

基本情報

国名	アメリカ
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	
大学名	ニューヨーク州立大学ストーニーブルック校
その他の大学名（大学名で「その他」を選択した場合）	

所属

言語文化学部・国際社会学部・大学院を選択)	国際社会学部
各学生の専攻する地域言語一覧より選択	英語（北アメリカ）
学年	4
留学時学年を選択	3

留学先

学部	
留専攻	政治科学

留学期間

開始	2019/8/20
終了	2020/5/20

留学前

留学の目的	①異国での長期間の生活体験 ②米国政治を学び、米国への理解を深める
-------	--------------------------------------

求められた語学力

英語TOEFL	80
英語	
その他	
レベル	

情報収集方法

その他	先輩
参考になるHP	質問があれば、留学生課を通して、自分につないでもらっても大丈夫です。

留学準備

ビザ申請を始めた時期	6月
ビザ申請方法	米国大使館HPより。早めに始めた方が良い。自分は遅かった。
航空券を準備した時期	6月
航空券準備方法	エクスペディア。片道航空券は高いので、少しでも早く予約した方が良い。
履修登録を始めた時期	5月
履修登録方法	大学からの指示に従う。レベルの高い科目は、pre-requisiteが必要なので、それを免除してもらうために、教授に自分で相談しなければならず、早めに連絡を取った方が良い。教授の連絡先は現地の留学生担当の部署の方に尋ねると良い。
入寮申込みを始めた時期	4月
入寮申込み方法	大学からの指示に従う。
住居探しを始めた時期	
住居探し方法	留学生は基本的に寮に入るのので、個人的に住居を探さなくてよい。（年度によってシステムが変わるかもしれないので、各自大学からの連絡に注意。）
保険に加入した時期	
保険加入方法	強制的に留学先大学の保険に入られるので、指示に従う。日本の保険も加入必須。
予防接種を受けた時期	7月
予防接種の種類	大学からの指示に従う。日比谷クリニックだと書類作成も代行してくれるのでお勧め。
語学強化を始めた時期	
語学強化方法	日常的に行う。
その他の準備を始めた時期	
その他の準備内容	

留学中

--

学年暦

8月
8月末に秋学期開始

10月
多くの授業でmidterm examが行われる。
Thanksgivingの予定を考える。(大学は、休み期間はほぼ閉まるので、多くの学生が実家に戻ったり旅行に出る。)

11月
上旬：ボスカヤリ参加可能。下旬：Thanksgiving休暇。冬休みの予定を考え始める。(帰国or旅行。大学は、休み期間はほぼ閉まるので、多くの学生が実家に戻ったり旅行に出る。)

12月
中旬～下旬に秋学期終了

1月
下旬に春学期開始

3月
多くの授業でmidterm examが行われる。3月中旬には一週間ほど春休みがあるので、その時の予定も早めに考えておいた方が良い。

5月
中旬～下旬に春学期終了

留学生科目

科目名	IAP 390 Rethinking America (留学生向け科目)
使用言語	英語
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	

学部・大学院科目

受講	可
受講可→聴講のみ/単位取得を選択	単位習得

学部・大学院科目

科目名	【秋学期】POL102 Introduction to American Government、POL317 American Election Campaigns、POL324 American Political Parties & Pressure Groups
使用言語	英語
科目名	【春学期】POL318 Voters and Elections、POL336 US Foreign Policy、POL344 American Political Ideology & Public Opinion、POL366 Press & the Presidency
使用言語	英語
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	

居住環境

居住環境	学生寮
家賃	\$4000 - \$5500 USD /学期
支払い方法	クレジットカードなど
部屋人数 (人部屋)	1人or 2人 (希望を出せる)
家族・同居人 (人)	6人~10人程
門限	なし
食事	食堂で食べるか自炊
	★
	★
セキリティ-	★

全体の印象



大学までの距離

学内にあるが、メインの講義棟まで徒歩10分はかかる。

大学までの所要時間

応募方法

大学からの指示に従う。

近隣施設

コンビニ

銀行

病院

スーパー

郵便局

薬局

その他の近隣施設)

映画館、ショッピングモール

住居にあった設備

机・椅子 (部屋)

机・椅子 (共有)

キッチン (共有)

ベッド (部屋)

冷蔵庫 (共有)

本棚 (部屋)

シャワー (共有)

クローゼット (部屋)

洗面台 (共有)

インターネット (部屋)

インターネット (共有)

ランドリー (共有)

冷暖房 (部屋)

冷暖房 (共有)

トイレ (共有)

その他住居にあった設備

学内にスタバは2軒あります。

治安状況

住居周辺の評価



大学周辺の評価

気をつけるべき点

学内環境

食堂の評価



食堂についてのコメント

アジア料理専門の食堂もある。おいしさは、普通。

図書館の評価



図書館についてのコメント



インターネットの評価	★★★★
インターネットについてのコメント	★★★★
売店・ブックストアの評価	★★★★☆
売店・ブックストアについてのコメント	教科書は多くの方がアマゾンで買います。
大学のサポートの評価	★★★★☆
大学のサポートについてのコメント	
全体の印象) 評価	★★★★☆
全体の印象) についてのコメント	

スケジュール

Weekday(放課後の過ごし方)	授業と課題。毎週、友人と食事と一緒に取った。部活動も盛ん。学校対抗のアメフトやバスケットボールの試合は、プロの試合のようだった。学生なら無料で観戦できる。チアリーディングやブラスバンドの部隊も駆けつけて全校で応援する。
Weekend(休日の過ごし方)	課題をするか、ニューヨーク市内に出かける。大学のすぐ近くには海辺の町 (Port Jefferson) があり、きれい。

おすすめスポット・旅行先など

New York City
 大学すぐ近くの駅から、片道二時間弱の電車の旅。乗り換えは一度のみ。電車の価格は片道14~20\$ (Peak/Off Peakによって値段が変わる。) NYCからバスやアムトラック (長距離電車) に乗ればボストンやフィラデルフィア、ワシントンDCにも簡単に行くことができる。(日帰りは厳しいと思うが)

目標

1	異国での長期間の生活体験	★★★★☆
その成果 1		★★★★☆
2	米国政治を学び、米国への理解を深める	★★★★☆
その成果 2		★★★★☆
3		☆☆☆☆
その成果 3		☆☆☆☆

今後の課題

留学先での学びを継続させること。また、留学先で得た友人関係を大事にしたい。また、英語力に関しては、二学期間の留学でそう大きく変わることはないと思う。（元々の英語力が一定程度高い場合。やはり、日々の研鑽が物をいうと感じた。）

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

【重要】

ストーニーブルック校の場合、授業料（交換留学生は支払い不要）の他に、施設使用費、寮費に一学期間に8000\$（約80～90万円）程かかります。これに加え、食費もかかります。また、移動はUBERか電車が基本で移動の度にお金がかかります。こういう情報は留学始まってから気づいてびっくりしたので、皆さんは知っておいてください。

文化の違い、生活環境の違いに最初は戸惑いました。

友達に関しては、日本語を教えるTAなどをするとできます。また、IAP390のクラスを取ると、留学生の友人もできると思います。

そして、外語会ニューヨーク支部の方に連絡を取るといいと思います。出国前に、外大の外語会プラザに連絡してつなげてもらっておくと、現地でお会いできるかもしれません。

帰国後

進路予定

就職

就職の場合：内定している あるいは 目指す業界 目指している業界：外務省or記者職

後輩へのアドバイス

留学には多大なお金と時間がかかるので、向上心を持つことは必要だと思います。しかし、あまり、具体的にしたいことを考えすぎなくてもいいように思います。現地に行くことで、初めて分かることや、感じるものがあります。そうした未知の領域への挑戦、自分の殻を破りたい人などは行く価値があると思います。不安なことも多いと思いますので、何かあれば留学生課を通して連絡をいただければと思います。

そして、米国留学を希望する皆さんにはニューヨーク州の大学をお勧めします。アメリカまで留学にせっかく来たなら、ミュージカルや芸術、スポーツと世界の最先端にふれることに大きな意義があるように思います。また、ニューヨークから東海岸の各都市への移動はそんなに困難ではありません。ニューヨーク州立大学は2つありますが、市内への連絡のしやすさの観点からは、ストーニーブルック校がおすすめです。また、ストーニーブルック校は理系や心理学に強いことで有名らしいですが、政治学の先生も立派な先生が多くいます。是非、アメリカのスケールの大きさをニューヨークから感じてください。

今後学生から質問が出た場合、メールアドレスを伝えても良いですか？ 可

基本情報

国名	アメリカ
その他の国名（国名で「その他」を選択した場合）	
大学名	ニューヨーク州立大学ストーニーブルック校
その他の大学名（大学名で「その他」を選択した場合）	

所属

言語文化学部・国際社会学部・大学院を選択)	国際社会学部
各学生の専攻する地域言語一覧より選択	ウルドゥー語
学年	5
留学時学年を選択	4

留学先

学部	縛りはなく、基本的に取りたい授業を取れる（前もって取っておかなければならない授業は申請すれば免除してもらえ、飛ばして取れる）
留専攻	

留学期間

開始	2017/8/22
終了	2018/5/18

留学前

留学の目的	<ul style="list-style-type: none">・ 卒論のテーマであるマスメディアと世論に関する授業を履修し、卒論に生かすこと・ 外大で履修できない分野(美術史)の授業を通して自分の興味関心を深めること・ 英語能力の向上
-------	--

求められた語学力

英語TOEFL	
英語	IELTS6.5
その他	
レベル	

情報収集方法

その他	HP もし勇気が出たら留学生課を通して同じ大学へ留学した人に直接連絡を取るのが手っ取り早いと思います。 ・ 授業の検索サイト
参考になるHP	http://classfind.stonybrook.edu/vufind/Search/Results?lookfor=&type=AllFields&submit=Find このサイトが授業検索の際に便利です。

留学準備

ビザ申請を始めた時期	5月
ビザ申請方法	大使館へ自分で申請
航空券を準備した時期	6月
航空券準備方法	生協で買いました。入寮日が設定されているので、その連絡が来てからの購入がオススメです。
履修登録を始めた時期	6月
履修登録方法	Solarという外大の学務情報システムのようなものを利用して登録します。
入寮申込みを始めた時期	2月
入寮申込み方法	案内のメールが来て、singleかdoubleで選びます。
住居探しを始めた時期	
住居探し方法	
保険に加入した時期	
保険加入方法	外大と留学先の両方で加入を求められます。留学先の保険に関してはrefundを申請し2万円ほど返ってきました。
予防接種を受けた時期	8月
予防接種の種類	予防接種に関する用紙のフォームがアップされるのでそれに従って受けます。
語学強化を始めた時期	
語学強化方法	BBCやCNNなどのラジオを聞いたり、アメリカの好きなテレビ番組を見たりしていました。他には英語で文献を読むように心がけていました。
その他の準備を始めた時期	
その他の準備内容	

留学中

学年暦

8月
入寮、交換留学生オリエンテーション、授業開始

9月
上旬に連休あり。イベントも多い月です。

10月
midtermがある授業はテストやエッセイがあります。

11月
10月と同様にmidtermがあります。下旬はthanksgivingで1週間ほどお休みがあります。(寮に滞在可能)

12月
final week 授業が終わりテストやエッセイがあります。学期終わりは授業により異なり、中旬から下旬にかけて冬休みが始まります。冬休みは寮費を払わないと滞在できません。荷物は置いたままにできますが、寮費を払わないと部屋に入れません。(ただし、west apartmentのみ費用なしで冬休み中滞在できます。)

1月
20日くらいまで冬休み。春学期が始まります。

2月
midtermあたりなかったり。

3月
midtermあたりなかったり。中旬に1週間ほど春休みがあります。寮に滞在可。

4月
midterm等で追い込まれます。

5月
final week テストやエッセイがあります。春学期終了。帰国。

留学生科目

科目名	IAP390
使用言語	英語
科目名	American History and Society (TOEFL,IELTSのスコアが足りてない人が履修を求められるようです)
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	
科目名	
使用言語	

学部・大学院科目

受講	可
受講可→聴講のみ/単位取得を選択	単位習得

学部・大学院科目

科目名	ARH208: History of Photography
使用言語	英語
科目名	CCS202: Film Genres
使用言語	英語
科目名	ARH206: Modern Art
使用言語	英語
科目名	ARH330: Public Art & Urban Design in NYC
使用言語	英語
科目名	POL344: American Politics and Public Opinion
使用言語	英語

居住環境

居住環境	学生寮
------	-----

家賃	single room(Chavez Hall)セメスター/約5300ドル,手続きすれば3回もしくは4回で分割払いも可能
支払い方法	クレジットカード
部屋人数 (人部屋)	自分含め4人(部屋はsingle,トイレ,シャワールームは共用),部屋に掃除の人が来てくれて、トイレ・シャワーは1週間に一度清掃してくれました。
家族・同居人 (人)	
門限	なし
食事	ミールプラン、セメスター/約2500ドル
	★
	★
セキリティー	★
	★
	★
	★
	★
	★
全体の印象	★
	★
	★
大学までの距離	Chavez Hall, Tubman Hallはキャンパスの中心にあり便利です。
大学までの所要時間	5分以内
応募方法	案内のメールが来て、single or doubleで選びます。どの寮に入るかは選べません。singleを選ぶとChavez or Tubman(この二つの寮はsingle roomしかない)になり、doubleだとwest apartmentになることが多いです。
近隣施設	コンビニ 病院 スーパー
その他の近隣施設)	駅の近くにコンビニ、アジアスーパー、レストランがいくつかあります。おいしいかはよくわかりません。あとはバスに乗れば、ホールフーズなどのスーパーやモールもあります。
住居にあった設備	机・椅子 (部屋) 机・椅子 (共有) キッチン (共有) ベッド (部屋) シャワー (共有) クローゼット (部屋) 洗面台 (共有) インターネット (部屋) インターネット (共有) ランドリー (共有) 冷暖房 (部屋) 冷暖房 (共有) トイレ (共有)
その他住居にあった設備	smart loungeで映画を見ることができ、3Fに共用のキッチンルームがあります。またジムも寮についています。

治安状況

	★
	★
住居周辺の評価	★
	★
	★
	★
	★
大学周辺の評価	★
	★
	★
気をつけるべき点	夜中に駅周辺や大学を一人で歩いても怖いと思うことはありませんでしたが、注意することに越したことはありません。

学内環境

	★
	★
食堂の評価	★
	☆
	☆

食堂についてのコメント	高いのにそんなにおいしくないですが、フルーツ、サラダが食べられるのは嬉しかったです。
	★ ★ ★ ★ ☆
図書館の評価	
図書館についてのコメント	綺麗で良いですが、勉強スペースが狭く、座席がないこともしばしばありました。
	★ ★ ★ ★ ★
インターネットの評価	
インターネットについてのコメント	基本どこでも通ります。
	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
売店・ブックストアの評価	
売店・ブックストアについてのコメント	教科書は全てアマゾンで購入。ショップで文房具等も買えます。
	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
大学のサポートの評価	
大学のサポートについてのコメント	留学生課の方の対応は基本的に早いです。
	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
全体の印象) 評価	
全体の印象) についてのコメント	基本的に綺麗で安全だと思いました。

スケジュール

Weekday(放課後の過ごし方)	基本的には授業の予習をしていました。課題やリーディングの量は授業によりかなり異なります。あとは余裕があれば友達とおしゃべりしたり、映画を見たりしていました(寮にsmart loungeというスペースに大きめのテレビがあり住んでいれば自由に使って、映画なども見れる)。他にはジムへ行ったり、女子サッカークラブに所属していたので週2で練習に参加していました。
Weekend(休日の過ごし方)	勉強の忙しさにもよりますが、NYCに遊びによく行きました。もしくは友達とのんびり過ごしたり、一緒に勉強したりすることが多かったです。周りには弾丸でワシントンDCやフロリダなどに行く人もいました。

おすすめスポット・旅行先など

やはりNYCですね！電車で片道約2時間(13.75ドル、10 trip ticketという10枚綴りのチケットを買いと片道10ドル程度になるのでオススメです。)で行けます。MTAというLIRRの時刻表を調べられるアプリもあるのでオススメです。

Stony BrookのIDを見せるとMoMAに無料で入れるので、よく行っていました。あとはブルックリンブリッジも綺麗ですし、古着屋さんなど多いおしゃれエリアのブルックリン方面もオススメです。あとはPort Jeffersonという隣町もオススメです。海で夕日が見られ、近くに日本人の方が経営されているラーメン屋さんや、アイスやクレープを売っているお店などもあります。バスで片道1.25ドルで行けます。

遠出をするならばボストンやワシントンDC,フロリダへ行く人が周りには多かったです。

目標

1	自分の興味関心のある分野への理解を深める
	★ ★ ★ ★ ☆
その成果 1	



今後の課題

卒論に関しては留学先で学んだことや文献を役に立てたいです。またあまりできなかったスピーキングとリスニングに関しては伸びたと感じていますが、それをいかに維持・向上させるかがポイントになると思います。

直面した問題、日本で準備すべき、だったと感じたこと

英語力の不足。私の場合は圧倒的に足りていませんでした。授業はもちろんですが、友達づくりにおいてもある程度の英語力はあるに越したことはないなと感じました。あとは何よりも勇気。どれだけ自分から動けるかで、勉強も友達も大きく変わるし、留学をより良いものにできると感じました。私の場合は勇気を出せず、友達をつくるのに苦労しました。

帰国後

進路予定

就職
 就職の場合：内定している あるいは 目指す業界 物流業界

後輩へのアドバイス

英語力に自信がないならば、できるだけ英語に触れるようにしておくのがオススメです。私はかなり苦しんだと思います。

でも留学先での勉強は非常に楽しく、最高の約10ヶ月でした。韓国や台湾などに訪れたときに家に泊めてくれるような友達もできたことがとても嬉しいです。外大ではできない経験もたくさんでき、また自分について考える良い機会になるかと思っています。

辛いこともあるかもしれませんが、少しの勇気と努力で物事は好転していくと思います。

もし何か聞きたいことがあれば、留学生課に問い合わせただけであれば喜んでお答えします！

今後学生から質問が出た場合、メールアドレスを伝えても良いですか？ 可