

MSUB 留学報告書

文学部 英語英米文学科 4年
内田倫子

私は、2024年8月末から2025年5月初頭まで、アメリカのモンタナ州立大学ビリングス校に交換留学に行っていました。この報告書では、今後留学を希望する学生さんや留学に興味がある学生さんたちに、私が留学先で経験してきた事をシェアして皆さんの参考に少しでもなればよいなと思います。今回は主に生活面と勉学面に分けて報告させていただきます。

まず最初に私が留学しようと思った経緯についてお話します。理由は主に2点あり、1つは女性学やフェミニズムについて特化して学びたかったこと、もう1点は前々からグローバルな舞台で活躍できる職業に興味があり、学生の間で、事前に、実際に国外で生活を送ってみたかったからです。結果的に留学を通して私が今までに出会ったことがない考え方や視点、作品にたくさん出会うことができ、国外で生活するということがどういうことなのかを十二分に理解することができました。

留学先の具体的な経験について、まず生活面（寮、食事、買い物、休日等）について説明していきます。寮はキャンパス内にあり Rimrock Hall と Petro Hall の二つの寮が並んでいます。前者は小規模で1人部屋が多く、後者の方が2人部屋が多く、収容人数がより多い特徴があります。ルームメイトが絶対に欲しいという方は、Petro Hall を希望するのを個人的にはお勧めします。

食事に関して、食事をとる方法は主に3つあります。1つが学内にあるカフェテリアを利用すること、2つ目が売店（Starbucks や Subway みたいな感じです）で食べ物を買うこと、3つ目がキャンパス外でレストランに行ったりスーパーで食べ物を買うという方法です。カフェテリアと売店に関しては、留学前にミールプランを選択する必要があります。簡単に言うとカフェテリアを利用できる回数券のようなものと、売店で利用できるお金（キャッシュレス）が提供されます。ミールプランはスマホのアプリでいつでもチェックすることが出来ます。私の場合は一日1回か2回カフェテリアで食事をとり、一食分は売店で食べ物を購入していました。ミールプラン内で利用できる金額と、カフェテリアを利用できる回数は限られているため、多少食事のとり方について工夫する必要があります。

買い物やお金のことについて、私の場合、現金を留学前に数万円予め両替し、銀行に関しては口座は作りませんでした。基本的にクレジットカードがあればどこでも買い物が出来ます。留学先で消費するものやお金は保険や寮費を除けば主に渡航費・日用品・食品・

教科書代・娯楽費になるかと思われます。私が留学していた当時は円安が進んでいたというのと、元々アメリカの方が日本より物価が高めであることから、商品は日本のものの約1.5倍～3倍の値段でした。したがって私は日常的に節約を心がけるようにしていました。

最後に休日や長期休みについてお話しします。休日はもちろん寮で過ごせますがBFF（ホストファミリー）に買い物に連れて行ってもらったり、一緒に食事をすることもありました。留学期間はハロウィンやサンクスギビング、クリスマス等伝統的なイベントを一通り体験することが可能で、BFFに色々体験させてもらいました。長期休みが12月半ば～1月半ばまで続きますが、寮が閉まりカフェテリア等が利用できなくなるということもあって、冬休みはBFFの自宅で過ごしました。自宅では本格的なクリスマスを過ごすことができ、非常に貴重な経験となりました。



次に、授業に関して説明していきます。まず最初に履修登録をすることとなりますが、やり方が日本と少し異なります。私たち学生がパソコン上で自由に登録・ドロップすることは出来ません。メール・電話、もしくは履修登録をしてくれる建物に直接向かって担当の方に登録してもらう必要があります。授業の時間割は4～5科目を週に2～4回受ける形になります。私の場合、スペイン語や女性学、女性文学、言語学、Reading Strategy等の授業を受講していました。また、シラバスに記載されている講義は基本的にどれでも受講可能ですが、日本と異なり各授業に100～400（以上）の番号が割り当てられています。これは授業の難易度を示したもので、数字が少ないほど新学年や2年次向け、数字が高いほど高学年向けの授業になっています。この番号は履修登録の際にとっても役に立ちました。履修や時間割で気を付けていただきたいと思ったことは、数教科しか取れないということ、週に複数回受講するというので、取りたい授業が被っている可能性があるということです。留学前に前期分は履修することが出来るので、授業の難易度と曜日はしっかりチェックしておくことをお勧めします。

授業のスタイルも日本とは異なりました。授業は、基本少人数スタイルで、ディスカッションがメインです。慣れていない授業形態で、ディスカッションのテンポも速いのでついていくのは大変ですが、簡単な英語でもいいから自分の考えや経験を伝えられるように心がけていました。また、どの授業も大体授業の度に予習や課題が与えられるので、自然に自主学習の時間は多くなります。平日は3時間以上、休日は6時間以上机に向かっていることも多かったです。読む量も大量にあるので最初のころは本当に大変でしたが、徐々に慣れてきますし、先生や Academic Support Center、友達に相談することもできます。

モンタナ州立大学での交換留学は、楽しいことも大変だったことも、ハプニングもいろいろありましたが、人生に一生残り続けるような貴重な経験となりました。語学力が向上したことはもちろんですが、多文化を理解し受け入れる心持や心身の健康管理・スケジュール管理などなど、英語以外にもこれからの生活や仕事・勉学で役に立つ能力も身についたと実感しています。留学を希望する方でも、自身の英語力だったり、授業についていけるか、ちゃんと生活できるか、いろいろ不安を持つ方は多いと思います。留学中で全く異なる環境や言語の壁でストレスを抱えたり苦労することもあると思いますが、モンタナの人々は皆とてもあたたかく親切です。皆親身で、笑顔で答えてくれるので心配事があるときはぜひ先生や友達、BFF を頼ってください。8か月という期間は短いようで本当にあっという間に過ぎてしまうので、人生一回きりのモンタナ留学を楽しんでください。

