミカレを4～5校に絞り、母とサンフランシスコへ発ったのは高校3年の冬だった。現地では観光ガイドに車で各校を案内してもらった。

学校の下見を勧めてくれた父には感謝している。下見して本当に良かったと思っているからだ。インターネットや本ではわからない学校や学生の雰囲気がよくわかったし、初めての海外生活を1人で送る上で、現地に行く前に現地の雰囲気、生活のしやすさ、治安等の情報を生で入手できた。最終的に、学校の雰囲気が良く、生活しやすそうな町にあるコミカレを選択した。

初めての海外生活を直前に控え、私は、海外大学への進学は自分の人生のターニングポイントと自覚しながらも、期待や不安を感じていた。何が起るのか全くわからず、4年後の自分はどこにいて何をしているのか、想像できなかった。それでも不思議と、自分の選択が絶対正しいと確信していた。それは、現状から抜け出すためではなく、将来性がある進路選択をしたからだと思う。アメリカの難関大学卒業後のことはあまり考えていなかったが、将来には、今自分に見えていない幅広い選択肢がある、と漠然と感じていたのかもしれない。その将来の自分のために4年間は頑張ると決めていたし、すべてのエネルギーを注いで良い大学へ編入する、と渡米前から固く決意していた。渡米直前、両親から言われた「自分のやりたいことを見つけてきなさい」という言葉。これが私の4年間の留學生活の目的となった。2005年5月21日、私は家族と友人に見送られ、その目的にたどり着くため、自分探しの旅に出た。

### コミュニティカレッジでの生活

コミカレでの2年間は「編入」の2文字しか頭になかった。入学前の3カ月間はサンフランシスコ近郊の語学学校に通っていたが、そのときもコミカレで良い成績が取れるかどうかを心配していた。コミカレに入学してからも、オールAを取らないといけないと自分自身に言い聞かせて、毎日勉強していた。友人に「それ以上勉強しない方が良い。勉強のし過ぎだよ」と言われたこともあるぐらい、どこに行っても勉強して、ほとんど遊んでいなかった。

成績のことを意識していたのは、2年後の編入を考えていたからだ。バークリーやUCLAへ編入するためには、オールAに近い成績を取らないと合格できない、とわかっていて。その上、私は両親と4年間で大学を卒業すると約束していたため、編入に必要な最低単位を2年間で取る必要があった。

そんな中、最初の学期は始まる前から悩んでいた。理由は、バークリーまたはUCLAへの編入には、編入可能単位を2年間で60単位取る必要があったのだが、最初の学期は英語力がそこまでないため1単位しか取得できなかったからだ。学校は1年2学期制で、学生は通常、1学期平均15単位取る。2年過ですと60単位取得できる計算だ。最初の学期で1単位しか編入可能単位を取得できなかったため、2年後の編入のためには次の学期から多数の単位を取らなければならなかった。その上、最初の学期はESLのクラスも難しく苦勞した。早速、編入に不安を覚えた。

編入のためには、最低単位数のほかに一般教養クラスを幅広く履修する必要がある。カリフォルニアのコミカレ各校では、編入志望者用に、受講すべき

分野やクラスについての案内書を用意している。私は編入後に経済学を専攻すると決めていたため、コミカレでは一般教養を全般的に履修しながら、経済学の基礎クラスを受講していた。最初の学期で1単位しか編入可能単位を取れなかった私は、次の学期から17単位、18単位、19単位を取得。夏学期は平均6単位のところ8単位履修して、無事2年間で必要な編入可能単位をすべて取得した。



カリフォルニア州のコミュニティカレッジのダンスクラス（写真提供 大出歩美）

留學するとき両親と約束していたのは、大学を4年間で卒業することのほか、お金と安全面を考えて車を買わない、ということだった。そのため、カレッジの下見のときには車なしで生活できる地域かどうかをチェックした。私が住んだベイエリアはバスが頻繁に走っていて、車がなくても移動可能だ。学校まではバスを2本乗り継いで通った。それでもバスを20～30分待つことはよくあり、近くのスーパーに買い物に行くと2時間ぐらい簡単にたってしまう。交通面以上に苦勞したのは、水が合わなかったことである。新しい家に引っ越したとき、3日たっ

たところで、肌がいきなり赤く炎症を起こした。何が起こったのかわからず、化粧水が肌に合わないのかと思い現地の日本の病院に行ったが、原因がわからなかった。インターネットで調べたら、水が原因の可能性があることがわかった。ミネラルウォーターを使用し始めたら、翌日には炎症が引いた。その日からベイエリアを引っ越すまでの1年数カ月、洗顔するときはミネラルウォーターを使用した。そのため、毎週バス通学の途中でスーパーに寄り、重いペットボトルを購入した。

生活面では学校での勉強と同じくらい苦労した。家族と18年間、東京で引っ越しもせず暮らしていた私は、生活する大変さをわかっていなかったのだ。その中でも特に大変だったのが、家探し。語学学校時代は寮に住んでいて、コミカレでは学校が紹介してくれた業者からあっせんされたホームステイ先に住んでいた。だが、住み始めて半年後、急にホストファミリーが引っ越すと言いだした。引っ越しの日まで残り1カ月。初めての家探しが始まった。1人で住むにはお金の面で無理があったので、ルームシェアを検討。語学学校時代にイタリア人とのルームシェアで苦労することがあったので、なるべく日本人またはアジア人が良いと思っていた。友達同士でシェアをして大げんかした話を聞いたこともあったため、知り合いの知り合いで誰かいないか探したが、なかなかタイミングよく見つからなかった。最終的には、現地の日本人コミュニティサイトの掲示板で、年上の日本人女性のルームメイトを見つけた。しかし、彼女は車を持っており私はバス通学のため、どの地域に住むかで意見が合わず、結局ホストファミリーが引っ越す日になっても家が見つからなかった。友達の家に住んでさらに1カ月間部屋を探し、無事アパートを見つけることができた。最初の引っ越しで苦労したせいか、その後荷物はあまり持たな

いように心がけた。その後も編入するまで何回か引っ越しを経験し、4年間の留学生活で14回引っ越した。学んだのは、荷物は少なく(なるべく家具は持たない)、友達は大切に作る、ということ。日本ではあって当然のもの(家、水、家族等)でも簡単に失うことがある、と痛感した。

### 西海岸から東海岸へ

履修クラスや課外活動等、編入に必要な条件を調べていた私は、コミカレ1年目の終わりになって、志望校をもっと幅広く考えたい、と強く思うようになった。もともとニューヨークへのあこがれがあったので、アメリカの名門校と言われるアイビーリーグの大学をはじめ、東海岸の難関校への編入も検討し始めた。そのときに、バークリーやUCLAへの編入との手続きの違いに気づいた。まず、TOEFL(Test of English as a Foreign Language)、大学進学適性試験(SAT)といった試験を受ける必要があること。バークリーやUCLAへの編入では、コミカレのときに履修した英語クラスの成績次第でTOEFLは免除になり、ほとんどの学生は受験する必要がない。

2つ目はエッセイ(小論文)の多さ。カリフォルニア大学系の大学へ編入するときにもエッセイは書くが、各校に異なるエッセイを提出する必要はない。つまり、バークリーとUCLAに同じエッセイを提出できる。一方その他の難関校ではいくつかトピックが与えられ、それぞれについて考える必要があった。

3つ目は推薦状が必要ということ。バークリーやUCLAへの編入では推薦状は必要なかったが、その他の大学では最低2通の推薦状を求められた。最後に締め切り。バークリーとUCLAへの応募締め切りは11月30日、その他の大学は2月から4月につ

てが締め切りだった。そのため、本格的な編入準備は8月末から翌年4月まで続いた。

TOEFL、SATに関しては簡単にスコアが伸びないとわかっていたため、夏前の5月から準備を始めた。エッセイに関しては、コミカレのときに素晴らしい先生(リンダ)に出会い、助けられた。最終的に9つの大学へ出願したのだが、ほぼすべてのエッセイをリンダが見てくれたのだ。カレッジにあるライティング・センターに週4日通った上、リンダのオフィスでエッセイを見てもらったこともあった。毎日のようにエッセイを書いて修正していた。最後の出願は4月1日。書類をポストに入れたとき、涙が出てきた。2年間必死で編入に向かって走り続けてきて、つらいこともたくさんあったけど、編入のためと思って頑張ってきた。その闘いが終わった、と思った。このとき、初めて編入という2文字から解放された。

最終的に迷ったのは、バークリーに編入するか、バーナード・カレッジに編入するかだった。留学を決意したときからバークリーを目指しており、そのためにカリフォルニアのコミカレに進学した。経済学でも有名な大学だ。それでも、東海岸のニューヨークにある私立大学に行ってみたいという思いが強かったので、最終的にはバーナード・カレッジへの編入を決めた。コミカレにいた2年間旅行することもなかったため、引っ越しは旅行も兼ねて、西海岸のサンフランシスコから東海岸のニューヨークまでアムトラック(大陸横断鉄道)で移動した。6日間かけて、1人で80時間以上列車に乗車し、スーツケースひとつで引っ越した。途中デンバーとシカゴに寄って、ニューヨークに着いたときは感動した。西海岸とは全く違う景色が広がっていた。高層ビルが立ち並び、車と人が町中に溢れている。新しい生



コロンビア大学バーナード・カレッジ (写真提供 大出歩美)

活の始まりを実感した瞬間だった。

### コロンビア大学バーナード・カレッジ

コロンビア大学はニューヨーク市マンハッタンにある私立の総合大学である。学部から大学院課程まで、アメリカで6番目に古い大学で、アイビーリーグのひとつとしても知られている。私はその大学のバーナード・カレッジに編入した。リベラルアーツ・カレッジのひとつであり、女子大である。

コロンビア大学には学士課程の学校がいくつかあり、中でもコロンビア・カレッジが一番古くて有名

だ。オバマ大統領や宇多田ヒカルさんも在籍していた。コロンビア・カレッジがまだ男子校だったころ、10代目学長のバーナード氏が「女性にも教育を提供したい」と考え、ブロードウェイを挟んだ隣にバーナード・カレッジのキャンパスを開いた。以来、バーナード・カレッジはコロンビア大学の一部となり、学生たちはコロンビア・カレッジのクラスを自由に受講したり、一緒にクラブ活動をしたり、同じ寮に住んだりして、メインキャンパスと密接な関係を築いている。

コロンビア大学がコミカレと大きく違うと思った点は、学生と大学の設備だった。コロンビア大学には探究心の強い学生が多く、自分の興味ある分野について学びながら、さまざまな場所で頻りに議論している。また、コミカレのときは学生の年齢層に幅があったが、コロンビア大学では年齢が近い学生ばかりだった。そして設備の充実が目立った。図書館は大小含めて20近くあり、寮、ダイニングホール、体育館等、学生が各々の興味を追究できる環境がそろっている。また、私がコロンビア大学在籍中にアメリカ大統領選挙があり、2008年9月11日にオバマ氏(コロンビア・カレッジ卒業生)とマケイン氏(娘さんがコロンビア・カレッジ卒業生)がキャンパスで討論した。コロンビア大学のシンボルでもあるロウ記念図書館の目の前に巨大スクリーンが置かれ、学生が集まって討論を見ていた。このようなイベントも、世界的に有名な大学だから実現するのだろう。

課題の量はコミカレより相当多かった。特にリーディングの量には圧倒された。多いときは1週間200~300ページ読む必要があった。その他、毎週レポートや小テストがあったり、論文が毎学期2本課される等、課題のことを常に気にしていた。コミカレのときよりも、授業内容はさらに難しくなっ

ていた。自然に毎日の生活の中で勉強の割合が増えていった。ただ、周りも友人も同じ状況のため、皆で頑張っているという感覚があった。



コロンビア大学のバトラー図書館 (写真提供 大出歩美)

課題が多く、キャンパスの寮に住んでいると、図書館に通う回数が自然に多くなった。いつの間にか、毎日授業前後には図書館にいるようになる。コロンビア大学で一番大きなバトラー図書館は24時間オープンしており、いつでも立ち寄れる。中には多数の部屋があり、地上階ラウンジでは学生が話している。その横には売店もある。各部屋はレイアウトや雰囲気が違うため、それぞれが好きな部屋で勉強していた。そして、グループで議論するときや相談するときはラウンジに集まる、という勉強スタイルが確立された。図書館はただ勉強するだけでなく、友人や勉強仲間との交流の場となっていったのだ。試験前は学生同士で席の取り合いになる。私はバトラー図書館の210という部屋が一番気に入って、いつもそこで勉強していたので、いつしか友人には「バト

ラー図書館のRoom 210 は「あゆみの部屋」と言われるようになった。



コロンビア大学在学中の私の誕生パーティーで（写真提供 大出歩美）

コロンビア大学ではコミカレのときにはできなかった寮生活を体験した。友人や勉強仲間といつでも会え、教室や図書館のすぐ近くに住めるという点で、多くの利点があった。友人とはさまざまなトピックについて時間に関係なく議論した。キャンパスのソファに寝ながら、芝生に座りながら、朝5時まで経済、政治、教育、人間関係について議論したことを覚えている。図書館は24時間開いているため、夜中の3～4時まで勉強して寮に戻ることも可能だ。各寮の入り口には警備員が必ずいて、寮に入るためには毎回IDを見せる必要があった。セキュリティ面でも安心できた。

コロンビア大学の魅力のひとつは、マンハッタンに位置していることだろう。世界中の人とモノと文化が集まる町である。メトロポリタン美術館、セン

トラルパーク、カーネギーホール、国連本部、ウォール街、ブルーノート、5番街、ソーホー、タイムズスクエア、ブロードウェイ、エンパイアステートビル、自由の女神など世界的に有名な建物・文化が点在している。時間があれば友人とさまざまな場所に出かけた。また、授業でもニューヨークというロケーションを活用している。例えば、ジャズのクラスを取ったとき、ジャズコンサートを3回聴きに行き、レポートを提出する課題があった。ほかにも美術の授業を取れば、美術館レポートを求められた。コロンビア大学に在籍していた夏、私はマンハッタンの中心地に位置するニューヨーク大学で夏学期を受講した。そのときはソーホー近くの寮に住み、ニューヨークの街を他の学期以上に楽しむことができた。

### 卒業

実は、コミカレからバーナード・カレッジに編入するとき、移行できたのは48単位のみだった。しかし、夏学期を受講したり、毎学期平均より多くの単位を取って、最終的には無事2年間で卒業できた。バーナード・カレッジの卒業式では、ヒラリー・クリントン氏がスピーチした。コロンビア大学全体の卒業式は晴天で、お祭りのような雰囲気の中、無事式が終了した。私の家族も日本から参列して、日本の大学の卒業式とは違う、にぎやかで盛大な卒業式を経験した。

卒業後、私は日本に帰国した。東京には、4年前に渡米するときとほぼ同じ景色があったが、私の意識は大きく変わっていた。

日本にいたとき、私は閉塞感を持っていた。自分らしくいられず、自分は何が好きで、将来何をした

いか、ゆっくりと自分を見つめることができなかった。しかし、留学を通して日本以外の国や人や文化を知り、初めて自分探しをすることができた。

いくつかの学校に通い、実際に教育を受けてきた私は、教育に携わりたいと強く思うようになった。他の国と比べて教育の現場でもグローバルな日本人が少ないと感じていたので、グローバル化する世界で活躍できる人材輩出に携わりたいと思う。自分探しの旅は始まったばかりだ。留学したことが私にとって最初の一步だった。旅はまだ続くのだ。



コロンビア大学の卒業式（写真提供 大出歩美）

Study Abroad - University

大学・大学院留学経験者へのインタビュー

留学経験者の紹介

注：( ) 内はインタビュー時の年齢

二村太郎 (35 歳)

大学の専任研究員です。2001 年 8 月から 07 年 12 月まで、ケンタッキー大学大学院地理学研究科の博士課程に在籍していました。J-1 ビザでした。

浜田陽太郎 (45 歳)

朝日新聞社の論説委員です。大学卒業後に朝日新聞に採用され、20 年勤務しています。フルブライトのジャーナリストプログラムで、2001 年から 02 年までミネソタ大学に留学しました。フルブライト・ジャパン (日米教育委員会) は、経験を積んだジャーナリストを対象に、6~9 カ月間米国の教育機関で客員研究員として研究する資金を提供しています。J-1 ビザでした。

平川純子 (36 歳)

ニューヨーク市にある国連本部で政務官をしています。2000 年 5 月から 02 年 5 月まで、フルブライト奨学生としてマサチューセッツ州のタフツ大学フレッチャー法律外交大学院に留学し、法律外交学修士 (MALD) 課程で学びました。J-1 ビザでした。

伊東洋輔 (23 歳)

ウィスコンシン州のレークランド大学 (LCW) の 4 年生です。アメリカに来て 1 年半たちます。高校卒業後、レークランド大学ジャパン (LCJ) に入学しました。LCJ で合計 3 年間勉強しましたが、

ほかの勉強をする前に、まず英語を学ばなければなりません。そして 2 年目と 3 年目に教養課程で学びました。学校が F-1 ビザの申請を手伝ってくれました。

櫻本くみ (25 歳)

1 週間前に教員試験を受け、今は結果待ちです。大学卒業後に留学しました。Youth for Understanding (YFU / 1951 年にアメリカで始まった高校生の交換留学を促進する組織) のコミュニティカレッジ・プログラムで、米国で 2 年間勉強しました。私が参加したプログラムでは、ホームステイ先を紹介してくれたり、ESL (English as a second language) の授業やキャンパスでの授業を受けることができました。また航空券や保険を支給してくれました。F-1 ビザだったと思います。

Ryoji Kodera (27 歳)

ある企業のコンサルタントをしており、大学生の就職活動を指導しています。2004 年に米国に留学し、05 年 5 月に卒業しました。LCJ で 2 年間、LCW で 2 年間学びました。教育学を専攻しました。F-1 ビザでした。

小藤理絵 (31 歳)

今はニュース番組のディレクターです。1997 年から 2003 年まで留学しました。1997 年から 98 年までカリフォルニア大学アーバイン校の ESL プログラムに在籍し、1998 年から 2001 年までサンタ・アナ・コミュニティカレッジでコミュニケーション学を専攻し、放送ジャーナリズムを学びました。2001 年から 03 年まではカリフォルニア州立大学ノースリッジ校で映画・テレビ芸術学を専攻してテレビ制作を学びました。F-1 ビザでした。

中瀬陽 (21 歳)

レークフォレスト大学で経済学を専攻しており、副専攻はもしかすると教育学か、心理学になると思います。今は大学の 2 年生で、この 8 月に 3 年生になります。F-1 の学生ビザです。

大出幸子 (32 歳)

聖路加国際病院の臨床研究員です。2003 年から 05 年まで 3 年間留学しました。フルブライトのプログラムで、ボストン大学の大学院で 25 歳から 26 歳まで勉強しました。J-1 ビザでした。

佐藤勇介 (21 歳) ・石井麻里子 (21 歳)

同じ大学の学生です。専攻はホスピタリティ・マネジメント——ホテル経営ですね。ネバダ大学ラスベガス校に通っています。日本の高校を卒業してから 2 年間、LCJ に行きました。留学期間は 2 年半になる予定です。F-1 ビザです。

Naoyuki Tsuji (22 歳)

ミネソタ州立大学に留学中です。編入生で今 1 年生です。50 単位近くを (日本の大学から) 移行することができましたが、アスレチックトレーニングを学んでいるので、卒業するのにまだ 3 年かかります。F-1 ビザです。

Tsubasa Wakabayashi (38 歳)

ドイツの大学で研究員をしています。最初に留学したのは 1994 年から 95 年までで、ウィスコンシン大学マディソン校の法科大学院でフルタイムの交換留学生でした。2 度目は、2001 年から 02 年まで、カリフォルニア大学ロサンゼルス校の法科大学院の法学修士課程に在籍していました。ウィスコンシンの時は F-1 ビザで、ロサンゼルスのは J-1 ビザだったと思います。

予備的な質問

1. 留学経験をどのようにとらえていますか。

**平川** とても有意義でした。米国での経験が、私の国連でのキャリアにつながったことは疑問の余地がありません。キャリア面以外では、私に人間的に成長する機会を与えてくれ、世界観が変わりました。



伊東洋輔さん

**伊東** 私の場合、すべてが日本と違うので最初の週はとても不安でした。留学したのはもうすぐ1月というところで、寒い冬の最中でした。雪に覆われ何もかもが真っ白で

した。日本では雪はまれにしか見ないので、本当に寒かったです。大学は大自然の真ん中にありました。東京とは正反対で、すべて違いました。

**Kodera** 最高でしたね。私の学生時代で最も重要な経験でした。米国に行ってから、アメリカン・フットボールのチームに入ることに決めました。おそらく私はレークランド大学史上初の、日本人アメフト選手だったと思います。いくつかのゲームでプレーしました。アメフトの経験は皆無で、最初はとても緊張しました。ほかのアメリカ人選手がとても温かく受け入れてくれ、いろいろ教えてくれました。だからとても楽しかったです。

2. 最も良かったことは何ですか。

**小藤** 多くの人と出会えたことですね。アメリカには多くの人種が生活しているので、いろいろな価値観の人と出会うことができました。ヒスパニック系アメリカ人、アジア系アメリカ人など、いろいろな事情で移住してきた人と話すことで、世界で起きていることや歴史をもっと知りたいと思うようになりました。そして、いろいろな境遇で生活している人を見ることで視野が広がりました。

**中瀬** 友達ですね。例えば、自分が興味のあることについて話せる人たちに出会い、彼らがとても誠実に接してくれること。それが一番良いことですね。留学する前の私は、家族もいたし、高校では自分のことばかり考えていたので、正直言って私自身があまり良い友達ではありませんでした。大学では常に誰かと一緒にです。友達が腹を立てたり、具合が悪かったりすると、彼らの別の面を見ることになります。そうすると、皆それぞれ違う人間であることに気づきます。友達を尊重し、その行動を信頼せねばなりません。私はたくさんのことを学びまし



アメリカの大学では、このように多様な人たちと一緒に学ぶことができます (写真提供 中瀬陽)

た。良い友達になるにはどうすればよいか、といったことです。

**佐藤** 日本は島国じゃないですか。アジアの人もいますが、大多数は日本人で、文化も日本だけです。日本のことを嫌いになっていたんですね。皆同じで、同じように考え、同じような思い出を持っているので、なんだかつまらないなあと思って。それでアメリカに行ってみると、日本は良い国だと思えるようになったのです。自分の国を出てみて初めて、日本はいい国だと気づきました。それまでは例えば電車とか、人がいっぱい嫌だと思っていたのですが、日本に帰ってきてみると、日本は便利だなと思います。車を運転しなくてもどこへでも行けますし。日本を出て初めて、自分の国の良さが分かりました。これが留学して一番良かったことです。

3. 最も苦労したことは何ですか。

**伊東** それは言葉ですね。授業で教授がとても速く話すので、何を言っているのか分からない時があります。ノートを取っているために、言葉を聞き逃すことがあります。クラスメートは全員アメリカ人なので、分からないのは私だけです。でも助けてもらえます。時には教授が研究室にいるオフィスアワーを利用して、何て言ったのか尋ねることもあります。彼らはとても親切です。教授たちと話すのは楽しいし、興味深くもあります。

**中瀬** 文化的な違いを受け入れることが一番難しいですね。日本では、文化的違いや人種について考えなくてもいいですからね。外国に行ったら、もっと慎重に行動し、自分の発言に責任を持たなければなりません。気をつけていても人種差別的なことをしていることがあるかもしれません。ですから、そう

いうことのないように心掛けて、違う経歴を持つ大勢の人たちと出会うよう努力しています。

**石井** 生活でしょうか。親元を離れて自分で何でもやらなければならなかったのです。洗濯や、アパートに住むなら自分で契約しなくてははいけません。

4. 留学の経験から何を学びましたか。

**櫻本** 外国の人たちと話せたことがとてもうれしいです。それで彼らの考え方を理解することができたわけですから。今は世界中にたくさんの友達があります。



小藤理絵さん

**小藤** 語学が堪能になったとか、今の仕事に結び付く勉強ができたのも大きなことですが、異文化の中で多くの苦労や困難を乗り越えられたことにより自分に自信が付き、その後何か困難に直面したときでも、すぐにあきらめてしまうのではなく、何にでも挑戦し解決してみようと思うようになれました。

**Wakabayashi** 今では、日本やドイツで「普通」と呼ばれ受け入れられているもの以外にも、さまざまな生き方やものの見方が分かっていきます。何をすべきかを決める際に、そのような固定観念にあまり影響されずに、自分自身、家族、自分にとって大切な周囲の人々に相談したり、こうした人たちのことを考えたりすることができます。

5. なぜ留学したのですか。

**中瀬** 日本で勉強するのでは、4年間の充実した学生生活を送れないのではないかと感じたからです。自分の本当に好きなことや夢中になれることを見つけないなら、海外に行くべきだと思いました。(日本の)大学は規模がとても大きく、また入学する前に専攻を決めなければならないので、行くことに不安を感じました。日本の大学に行くのもいいと思いますが、私には向かないと思いました。

**Wakabayashi** 最初はただ外国に行って、アメリカがどんなところか見たかったのです。日常的な仕事に煩わされたり邪魔されることなく、できるだけ多くのことを経験するために、ひとりで生活し、ひとりで勉強し、私の小さな生活(空間)の外にあるすべてのことを見てみたかったのです。

#### American View の読者からの質問

1. 留学前から何を勉強したいか分かっていましたか。何を勉強するか、どこで勉強するかをどうやって決めましたか。(大阪府在住の読者)

**浜田** 私はパブリック・ジャーナリズムに興味があったので、その研究をさらに進めて、社会保障制度の維持や高齢化社会への支援に対する一般市民の関与を深めてもらうために、新聞やジャーナリストにできることがあるかを知りたいと考えていました。日本でも利用できる有益なツールだと思ったのです。フルブライト奨学金を受けた後で、客員研究員として受け入れてくれる機関を探しました。それまでミネソタには一度も行ったことはなかったのですが、ミネソタの新聞社2社がパブリック・ジャーナリズムの考え方に強い関心と熱意を示して

いました。

**平川** 私はすでに日本の大学院で同じ分野(国際関係学)を勉強していたので、米国で何を勉強するかは全く問題なく決められました。各学校のプログラムの目的(例えば、専門職向けのプログラムか学術的なプログラムか)、受講できる講座の種類、教員の顔ぶれ、卒業生について検討し、留学先の学校を絞り込みました。こうした情報はインターネットで容易に入手することができます。

**佐藤** 昔旅行したとき、当時は英語がしゃべれなかったのも、ツアーガイドさん付きだったのです。オーストラリアへ行ったのですが、ガイドさんがアボリジニー語を含めて3つの言語を話せたのですごいなと思いました。それでホスピタリティーっていい業界だと思い、どんどん興味が増していきました。有名な大学はどこか調べたのですが、日本にはホテル学部がある大学があまりありませんでした。それでアメリカに目を向けたらネバダ大学ラスベガス校があり、自分に合っているのではないかと思います。どうしようか、どうやら行けるのかと考え始めました。LCJにいったん入学してネバダ大学に編入すればいいことが分かりました。



佐藤勇介さん

2. 学資援助を受けましたか。内容はどのようなものでしたか。どうやって見つけましたか。(茨城県在住の学生)

**平川** 私は米国留学中に3つの奨学金を受けました。フルブライト奨学金は、健康保険料と旅費、ロータリー奨学金は授業料、そして日本育英会は生活費を支給してくれました。海外に留学する学生を対象とする奨学金のリストは、留学ガイドブック、ウェブサイト、情報センターなどで見つけました。また、奨学金の申し込み準備の際には、こうした奨学金を受けたことのある人々からアドバイスをもらいました。

**中瀬** 私はグルー・バンクロフト (GB) 基金の奨学金生です。大学は私に、GB基金から推薦された学生として、奨学金を支給してくれています。

**Tsuji** 私は奨学金を受けました。ミネソタ州立大学は留学生全員に奨学金を支給しますが、留学生はその見返りとして、学校でのボランティア活動など文化活動で貢献しなければなりません。約30時間のボランティア活動と、GPAを(一定のレベルで)維持することが要求されます。そうすれば奨学金を受給できます。

3. パートタイムの仕事をしましたか。どのようにして見つけましたか。最も多いパートタイムの仕事は何ですか。(富山県在住の読者)

**平川** 2001年の6月から8月まで国連で夏季インターンとして働きました。インターンシップ制度に関する具体的な情報は、国連のウェブサイトから入

手しました (<http://www.un.org/Depts/OHRM/sds/internsh/index.htm>)。インターン中はニューヨーク国連本部のある部署に配属され、具体的な任務を与えられてインターン期間終了までに完了させなければなりません。また、私はこの機会を利用して、国連で働く同じ大学の卒業生に会ったり、国連で開催される市民集会や公開講演会に参加しました。学生仲間の多くが、非政府組織 (NGO) の現地事務所で研修する機会を探していました。



国連本部でノーベル平和賞のメダルを指差す平川さん (写真提供 平川純子)

**伊東** キャンパス内ではパートタイムの仕事をする事ができますが、キャンパス外ではできません。法律違反です。私は大学の新聞制作に携わりました。

**佐藤** ホテル経営を専攻すると、1000時間の実務経験が卒業要件として課され、これを満たさないと卒業できません。そのような場合には留学生担当事務局へ行って実務経験が必要だと言えばいいです。仮の社会保障番号をくれるので、パートタイムで仕事をすることができます。

(米国大使館からの注意事項)

F-1ビザ保有者が働く許可を得ることができるのは、特定の場合に限られます。M-1ビザ保有者は、プラクティカル・トレーニングの一環として就労が必要であり、かつ米国市民権・移民業務局 (USCIS) の事前許可が得られた場合に限り、働くことが認められます。同行した家族がF-2やM-2の資格で働くことは認められません。ただし、職業訓練や趣味など限られた分野でパートタイムでの就学は可能で

す。詳細については <http://japan.usembassy.gov/jvisa/tvisaj-niv-fmfaq.html> をご覧ください。

4. 留学した時、結婚していましたか。家族を同伴しましたか。住居探しや旅費などで問題はありませんでしたか。(東京都在住の読者)

**浜田** はい。結婚しています。でも子どもはいません。妻も同行し、ミネソタで11カ月間過ごしました。米国に出発する前に半年以上もありました。在日米国大使館がイベントを企画し、米国に行く予定の日本人家族と、日本にやって来たばかりのアメリカ人家族を招待してくれました。このイベントで、日本に来たあるアメリカ人家族と知り合いになりました。彼らはミネソタ州セント・ポールの郊外に家を持っていました。1年後にはミネソタに戻るつもりで、それまでの間だけ家を貸す必要がありました。私たちのミネソタ滞在は1年の予定だったので、ちょうど良かったのです。実はインターネットでアパートを探していたのですが、この家族と知り合えてとても幸運でした。こうして私たちは、中流階級の人々が住む地域にある、この家族の家に移り住みました。

5. 家族が同伴した場合、家族のビザを取得するのはたいへんでしたか。配偶者は働きましたか。家族はどのように感じていましたか。(富山県在住の読者)

**浜田** いいえ、難しくはありませんでした。特にフルブライト研究者の場合、(ビザ申請に) 必要な書類は容易に入手できると思います。実は(妻は) ESLプログラムで英語を勉強しました。ミネソタ大学にはとても素晴らしいESLのプログラムがあり、妻はとても良い先生やクラスメートに出会いま

した。学校には地元の学生とペアを組んでいろいろと教えてもらう「バディプログラム」があり、(妻は)ある大学生とペアを組みました。彼女はとても親切な人で、2人はたいへん良い友達になりました。今でもクリスマスカードやプレゼントを交換しています。妻はミネソタでの生活をとても楽しみました。おそらく私よりも楽しい経験をしたのではないのでしょうか。妻が社交的で友達をつくり、楽しく過ごしていたので安心しました。ですから妻は寂しいのではないかと心配する必要はありませんでした。

6. 留学中、節約する必要がありましたか。節約のためのアドバイスはありますか。(東京都在住の学生)

**二村** 大学の寮制度によるので一概には言えませんが、私の留学した大学では大学寮費が割高で、一般の賃貸物件で研究科内外の院生と共同で生活しました。ルームシェアは大学の寮で1人で住むよりも安かったですね。学内の寮か学外の賃貸物件かを問わず、家賃の負担が大きいと感じたら、知人にいくらぐらいの物件に住んでいるかを聞いて、相場を把握しましょう。私は結果的に、6年半の滞在で5つの異なる場所に住みました。また、ほとんどの場合外食を避けて自炊しましたが、楽しかっただけでなく節約になりました。最後に、家具や衣類については、近所で開催されるガレージセール(車庫前で不用品を販売するイベント)を回ったり、



大学院時代にケンタッキー代表としてイベントに参加した二村さん(写真提供 二村太郎)

中古品店を回ったりして探しましょう。後者の例は Goodwill、Salvation Army などで、多くの都市で見つかると思います。商品の質は落ちますが、留学期間中のみ使用すると割り切って使うにはお得感があります。

**平川** 経済的に困ってなくても、日本人留学生には、節約のためだけでなく、アメリカ文化への理解を深め、仲間の学生と緊密にコミュニケーションを取るためにも、大学寮に住むことを強く勧めます。仲間の学生から、節約のコツ(例えば割引クーポンの利用など)を学びました。

7. ホームシックにかかりましたか。その場合どのように対処しましたか。(富山県在住の読者)

**中瀬** ホームシックにかかった時は、そのままやり過ごします。スカイプ(インターネットを利用する無料電話)で両親と話したり、その時にできることをして、あとはやり過ごしますね。外出したり、友達と一緒に遊んだり。ただのんびりしたり、写真を見たりします。ホームシックにかかると、いつも自分の部屋の中にいたり、ひとつの場所に閉じこもるといのように、自分の殻に引きこもりがちになってしまいます。だから、どこか知らない場所に出かけて行くなどして、日常生活に多少変化を加えると、ホームシックが和らぐのではないかと思います。

**佐藤** 少し(ホームシックを)感じました。日本に戻ってくる直前は、帰りたくて仕方ありま

せんでした。1年間ずっとアメリカにいて、今回初めて日本に帰ってきました。(ホームシックの時には)スカイプを使って電話します。顔も見えるし、無料です。それでもだめだったら、同じ国の友達と話します。

8. カルチャーショックを感じたことはありましたか。そのうち感じなくなりましたか。(東京都在住の学生)

**平川** よく言われるように、日本の文化では、時間厳守と相手を中心に考えることが要求されます。従って、あまり時間を守らない、気楽な文化に慣れるのに時間がかかりました。当初は、アメリカ人はかなり怠惰だと感じ、彼らが時間に遅れることにいら立ちを感じるが多かったのですが、そのうちに逆のことを考えるようになりました。つまり、日本の社会は時間的プレッシャーがあまりにも強く、そのようなプレッシャーから解放されることはより健康的かもしれない考えるようになったのです。結局この経験は、私が国連のような文化的多様性に富んだ環境で働く上で役立ちました。

**大出** ボストンは、本当に大きな都市です。ですからカルチャーショックはあまり感じませんでした。日本の食品であろうと、中国、イタリア、あるいは韓国の食品であろうと、ないものはありませんでした。アメリカに行く学生には、分からないことは(周りの人に)教えてもらうことをお勧めします。

**佐藤** まずショックだったのは食べ物ですね。20年くらい日本にいたので、やっぱり和食がいいですよ。日本では魚が多いですが、向こうでは肉が多いですよ。味付けもシンプルではなく、複雑です。それが合わないので少し大変でした。でも、今は慣

れてきました。

9. けがや病気など緊急事態に直面したことはありますか。どのように対応しましたか。(京都府在住の読者)

**小藤** 急病になった時は一人暮らしで、夜11時を過ぎていたと思います。救急処置室へ行って多額の医療費がかかるのが怖かったので、自宅にあった薬で一晩過ごし、次の日に病院に行きました。アメリカで暮らす上で、健康保険に入っておくのは大切なことだと思います。

10. 偏見、固定観念、差別などを経験したことはありますか。どのように対処しましたか。(東京都在住の学生)

**伊東** そうですね、数回だけです。アジア人全体に対する差別ですね。例えば、大学寮に住んでいた時、隣の部屋から「アジア人は自分の国に帰れ！」という声が聞こえました。アドバイザーに相談すると、問題解決を手伝ってくれました。カルチャーショックを受けたら誰かに相談するといいと思いますよ。

**中瀬** アメリカ人よりも、日本の近隣諸国からの来ている人々から固定観念で見られました。中国やベトナムの人は、日本への関心が強いからかもしれませんが、日本人、特に日本人女性に対するイメージを抱いていたようです。「それって日本のファッション？」とか「そうするのが好きなの？」というような質問をよくされました。

11. 転校しましたか。転校が特に難しいということはありませんでしたか。(愛知県在住の学生)

**小藤** コミュニティーカレッジから4年制の大学に編入しました。特に大変な思いはしていません。コミュニティカレッジに入学した時は大学編入を決めていたので、大学の進学カウンセラーと相談しながらクラスを選択していました。なので編入時に問題などはありませんでした。

**佐藤** ちょっと難しかったです。本当ならTOEFLのスコアが550点必要ですが、LCJでライティングの授業を取っていたので免除になりました。アメリカ大使館へ行ってビザの手続きをするのは大変で、時間もかかりました。オンラインでの申請も大変でした。最初はF-1ビザという意味も知らなかったんです。ビザは1種類しかないと思っていて、いろいろな種類のビザがあることも知りませんでした。

12. 米国に留学していて安全だと感じましたか。用心のために何かしたことはありますか。(埼玉県在住の学生)



卒業式の榎本さん(左) (写真提供 榎本くみ)

**榎本** アメリカに行く前は拳銃が怖かったのですが、全く危険なことはありませんでした。

**Kodera** 危険とは感じなかったですね。それは多分(アメリカの)地方に住んでいたからでしょう。私の出身は北海道なので、環境がとても似ていました。

**小藤** 留学の場所をカリフォルニア州アーバインに決めたのは治安が良い場所だったからです。アーバインはアメリカ国内でも特に犯罪率が低い地区でした。実際に、生活していて危険と感ずることはほとんどありませんでした。でも犯罪率が低いとはいえ、夜間に歩いて外出はしないようにしていましたし、自ら危険な状況をつくり出すような行動をしないようにしていました。

**Wakabayashi** ウィスコンシンは安全だと感じました。私の学校には、図書館から寮までの夜間無料バス、警備員によるエスコートサービスなど、とても良いサービスがあり、私もよく利用しました。ロサンゼルスに移る時にはとても怖く感じました。ですから、住むのに最も安全な場所として知られている地域を選びました。車を持っていましたが、危険な場所(例えばダウンタウンなど)には、特に夜1人では行きませんでした。でもしばらくたつと、安全だと感じるようになりました。

13. 友達づくりは難しかったですか。より多くの人に出会うための最良の方法は何だと思いますか。(東京都在住の学生)

**石井** 生活の面でも勉強の面でも、ルームメイトと仲良くなるのが大事だと思います。最初は誰でも友達がいけないものですが、毎日一緒に生活するので、ルームメイトとは友達になりやすいです。



石井麻里子さん

**伊東** そうですね、日本の文化のせいで、大抵の日本人にとって友達づくりは難しいと思います。実際、日本人はとても恥しがりやですからね。大学で何かのグループに参加するのいいと思います。私の学校にはそのようなグループがあるので、グループを通して友達をつくることができます。

**Tsuj** ミネソタ州立大学のオリエンテーションでは良いプログラムがあり、(自己紹介の)ゲームのようなことをしたり、新しい留学生のためのパーティーもありました。なので友達を簡単につくることができました。

14. どのような活動やイベントに参加しましたか。何かお勧めの活動はありますか。(神奈川県在住の読者)

**平川** ユニークだと思ったのは、新しい教員を選考する学生委員会のメンバーとしての経験ですね。大学が新しい教員を採用する際に、学生5人で構成される委員会を設置しました。この委員会は、候補者との面接を行い、学生から候補者に対する率直な意見を求め、教授陣に推薦するなど、選考過程に深く

かかわりました。学生が教員の採用プロセスにこれほど深くかかわることは、日本では聞いたことがありません。このようなユニークな経験ができたことに感謝しています。

**小藤** コミュニティーカレッジの時は日本人留学生のクラブに入っていて、留学生の皆でイベントをしたり、グループで旅行に行ったりしました。大学時代は、テレビ制作学科や映画学科で学んでいる学生のクラブに入っていました。テレビの収録を見学に行きました。あとは、テレビ業界で働いている卒業生と出会える場でもありました。

**Wakabayashi** 大学や学生が主催するイベントやパーティーへの参加を勧めます。そこで、自分とどのような経歴や分野の学生やその他の人々に出会うでしょう。勉強で忙しいかもしれませんが、そのようなイベントに参加するようにすべきです。1人で勉強することも大切ですが、イベントに参加したり面白い人たちに出会うことは、日本ではできませんからね。

15. 学校以外に、英会話の上達を支援するグループや、趣味のグループがありましたか。こうしたグループをどうやって見つけて、どんな活動をしましたか。(神奈川県在住の読者)

**小藤** 留学あっせん会社で紹介してくれたアメリカ人大学生と週に1回くらいの頻度で会って、宿題を手伝ってもらったり、映画を見に行ったり、お茶をしました。それ以外でも、語学学校も同じようなプログラムをしていたと思います。

16. コミュニティーカレッジへの留学を決めたのはなぜですか。行きたい学校をどのように見つけ

たのですか。どのように出願しましたか。(愛知県在住の学生)

**小藤** コミュニティーカレッジの方が学費が半額近く安かったからです。あと、4年制大学に比べて、TOEFLの入学基準も多少低かった気がします。それに、多くのアメリカ人も大学に必要な単位をコミュニティカレッジで取得し、大学に編入するのは普通だと聞いていました。私にとって、コミュニティカレッジから4年制大学への編入はごく自然でした。コミュニティカレッジは、語学学校周辺にあるカレッジをすべて調べた結果、自分の卒業したカレッジに勉強したかった学科があったこと、その学科のカリキュラムが優れていたことを知り、その学校に決めました。あとは、当時車がなかったので、バスで通学するのに比較的近くて楽だと思ったからです。

17. 米国留学に際し、日本から持参した方がいいものはありますか。(富山県在住の読者)

**浜田** 日本の自宅やアパート、自宅周辺、あるいは職場の写真をできるだけ多く持って行くことを勧めます。日本での生活や職場の様子を見せるためです。私も、アメリカの友達に見せるための写真を、日本でもっとたくさん撮っておけば良かったと思っています。アメリカの友達は、私たちの日常生活に興味深々で、とても知りたがっていました。彼らは京都や鎌倉などの名所の写真はよく見るので、個人の生活の様子を知りたいのです。

**平川** 自分の好きな日本の食品以外には、日本の薬を持って行くといいでしょう。薬のブランド名が同じでもアメリカのものは強すぎるかもしれません。

**中瀬** 私は、むしろたくさん物を持っていかないことを勧めますね。私自身は、念のためにいろいろなものを持っていきましたが、住んでいるうちに、現地で調達する方がはるかに良いことがわかりました。ほかの人と分かち合えるのでその方が良いと思います。何もかも持っている、他人と分かち合う機会がありませんからね。多くを持たなければ、誰かと分け合うことを通して、その人と知り合うことができます。今、振り返って見るとそう思います。その方がもっと簡単に周囲に溶け込むことができると思います。

**大出** 私の場合、歯ブラシ探しにたいへん苦労しました。日本の歯ブラシはとても小さくて、私には使いやすかったのですが、同じようなものがアメリカでは見つけれなかったため、子ども用歯ブラシを使っていました。自分用の歯ブラシを持って行くこと。それでホームシックにかかる可能性が減るなら、たやすいことです。



留学中の大出さん（写真提供 大出幸子）

**佐藤** 日本の本ですね。たまに日本語が恋しくなるんです。アメリカでは90%は英語で過ごします。たまに自分の国の言葉を読みたいと思います。次にアメリカに戻る時は本を何冊か持っていくつもりです。

**Tsuji** 浴衣や下駄など日本の伝統的な衣服や履物を持って行くことを勧めます。ほとんどの学校で、国際フェスティバルが催されます。私の学校にもあり、私も参加しましたが、（伝統的な）衣服や履物を持

っていないなかったので、身に着けることができませんでした。ほかの留学生はそれぞれの伝統的な衣服を持っており、それを身に着けていて、私はすてきだと思いました。

### その他のコメント

**二村** 米国留学が人生の一部であることを常に心に留めておくこと。留学の目的を熟考すること。留学を成功させる上で最も重要なことのひとつは、自分が掲げた目標を堅持し、それに向かって進むことです。目標の細部が分かかっていなくてもかまいませんが、目標に向かって進むことが極めて重要です。親の仕事に左右されて海外経験を余儀なくされる帰国生とは異なり、自ら決断して行う留学に責任を持つことはとても大切です。そうしないと簡単に失敗してしまいます。また、日常の何気ない話題から深刻な悩みまで、信頼して話ができる人を常に複数確保すること。人生の全てを（自分だけで）決めることはできません。仲間からの助言は常に役立ちます。（仲間）いろいろな人がいればいるほど良いと思います。

**平川** ボストンで学んでいる時、映画「パールハーバー」を見る機会がありました。この映画は、日米間のコミュニケーションが深まっているにもかかわらず、歴史と文化に対する相互理解に、依然としてどれだけのギャップが存在するのかということを感じ知らせてくれました。使い古された決まり文句ですが、「百聞は一見にしかず」という言葉で結びた

と思います。私は、皆さんが米国で必ず何か新しいものを発見すると信じています。同時に、皆さんの存在が、アメリカ人にとって、日本について何か新しいことを学ぶ機会になるでしょう。

**Kodera** 日本人は皆、外国に行くべきだと思います。少なくとも1回は行くべきですし、若い時に行く方が良いです。特に日本の場合、国民の多くが自国にしか目を向けておらず、他の文化や国や人々との比較がなかなかできません。日本しか見ていないので、視野はとて狭くなります。でも、他の文化や人々に出会ったり触れ合ったりすれば、ほかにも彼らの将来の可能性があることに気づくことができます。

**小藤** 留学できるなら、限られた時間で、勉強だけではなく多くの経験をしてください。好奇心を持って、いろいろなことに挑戦してください。私は大学4年生の時、3つの会社で研修する機会がありましたが、これは自分の将来やりたいことを確認する大切な経験となりました。留学する際、自分の目標を設定するのも留学を成功させるひとつのポイントだと思います。自分の留学生活は山あり谷ありで、決して楽しいだけの6年ではありませんでしたが、がんばってやってきて自分の目標を達成することができました。

**Tsuji** 留学を希望する人は、（米国の）宗教事情を理解し、自分の宗教についても知っておくべきです。私は何人もの人から「あなたの宗教は何か」と聞かれました。私は信仰心が強くないので、通常は無宗教だと答えます。すると、「なぜ？」と聞かれます。（私の学校の）ほとんどの学生は、当然ながらアメリカ人で、キリスト教徒かユダヤ教徒です。時々、宗教に関するプログラムがあり、まじめなプログラムです。ですから、（ほかの日本人学生が）宗教につい

ての知識がなく、不適切な発言をすると、ちょっと面倒なことになることもあります。

**Wakabayashi** どのような場合も、留学することは良いことだと思います。確かに留学が適さない人もいます。でも、少なくとも試すだけの価値はあります。皆さんがどのような人生を歩むことになろうとも、自らを知り、自らを疑い、自らを励まし、困難を乗り越えることは、今後の人生にとって重要でしょう。言葉や文化の違いを超えて友達をつくることによって、世界を知るための新たな視点が生まれます。

Study Abroad - High School

高校留学経験者へのインタビュー

留学経験者の紹介

注：( ) 内はインタビュー時の年齢

加藤綾花 (18歳)

今、高校2年生です。交換留学のために丸1年(日本の高校を)休学しました。ノースカロライナ州で、Youth for Understanding (YFU) によるプログラムに参加しました。持っていたビザはJ-1ビザです。10カ月間、つまり1学年の最初から最後までアメリカにいて、ホームステイしました。私のまわりには日本人は1人もいませんでした。YFUプログラムでは、自分で学校を選ぶことはできませんでした。公立高校に通って、アメリカ人の生徒と同じ授業を受けたのですが、どのクラスを取るかは自分で決めました。日本ではダンスのクラスがないので、ダンスのクラスが一番楽しめました。バレエ、ジャズダンス、ヒップホップなどを組み合わせたものでした。

Kinoto Saeki (24歳)

私はミシガン州のグランドバレー州立大学を卒業したばかりで、現在求職中です。高校生の時にメリーランド州の公立高校で1年間勉強し、その後日本に戻って日本の高校を卒業しました。ビザはF-1ビザでした。私の場合、普通の高校留学とは少し違って、アメリカン・フィールド・サービス(AFS)という組織が運営するプログラムでの留学でした。この組織は、第1次世界大戦中に負傷した兵士の救急搬送の任務に当たったドライバーたちによって創設されました。世界平和の基礎は、留学プログラムにあるという考えで運営されています。私もホーム

ステイをしていました。

横山つや (17歳)

私は高校1年生です。出発前にも1年生でしたが、去年1年間の留学が日本の高校の1学年の単位と認められなかったので、もう一度1年生をやらなければなりません。カンザス州のホルビーで、AFSプログラムによる留学でした。1年間のプログラムだったのでビザはF-1でした。AFSがすべて手伝ってくれたので、私はただ大使館に行ってビザ取得の面接を受けただけです。私はホストファミリーを大好きになりました。

予備的な質問

1. 留学経験をどのようにとらえていますか。

加藤 素晴らしい経験でした。本当に良い経験だったので、大学も米国に行くつもりです。4年間ずっとではなく、1年間の交換留学で、です。

横山 ただもう素晴らしかったです！今まで生きてきた中で最高の1年でした。私の日本の高校には生徒が1000人もいます。あちらでは320人しかいないので、全校生徒が私のことを知っていて、町の住人もほとんどが私のことを知っていました。私が今まで暮らしてきた場所と全く違っていたので、すごく良かったと思います。

2. 最も良かったことは何ですか。

加藤 もうひとつ家族ができたこと。ホストファミリーの方が、実の家族よりももっと実の家族らしく感じられるようになったほどです。

Saeki 私の今のアメリカのイメージは、さまざまな人たちが同じ学校に通うというものです。留学(メリーランド州)はとてもよい経験でした。ワシントンDCから約1時間、ボルティモアからも約1時間の場所で、アジア人が多く、アフリカ系米国人や白人もいる場所だったので、誰も私を日本人だとは思っていませんでした。1人の人間として見てくれました。

横山 何もかもすべてです！食べ物もおいしかったし、学校も良かったし、友達にも恵まれました。ホストファミリーも大好きでした。

3. 最も苦労したことは何ですか。

加藤 英語です。最初の2カ月間は意思の疎通が難しいと感じました。日常会話は、最初の2カ月もかなりうまくできていたのですが、学校で授業を受け始めるようになると、すごく大変になりました。

Saeki 言葉と文化的なことです。日本では宗教的なことを人に聞いても大丈夫ですが、アメリカではタブー視されています。

4. 留学の経験から何を学びましたか。

横山 留学前もアメリカの大学に行きたいと思っていましたが、今は新しくできたファミリーと友達がいる場所にまた行って彼らに再会したいと思っています。はっきりとした目標があるので、すごく頑張っています。高校を卒業したら、アメリカへ留学できればいいなと思っています。

5. なぜ留学したのですか。

**加藤** 父の仕事の都合でマレーシアに5年間住んでいました。私は現地にある日本人学校に行ったので、毎日英語を話すことはありませんでした。日本に帰国したら、友達みんなから英語をしゃべってと頼まれたのに私は英語が話せませんでした。だからマレーシアでインターナショナル・スクールに行かなかったことをすごく後悔しました。

**Saeki** 小さいころに英会話学校に通っていて、そのころは英語が大好きだったのですが、学校で英語の授業が始まると文法と読解ばかりで、英語が嫌いになって、成績もひどいものでした。小さいころに英語を学んでいたし、両親がテレビでアメリカ映画を見るのが大好きだったので、私も米国に行きたいと思っていました。AFSのプログラムを見つけた時、とにかくテストを受けてみようと思いました。AFSのプログラムで留学した人とも知り合って、その人からプログラムについていろいろ教えてもらいました。さらに詳しいことはインターネットで調べました。

#### American View の読者からの質問

1. 留学前から何を勉強したいか分かっていましたか。何を勉強するか、どこで勉強するかをどうやって決めましたか。(大阪府在住の読者)

**加藤** (何を勉強したいかが) はっきり分かっていたわけではありません。インターネットで調べたことはあります。いくつかプログラムの資料を取り寄せて、YFUのプログラムに決めました。

**横山** 私の祖母もAFSでアメリカに留学しました。もう50年も前のことです。祖母がAFSについて教えてくれ、アメリカに行くための試験がある

ことも知りました。英語の試験と面接を受けなければなりませんでした。全部祖母から聞きました。

2. ホームシックにかかりましたか。その場合どのように対処しましたか。(富山県在住の読者)

**加藤** 最初の2日間だけですが、実際ホームシックにかかりました。その理由は時差ぼけで眠ることができなかったからです。夜の暗闇の中で、周りには誰も頼る人がいないし、この先1年間の交換留学は一体どうなるのだろうと不安になりました。部屋を一緒に使っていたホストシスターが、私の泣いているのに気づいて、話しかけてくれました。話すことは役に立ちますが、ほかの日本人留学生と話すともホームシックがひどくなってしまうのでお勧めできません。



加藤さん(左端)とホストファミリー(写真提供 加藤綾花)

**Saeki** スポンジのように何でも吸収しようとしていたので、ホームシックにはかかりませんでした。何もかもが目新しかったのです。(日本とアメリカを)比較して、日本はこうだ、アメリカはどうだと

考えたりはしませんでした。比較するから、ホームシックになってしまうのだと思います。

3. カルチャーショックを感じたことはありましたか。そのうち感じなくなりましたか。(東京都在住の学生)

**Saeki** 多少はありました。小さなことでは学校の制服がなかったこと。宗教的な学校があること、タバコなどの自動販売機が街中になくともカルチャーショックのようなものでした。

**横山** 今まで住んでいた場所とあまりにも違い過ぎるということでした。日本なら駅まで歩いて3分ぐらいで行けます。食料品店には歩いて1分ぐらいです。ところがアメリカではどこへ行くにも車で、私は運転できませんでしたから、ホストマザーかファーザーにお願いしなければなりません。(日本に帰ってきて)不思議な感じがしたのは、カンザスにいた時は山が全然なかったからです。見渡すかぎり平坦で、どこまでもトウモロコシ畑や麦畑が続いています。だから「わあ、日本にすごくたくさん木がある!」と思いました。カンザスではこれほど多くの木を目にしませんでした。

4. けがや病気など緊急事態に直面したことはありますか。どのように対応しましたか。(京都府在住の読者)

**加藤** 病気になりました。お医者さんに行きました。が緊急事態ではありませんでした。保険には加入していませんでした。日本ではたいていお医者さんが何種類か薬をくれますが、アメリカではくれませんでした。ただ診察しただけで薬は出されませんでした。家に戻って市販の解熱鎮痛薬を飲んで終わりでした。

5. 偏見、固定観念、差別などを経験したことはありますか。あれば、どのように対処しましたか。(東京都在住の学生)

**加藤** あります。日本人はだれもが、胸の前で手を叩いて、頭を下げて「こんにちは」と言うものと思われています。実際にそんなことする人はだれもいません！ 誤った固定観念は確かにありました。

**Saeki** 最初に米国に行った時、私はアメリカ映画から情報を得ていました。それで私に固定観念ができました。アメリカ人はだれもがすごく広い家に住んでいて、放課後にはブラブラ遊んで、というような…。でも現実とは違います。私のホストファミリーは小さな家に住んでいましたし、放課後はスクールバスに乗らないと家に帰れなかったのが、友達と遊んでいる暇はありませんでした。

**横山** ほとんどが白人で、黒人やアジア系の人はあまりいませんでした。学校でも私以外のアジア系の生徒は、たった2人だけでした。よく中国人と呼ばれましたが、それも別に意地悪をしようというつもりはなかったのだと思います。中国人と呼ぶのは、アジア人や日本人を見慣れないからで、それでショックを受けたり、悲しくなったりはしませんでした。私のいた町は本当に小さくて差別はまったくありませんでした。

6. 米国に留学していて安全だと感じましたか。用心のために何かしたことはありますか。(埼玉県在住の学生)

**加藤** ホストファミリーからしないようにと言われていたので、学校へはたくさんお金を持って行かないようにしました。

**横山** 友達と出かける前に、ホストファーザーに出かける許可を得ること。それだけでした。(門限があり)学校がある時は午後10時30分で、週末は午後11時でした。門限に遅れそうになった時はホストファーザーに前もって電話していたので、門限に遅れたことは一度もありませんでした。プリペイド式の携帯電話を買いました。交換留学生にはすごく役立つと思います。(ホストファミリーから)出かける前や、家の外で何かをする時は事前に知らせるように言われていましたが、それくらいは構いませんでした。自分のしたいことはほとんどさせてもらえました。本当に小さな町だったので、気をつけなければならないのはコヨーテや熊などでした。

7. 友達づくりは難しかったですか。より多くの人に出会うための最良の方法は何だと思いますか。(東京都在住の学生)

**加藤** 私はとにかく人と一緒にいることが好きなので難しくありませんでした。クラブに参加すること(が学校での友達づくりの最良の方法だと思います)。

**Saeki** 私には(友達づくりは)大変でした。メリーランドの高校には8月に行きました。最初の2~3カ月間、友達は全然いませんでした。ランチも1人で食べていました。ランチをどこで食べればいいのかも分かりませんでした。授業中に親切にしてくれた人がいたとしても、日本と違い、アメリカでは授業ごとに生徒は教室を移動しますから、昼休みになると友達がどこへ行くのか分かりませんでした。スポーツなどのグループに入れば、ルールは同じですから、そのルールさえ知っていれば、たとえ話す言葉が違っていてもプレーに参加することができました。そうして友達をつくることができました。また、

そうやってできた友達を通じて、すぐに別の友達もできました。

**横山** 私はあまり社交的な性格ではありませんから、クリスマスのころまでは本当の友達はできませんでした。かなり長くかかりましたが、友達がいなくてもすごく満足していました。子犬と遊んだり、本を読んだりしているだけで十分に幸せでした。その後、女子のバスケット部のマネージャーになったり、インターナショナル・クラブにも入りました。これがとても役立ちました。私以外にも女子マネージャーが2人いて、その子たちとすごく仲良くなって、バスケットボール・チームの中で友達をつくることができましたからです。

8. クラブや学生組織に所属していましたか。どのような活動やイベントに参加しましたか。何かお勧めの活動はありますか。(神奈川県在住の読者)

**加藤** ダンス・チーム、ドリル・チーム、チアリーディングに所属していました。ドリル・チームは、バンドが行進をする時に一緒にダンスをするチームです。ホームカミング(学園祭)もありました。ハロウィーンの日、学校でハロウィーン・ホームカミング・フットボールの試合がありました。みんなて試合を観戦しましたが、特別な行事だったと思います。

**Saeki** 私は日本語の先生のお手伝いをしました。先生に頼まれて日本語の授業を受けたのですが、試験は受けませんでしたし、Aの評価をもらいました。ただ座っていただけですが、日本語を発音してみせたり、筆順通りに漢字を書いたりしました。

**横山** 私はプロム（ダンスパーティー）などの卒業記念の行事に参加しました。ホストファミリーは私のためにパーティーを開いてくれたし、プロムも本当に楽しみました。春休みにアリゾナに行き、ドレスや靴などをすべてそこでそろえました。もう最高でした！ 学校の近くのホテルを会場にした本当にフォーマルな行事で、正式なディナーを食べてダンスをしました。



友人のブリタニーとプロムにでかけた横山さん（写真提供 横山つや）

9. 学校以外に、英会話の上達を支援するグループや、趣味のグループがありましたか。こうしたグループをどうやって見つけて、どんな活動をしましたか。（神奈川県在住の読者）

**加藤** ESLのクラスがあったので取りましたが、とても退屈なのでほかの人にはお勧めできません。最初の2～3週間は役に立つかもしれませんが、それ以降は退屈でした。

**横山** 私はラジオの英語番組を5年間聴いていました。すごく役に立ったと思います。（初めてアメリカ

カに行った時）言いたいことは伝えられたのですが、人の言っていることが聞き取れませんでした。私に向かって言っている時は何を話しているのか分かるのですが、アメリカ人同士が話している時は、早すぎてついていけません。そのうちに英語が上達したので）日本に帰国した時には日本語がまったく話せなくなっていました。母は英語が全く話せないのに、その母にも英語で話していました。

10. 学資援助を受けましたか。内容はどのようなものでしたか。どうやって見つけましたか。（茨城県在住の学生）

**加藤** YFUから10万円が支給されました。それで日本に戻った時にレポートを書かなければなりません。

**横山**（私のプログラムの場合）普通は2万ドル程度を自己負担しなければならないのですが、私は米国大使館から奨学金（田中利之／米国大使館奨学金）を受けたので自己負担はありませんでした。予防注射やスーツケースを買うお金は自分で払いましたが、奨学金のおかげですごく助かりました。（帰国したら報告をしなければならないので）明日その面接に行かなければなりません。

11. 米国留学に際し、日本から持参した方がいいものはありますか。（富山県在住の読者）

**加藤** 「五十音表」です。友達がみんな日本語を教えると言うので発音から始めたのですが、ただ口で言うだけでは難しいので、私は書いていました。持って行かなくても、自分で作ってもよいと思います。私のお勧めは五十音表、浴衣、日本の伝統的なお菓子です。

**Saeki** 「クックドゥ」のパック入りソースです。普通のソースですが、肉や野菜を調理して、それを加えるだけで（いつも日本で食べているものと）同じ味になります。

**横山** とにかく衣類をたくさん持っていくこと。ちょっと変わっていると思うのですが、アメリカではあまり洗濯をしません。日本では洗濯は毎日しますが、アメリカでは週に1回くらいです。田舎だとモールに行って衣服を買うこともあまりできません。着いたら日本の両親に冬服を送ってもらうことができます。私は写真アルバムを作りました。ホストファミリーや友達にすごく喜ばれましたから、良いアイデアだと思います。

#### その他のコメント

**加藤** 出発前に英語の勉強をすること。少なくとも、ある程度の単語を覚えて、前向きな態度を取ることです。何か言いたいのに、うまく伝えることができない。そう見えるのは大丈夫ですが、すごく引っ込み思案になって、自分には伝えることができないと思い込んでしまったら、それは良くありません。私は英語を流ちょうに話せるわけではありませんでしたが、簡単な言葉や文章なら使えました。もうひとつ、日本では数学が本当に苦手でも、数学の授業を受けることです。私は日本では数学がすごく苦手でしたが、米国では過去最高の得点を取ったということで、州から表彰されました。成績表には156%の得点がついていました。ほとんどノーミスだったので、賞状をもらいました。

**Saeki** 何でも吸収するスポンジになること。比較をやめて、すべてを取り入れることです。赤ちゃんのようにすることが必要です。頭に日本語があると、

頭の中で翻訳してしまいますが、それをやっていたのでは追いつきません。

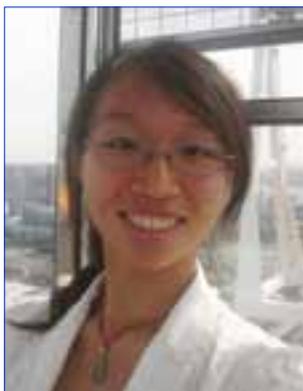
**横山** ニューヨークに行くとか、ロサンゼルスに行きたいなどという期待を抱かないことです。私はどこへも行きませんでしたが、滞在している場所にいるだけで本当に楽しむことができます。それから、友達ができないとか、英語がうまく話せないといって、落ち込みすぎないことです。そのうちうまくいくようになります。英語で日記や日誌をつけるのも良い考えです。滞在が終わるころ、8月から続けてきた日誌を読むのはすごく楽しいと思います。成り行きに任せて、楽しみましょう！ 必死で努力しなければ、楽しめないということはありません。

Study Abroad in Japan

日本での留学経験

クリスティン・ホー

在日米国大使館 2010年夏季インターン



クリスティン・ホー

2010年夏、在日米国大使館でインターンを務める。トーマス・R・ピカリング・フェロー（注1）。同年5月、米国ワシントンDCのジョージ・ワシントン大学エリオット・スクールで国際関係学修士号を取得。ウェルズリー大学で学士号を取得、同大学在学中の1年間、京都の同志社大学に留学。

私にとって日本での留生活は、時には大変なこともありましたが、人生を変える素晴らしい経験となりました。最初に日本で勉強したのは、大学の留学プログラムに参加した時です。プログラムを選ぶ際には、留学フェアに参加したり、インターネットで調べたり、大学の先生に相談したり、留学から戻ってきたばかりの学生に話を聞きました。最終的に、何に興味があるかを考えた上で、学業面での要件と私の個人的な希望の双方を満たす最良のプログラムはAKP（注2）だと結論に至りました。そしてこのプログラムに参加し、1年間ホームステイをしながら、京都の同志社大学でさまざまな科目の授業を英語と日本語で受けました。

AKPには私が学んでいた大学も参加し、費用は通常の授業料だけで済みまし、AKPで取ったクラスを単位として認定してもらうよう申請する必要もなかったため、経済的にも、単位取得の面でも助かりました。また母校の留学相談室から紹介されたり、自分がインターネットで見つけたすべての奨学金に応募しました。こうして2006年秋から1年間の京都留学では、アジア留学のためのフリーマン奨学金（2000ドル）とベンジャミン・A・ギルマン国際奨学金（5000ドル）を受けることができました。

日本へ行く準備として、ビザを申請し往復の航空券を購入しました。航空券の購入で気が付いたのは、飛行機の到着が遅れることを考え、予約した出迎え時間の少なくとも3時間前には到着する便を選ぶことでした。受け入れ先となる大学が発行した身元保証書がAKPから送られてきたので、これと旅程表、パスポートを持って最寄りの日本領事館に行きました。領事館では、ビザ申請の番号札をもらい、待ち時間に英語のビザ申請書に記入しました。私の順番になったので、窓口にいる女性に申請書と身元保証書、旅程表、パスポートを提出しました。窓口の女性は私の書類に目を通すと、私の留学計画について英語でいくつか簡単な質問をし、パスポートが日本到着後すぐに期限切れにならないことを確かめると、旅程表と身元保証書を私に返して、3日後にもう一度パスポートとビザを取りに来るように言いました。とても簡単でした。一方、日本に行くための荷造りはとても大変でした。それまでマサチューセッツ州以外の場所に住んだことがなかったからです。インターネットで京都の気候も調べました。AKPから「持っていった方がよい物」の一覧表が送られてきました。これにはとても助かりました。内容も正確でした。

2006年9月6日、私は関西国際空港に到着しました。税関も入国審査もまったく問題ありませんでしたが、ビザと一緒に身元保証書の提示を求められました。AKPは同志社大学の英語ディベートクラブとのツアーを企画してくれ、クラブのメンバーたちが丸1日かけてホストファミリー宅から大学までの通学経路を教えてくれたり、ゆうちょ銀行の口座の開設、国民健康保険や外国人登録証の申請を手伝ってくれました。ツアーガイドをしてくれた人たちは、私にとって初めてできた日本人の友人で、それからの1年間、さらに多くの人たちと知り合えるよう力を貸してくれました。サークルへの参加も、新しい出会いや日本での学生生活への適応に役に立ちました。

カルチャーショックの面で私が直面した最大の問題は、2年間も日本語を勉強し、毎日日本語を使えると期待していたにもかかわらず、日常生活で使われている日本語は、私が慣れていた日本語よりも早くて口語が多いと気づかされたことです。母国を離



同志社大学のキャンパスで、AKPに参加している友人たちと。中央が私（写真提供 クリスティン・ホー）

れて最初の1カ月間は、何も分からないような状態でした。それでも京都に住んで、ホストファミリーと暮らす以上、日本語能力を向上させる以外に残された道はありません。京都は、東京や横浜のように英語だけで支障なく暮らしていける土地柄ではありません。しかも私のホストファミリーは、日本語し



冬の金閣寺にて（写真提供 クリスティン・ホー）

か話せない70歳代のご夫婦だったのです。というわけで、1日中日本語だけという生活が毎日続きました。最初は悪戦苦闘していたのですが、上達を実感できたときはとてもうれしくなりました。ホストファミリーの家の前をよく通る車があり、物悲しい調子で何かを訴える運転手の声が、マイクを通して聞こえました。最初、何を言っているのか分からず、イスラム教の祈りの言葉のように聞こえました。ところが12月半ばのある夜に、またその車がやって来ていつもの悲しげな声が聞こえてきた時、はっとしました。ついに聞き取れたのです。その哀切な声は「い～しゃ～きいも～！」と叫んでいたのです。祈りの言葉と勘違いしていた自分にあきれました

が、聞き取れたことにも驚きました。それから、ニュースやクラスメートの話、バスや電車の車内アナウンスなども理解できていることに気づきました。なんとも言えず良い気分でした。

日本滞在中は、ホームシックと呼ぶようなものにはかかりませんでした。1週間から2週間に1回、両親と電話で話したことや、授業と校外での日本文化を学ぶ活動でいつも忙しくしていたのが良かったのだと思います。授業が終わった後は、AKPのオフィスや友人の紹介で知った日本舞踊や邦楽のけいこに通いました。特定の食べ物（ステーキですが）を無性に食べたいことがありましたが、もっと大きな都市や外国に旅行したりして、たいていの場合はその欲求を満足させることができました。留学中の1年間に、神戸、大阪、広島、宮島、長崎、熊本、阿蘇山、別府、札幌、東京、横浜、日光、箱根、台湾の台北を訪れました。国際的な都市に行けば、食べたかった中国料理やアメリカの食べ物を見つけることができました。旅行は、日本や近隣の国々をよく知ることができる素晴らしい手段です。ユースホステルに宿泊して、オンラインで見つけた鉄道会社や旅行会社の割引サービスなどを利用すれば、私の慎ましい予算内でも、どうにかやりくりすることができました。また、日本中どこにでもある100円ショップは、お金のない大学生の命綱でした。とはいえ旅行中は、1日1万円ほど使いました。それだけあれば普通なら1週間は過ごせる金額です。

留学して一番の経験は、ホストファミリーとの生活でした。ステイが終わるころには、私にとって本当の家族のようになっていました。1年が過ぎる中で私が学んだのは、ホストファミリーと一緒に時間を過ごし、問題があるなら伝え、予定を話し合うことが非常に大切である、ということです。私の

ホストファミリーが教えてくれる情報は確かなものでしたし、よく話をし、お互いの習慣や意見を尊重しながら、協力して歩み寄る努力をした結果、ほかの留学生たちが経験した多くの問題を回避できました。常識さえ働かせれば済むこともありました。AKP留学生のひとは、食後のスナックとして出されたポテトチップスを、ホストファーザーに少し残して置くようホストマザーに言われていたにもかかわらず全部食べてしまった、といったことがいくつか重なって、ホストファミリーとの間がギクシャクしていました。別の留学生は、ホストマザーが出す料理に全く手をつけなかったためトラブルになっていました。そしてホストマザーがその学生の食習慣に合わせようと、彼女を連れてスーパーに買い物に行ったところ、日本ではとても高価なものばかりを選んだのです。たいていのホストファミリーは、住まいや食事を提供することによって、AKPから毎月受取る金額をはるかに上回る経費を留学生のために負担しているのですから、私も友人も、何かしてもらったらいつも忘れずに「ありがとう」と言うことや、旅行をしたら必ずホストファミリーにお土



在日米国大使館でインターンとして働く私。大使公邸にてルーサー大使夫妻と（写真提供 クリスティン・ホー）

産を持って帰ることを心がけていました。私のホストファミリーは、時々私がお菓子やお花を買って帰るのをとても喜んでくれました。AKPも、感謝祭の祝日には、お世話をしてもらっていることに対する感謝のメッセージカードをホストファミリーに送るよう勧めていました。

日本でのアメリカ人の固定的イメージを知るのも興味深く、しばしば面白く感じました。例えば友人のホストファーザーは、毎日ハンバーガーを食べるのはどんなものか、と聞いてきました。アメリカ人だからといって、誰もが3食マクドナルドで取るわけではなく、実はアメリカには世界中の食と文化が集まっていると説明するのは楽しいことでした。けれど、そうした固定的イメージの中には、当たっていると思われるものもありました。そのひとつが、キャンパスで一番身なりに無頓着なのが留学生、というものです。これには反論の余地はほとんどありませんでした。例えば、同志社では、留学生はスウェットシャツとジーンズを着て、背中にバックパックという格好でクラスに出席するのですぐ分かります。最新のファッションで決めて、バックパックは決して持たない日本人学生と比べると、はるかにカジュアルで質素です。ほかには、台湾系アメリカ人の私は、ブロンドでも青い目でもないから、本当にアメリカ人だとは信じられないという人たちもいました。その一方で、私が日本であまり差別を受けなかったのは、日本人といっても通用する外見だったからでしょう。一定の人物像に当てはまるために、警察官によく呼び止められて身分証明書の提示を求められたクラスメートもいれば、人に避けられたり、失礼な扱いをされたりするクラスメートもいました。そんな時には、礼儀正しく友好的な態度を保つことが効果的だと、多くの留学生が学びました。そうすることによって、しばらくたつと、留学生に対

する人々の見方が変わってきたからです。

今、私は再び日本にいます。今回は外国で学ぶために前回とは違う道を選びました。東京の米国大使館のインターン制度に応募したのです。これは学業よりもむしろ職業上の経験になるので、かなり様子が違います。プロジェクトを担当し、イベントを手伝い、高官のミーティングに参加しています。大まかに言えば、日本の「サラリーマン」のような生活を体験しています。この生活では、時には働く、食



ルース大使とインターンとの昼食会（写真提供 クリスティン・ホー）

べる、寝ることだけが生活のすべてのように感じることもあるのですが、私は日本のチームワークと仲間意識がとても気に入っています。おそらく米国での仕事もこれと大差ないでしょうが、個人主義がもっと重視されるはずで、米国大使館での研修で、私は、日本と米国の職業文化を取り混ぜた経験をすることができました。時には興味深く刺激的なこともあります。先日は、ルース大使がインターン全員をランチに招待してくださいました。私は週末になると、旅行に出かけています。国務省にはさまざまなインターン制度があり、その約半数では給料と住居が支給されますが、残りの半数は経費をすべて自

己負担しなければなりません。私は両方とも経験しましたが、どちらも同じようにやりがいがあり、得るところも多いと思いました。日本での研修ではありませんでしたが、私が無給インターンだった時は、共同生活や知人宅への下宿、買い物に出かける前のリスト作成、卸売り店や農家からの直接購入によって必要経費を切り詰め、家賃も含めて週に2万円相当で生活していました。

ともあれ留学はお勧めです。実りある経験ができますし、人間的に成長できるまたとない機会です。それに、何ととっても楽しいのです！

\*\*\*

注1. 大学院生を対象としたトーマス・R・ピカリング 外交問題フェローシップは、米国国務省が資金を拠出し、ウッドロー・ウィルソン全米フェローシップ基金が運営する奨学金制度。国務省の外交官になるための教育と実務経験をフェローに提供することを目的とする。フェローシップ・プログラムのすべての要件を満たしたフェローは、少なくとも3年間、国務省の外交官として勤務しなければならない。

注2. Associated Kyoto Program の略。米国のリベラルアーツ・カレッジ15校が日本語や日本文化についての教育を目的に同志社大学に設置した。詳細は [http://www.doshisha.ac.jp/international/study\\_abroad/newsinfur\\_akp.php](http://www.doshisha.ac.jp/international/study_abroad/newsinfur_akp.php) を参照。

## Visa and Other Information

### 米国への学生ビザ取得について よくある誤解

#### 誤解その1 学生ビザを取得するのは難しい。

##### 本当は…

日本人申請者のうち圧倒的多数が、通常1週間以内に学生ビザを受けています。

#### 誤解その2 ビザを取得するには英語が話せなくてはならない。

##### 本当は…

アメリカの多くの学業プログラムは、あらかじめ英語が堪能であることを必須条件としていません。ビザ担当者は英語でも、日本語でもビザ面接に対応することができます。

#### 誤解その3 学生ビザ発給制限数がある。

##### 本当は…

領事担当者が発給できる学生ビザの件数に制限はありません。

#### 誤解その4 学生ビザではアルバイトをしたり、インターンシップに参加したりすることはできない。

##### 本当は…

規則に従えば、学生の身分でもアルバイトをしたり、インターンシップをすることは可能です。アルバイト、インターンシップ／Optional Practical

Training (OPT) についての詳細は、留学先の留学生アドバイザーに確認してください。

#### 誤解その5 ビザ面接は難しい。

##### 本当は…

ほとんどの場合、面接はほんの数分で終了します。留学計画に関するいくつかの基本的な質問に答えるだけです。

#### 誤解その6 ビザを取得するには旅行代理店経由で申請するのが最善の方法である。

##### 本当は…

いくらかの時間の節約にはなるかもしれませんが、旅行代理店に手数料を支払い、申請書に記入してもらっても、ビザが承認される確率が高くなるわけではありません。

#### 誤解その7 日本人は短期留学であればビザは必要ない。

##### 本当は…

米国での滞在期間3カ月未満であったとしても、フルタイムの学生はビザが必要です。

#### 誤解その8 留学先には名の通った学校を選ばなくてはならない。

##### 本当は…

米国には世界屈指の選考の厳しい大学がいくつかある一方、4000以上の認可を受けた教育機関が存在し、何百もの良質な学業プログラムが提供されています。ビザ担当官は、幅広い学業プログラムが留学生向けに提供されていることを十分認識して

います。

#### 誤解その9 書類不備=ビザ却下

##### 本当は…

ビザ面接の際にすべての書類を持参することを求められていますが、たいていの場合、不足していた書類は後日郵送、または改めて提出することができます。

#### 誤解その10 日本国籍保持者でないと日本でビザを取得することができない。

##### 本当は…

生まれてからずっと、または人生の大半の期間にわたって日本に居住している外国籍の方は、日本のパスポート所持者と同様に、日本でビザの発給を受けることができます。

読者から寄せられたビザやその他に関する質問

1. 面接後何日ぐらいでビザが届きますか。(千葉県在住の学生)

ほとんどの場合、ビザは面接後約1週間で発給されます。ただし、すべての申請が7日間で処理されるという保証はありません。ビザが押されたパスポートが手元に届くまでは、最終的な渡航計画を立てないでください。また、追加手続きが必要となり、ビザ発給に6週間もしくはそれ以上の時間がかかる場合もあります。追加手続きとビザの審査状況についての詳細は <http://japan.usembassy.gov/j/visa/tvisaj-niv-admin.html> をご覧ください。

2. 交換留学にかかる平均的費用はどのくらいですか。(米国在住の学生)

日本または米国への留学にかかる費用は、プログラム、学資援助の有無や内容、生活環境、学校の所在地によって大きく異なります。例えば高校や大学の中には、互いの国の姉妹校と直接留学生を交換し、通常の授業料以外の納付を必要としないところがあります。また、多くの学校が、すでに学費援助を受給している学生により多くの援助を提供するので、同じ生活環境で同じプログラムを受講する場合でも、奨学金 (scholarship)、研究奨学金 (fellowship)、あるいは補助金 (grant) を受給しているかによって、各学生の費用は変わります。もちろん、東京やニューヨークなどの大都市以外の学校に留学すれば、生活費は大幅に少なくすむでしょう。留学先を決定する前に、関心のあるプログラムをいろいろ検討するとよいでしょう。あなたの学校に留学事務局や留学生担当事務局があれば、そこから情報を得ることができるでしょう。また、自分の専攻したい分野に

詳しい先生に相談してもよいでしょう。情報を得るもうひとつの方法は、最近留学から戻ってきた学生に話を聞くことです。あなたが希望する留学先やプログラムの費用に関する正確な最新の情報や、入学手続き、特別な補助金や奨学金、現地での生活について実際に役立つ助言を得ることができます。

3. 自分が学びたい専攻は決まっているけれど、どの大学で学べばいいのかわかりません。(東京都在住の読者)

日米教育委員会 (JUSEC) は、米国の学校を探す際に役立つ情報源です。JUSEC のウェブサイト (<http://www.fulbright.jp/index.html>) をご覧ください。

4. 現地に到着してから学校の手配やビザの手続きをすることは可能でしょうか。(埼玉県在住の読者)

ビザ免除プログラム、つまりビザを持たずにすでに渡米している場合、身分を学生に変更することはできません。学生ビザは、米国を出国し米国外で申請しなければなりません。米国へのビザは、通常、米国大使館・領事館で申請します。申請は日本国内のどこ大使館・領事館でも可能です。例えば、那覇に住む申請者が東京でビザを申請することもできます。国土安全保障省によると、学生ビザ保有者は、I-20 に記載されている指定登校開始日の30日以上前に米国に入国することはできません。この30日の入国制限は、有効なI-20を持ち米国に再入国する学生には適用されないもので、いつでも渡米できます。

入学願書に関しては、米国の学校は、国内・国外両方から願書を受け付けています。願書の郵送、あるいはオンラインでの記入 (学校側にその用意がある場合) が可能であれば、願書の手続きの際に入

学志願者が物理的にどこにいるかは問題ではありません。

5. 妻が家族ビザで米国に同行した場合、パートタイムで働くことはできますか。(富山県在住の読者)

家族がF-2やM-2ビザで働くことはできませんが、パートタイムの学生であれば、職業訓練や趣味などのプログラムに参加可能です。米国市民権・移民事務局 (USCIS) からあらかじめ就労許可を取得しない限り、家族がJ-2ビザの資格で働くことはできません。学校で学ぶことは可能です。

6. 乳酸菌の健康効果の分野に関心のある米国の政府機関や組織を紹介していただけませんか。(京都府在住の読者)

海外留学し、科学や健康関連の研究に関心があるならば、米国国立衛生研究所 (NIH)、米国食品医薬品局 (FDA)、米国農務省 (USDA)、米国国立科学財団 (NSF) が提供している研究開発プログラムについて調べてみてはいかがでしょうか。また、米国の多くの大学が、大学、大学院、専門研究のレベルで、この分野のプログラムや奨学金を独自に提供しています。詳細については次のウェブサイトをご覧ください。

- NIH : <http://grants.nih.gov/grants/oer.htm>
- FDA : <http://www.fda.gov/Training/default.htm>
- USDA : <http://www.fas.usda.gov/icd/grants/grantsiii.html>
- NSF : <http://www.nsf.gov/>
- 日米教育委員会 : <http://www.fulbright.jp/index.html>

**7. 米国で医学を勉強したいのですが、どうすればよいでしょうか。また費用と年齢制限の有無について教えてください。(東京都在住の読者)**

日米教育委員会 (JUSEC) は、米国の学校を探す際に役立つ情報源です。JUSEC のウェブサイト (<http://www.fulbright.jp/index.html>) をご覧ください。費用は、通う学校、学資援助の有無や内容、生活環境、学校の所在地によって大きく異なります。費用については、入学を希望する学校に直接問い合わせるとよいでしょう。通常は、就学中の年間平均費用の概算を留学生に教えてくれます。また、一般的に、米国の人々や学術機関は、高等教育を望む気持ちに年齢制限はないという考えを持っています。米国では毎年、80 歳代の高齢者が大学で学位を取得しています。

**8. 既に F-1 ビザを取得している場合、他州の州立大学に転校するにはどのような手続きが必要ですか。(愛知県在住の学生)**

学生として最初に渡米する前に学校を変えた場合には新しいビザが必要です。しかし、米国で勉強し始めてから学校を変える場合には、新しい学校から I-20 を取得すれば、新しいビザを取得する必要はありません。ただしこれは、5 カ月以上米国を離れていなかった場合に限りです。あらためて米国に渡航して新しい学校に通い始める前に、学生アドバイザーに連絡して、学生・交流訪問者情報システム (SEVIS) のステータスが有効になっていることを確認してください。

転校については、転校希望先の学生アドバイザーや入学審査担当者に相談することができます。彼らは、入学手続き、単位の移行、現在の学校からの退

学手続きなど、転校に必要な手続きについて情報を提供してくれます。

**9. インターネット接続に LAN ケーブルを使っています。LAN ケーブルの規格は日米同一でしょうか。(愛知県在住の学生)**

一般的に LAN ケーブルの規格は日本も米国も同じですが、米国に行く前に受け入れ大学の IT サービス担当者に確認するとよいでしょう。

**10. 10 年以上前のことになりましたが、娘の先輩が 16 歳でニューヨークのスクール・オブ・アメリカン・バレエ (SAB) とジョフリー・バレエ・スクールから奨学金を受けて、ニューヨークでバレエを習いながら、学費を全く払わずに米国の公立高等学校を卒業しました。このようなことは現在でも可能ですか。(大阪府在住の読者)**

米国には、バレエを含む舞台芸術や創作芸術の専門学校が多数あります。適切な学校を見つけるためには、その分野に詳しい先生やこうしたプログラムに参加した学生に相談すると良いでしょう。これらの学校の多くは留学生を受け入れています。公立の中等教育機関 (高校——第 9 学年から 12 学年、ほぼ 14 歳から 18 歳まで) への通学を希望する外国人学生は、F-1 ビザで最長 12 カ月間学ぶことができます。ただし、補助金を考慮に入れず教育費用を全額支払ったことを証明しなければ、ビザ申請は処理されません。しかし、公的資金からお金が出ないのでない限り、特定の組織や個人が学生の授業料全額を支払うをことを妨げる法律はありません。それでもやはり学生は、米国滞在中の教育費と生活費を賄うのに十分な資金があることを示さねばなりません。言い換えれば、ご質問のような内容のことは、通学

する芸術専門学校から公立高等学校の授業料を賄うための奨学金が支給されるならば可能です。入学を希望する学校の入学審査担当者であれば、具体的な留学生向け奨学金など、詳細な情報を提供できると思いますので、相談するとよいでしょう。

**11. 私は中国人ですが、大阪の米国領事館でビザ申請の面接を受けることは可能ですか。(大阪府在住の読者)**

米国へのビザは通常、申請者の永住地を管轄する米国大使館・領事館で申請しなければなりません。ほとんどの米国ビザについて、日本に居住する非移民ビザ申請者がビザの受給要件を満たすためには、日本との社会・経済・職業上の強い結び付きを証明しなければなりません。日本に短期訪問している場合、ビザ申請は可能ですが、永住地以外で受給要件を満たすことは通常より難しいでしょう。

ビザに関する詳細な情報については米国大使館のウェブサイトをご覧ください。

- <http://japan.usembassy.gov/>
- <http://japan.usembassy.gov/j/tvisaj-main.html>
- <http://japan.usembassy.gov/j/visa/tvisaj-niv-walkin1.html>
- 学生：<http://japan.usembassy.gov/j/visa/tvisaj-niv-fm.html>
- 交流訪問者：<http://japan.usembassy.gov/j/visa/tvisaj-niv-j.html>

その他の役立つウェブサイト

- <http://www.fulbright.jp/index.html>
- <http://connectusa.jp/>