

交換留学(派遣) 近況報告書

留学先での生活はいかがですか。本報告書は以下の目的のために使用されます。  
① 皆さんの近況等を把握するための資料です。何か困ったこと等があれば、本報告書に限らず速やかに教務係までご連絡ください。  
② 留学を考えている後輩達のための有益な資料となります。留学経験を共有するために、ぜひご協力ください。



本報告書は写真データと共に提出してください。(提出締切日12/7)

あなたの情報(本報告書を閲覧する際には、あなたの氏名、学籍番号、メールアドレスは公開されません)	
留学先大学:	ワシントン大学
留学先での所属学部・研究科:	経営学部
留学先での在籍身分:	交換留学生
留学期間:	2025.9.17~2026.6.13
神戸大学での所属学部/研究科:	経営学部
学年(出発時):	3年
本報告書記入日:	2025.11.27

1. 出発前について		
1-1	交換留学以前に海外留学の経験はありますか。	いいえ
	「はい」の場合、留学先及び留学期間を記入ください。	
1-2	この留学プログラムを最初にどのように知りましたか。	その他
	その他を選択した場合、記入してください。	高校生の時大学を選ぶ際にこのプログラムを見つけて神大に決めました。
1-3	このプログラムに参加した動機を教えてください。	最もよく当てはまるものから順に4つまで選んで順位をつけてください。(1:最も強い動機)
	学術的な目的(研究を深めるなど)	1
	語学力の向上	3
	プログラムの時期がちょうど良い	
	プログラムの長さがちょうど良い	
	かかる費用がちょうど良い	
	地理的な条件が良い	
	将来のキャリアのため(就職に役立つなど)	2
	家族のバックグラウンドと関係がある	
	異文化を体験したい	4
	その他(具体的に記入)	
1-4	出発前にどのように情報を集めましたか。参考になる本やホームページがあれば記入してください。	過去にワシントン大学に留学していた先輩方に伺いました。
1-5	VISAについて	
	VISAの種類:	J-1
	申請先:	駐大阪・米国総領事館
	必要日数:	3か月
	VISA取得にかかった費用:	ビザ申請費用\$185+SEVIS費用\$220
	VISA申請のために求められた書類:	パスポート、DS-160確認ページ、DS-2019(プログラムスポンサーから発行される許可書)、面接予約確認書、写真、SEVIS料金支払証明書、財務能力証明書
1-6	出発前に必要とされた予防接種の種類・回数・費用	麻疹2回、風疹2回 麻疹1回のみを追加で接種しました。 費用は通常の接種料金(3000円程度?)に加えて、国際的な証明書を発行(UW指定の用紙に記入してもらうのに2000円ほど必要でした。)
	大学で加入するOSSMAと上乗せ海旅以外に加入した保険があれば教えてください。 また、現地で加入した保険があれば記入ください。	特になし。ISHIPという保険にUWではデフォルトで加入するようになっているので、取り消し申請をしました。(OSSMAと補償内容が被っているうえ高額なため)
1-8	その他に必要なだった手続き、方法、料金等	特になし。

2. 留学先到着後の手続きについて		
2-1	到着時について	
	利用旅行会社(航空券の手配をした会社):	デルタ航空(約10万円)
	到着空港名:	シアトル・タコマ空港
	空港到着時間:	午前9時
	到着地からの移動手段:	公共交通機関(バス・鉄道)
	移動の所要時間・料金:	\$3
	到着地からの移動で注意する点があれば記入ください。	荷物が多くてもLink Light Railという地下鉄で問題なく行けます。 夜間の到着であればタクシーがよいかもしれませんが、1万円ほどかかるそうです。
2-2	住居について	
	住居のタイプ:	大学寮
	その他を選択した場合、記入してください。	
	住居(寮、アパート)の名前:	Mcmahon Hall
	部屋の種類:	二人部屋
	その他を選択した場合、記入してください。	
	ルームメイト:	現地学生
	その他を選択した場合、記入してください。	
	住居の探し方:	大学の斡旋
	その他を選択した場合、記入してください。	
	大学までの通学時間・手段:	徒歩5分
	住居の周りの環境はどうですか。	授業が行われるキャンパス、食堂、ジムに近くロケーションはかなりいいです。 治安も他と比べるとかなりいいです。
毎日の食事はどうしていますか。	朝はご飯を炊いて、昼夜は食堂で食べています。 家賃が最安で最も古い寮になってしまったためキッチンがなく、料理が出来ません。 ダイニングプランに強制的にチャージさせられるお金があるので基本的に食堂で食べています。	
住居は渡航前に、または渡航後すぐに見つかりましたか。トラブルはありませんでしたか。	希望の寮を3つ伝えていましたが、どこにも引っかからず一番ハズレと言われている寮になってしまいました。結果的に家賃が安く雨風はしのげるのでよしとしています。	
2-3	留学生向けオリエンテーションについて	
	留学生向けオリエンテーションの有無について:	有り
	参加義務について	任意
	参加費用:	無料
	有料の場合、金額:	
	オリエンテーションの内容を記入してください。	内容は知っていることばかりだが、他の交換留学生と多く出会える。 そこで仲良くなった日本人の学生と買い物に行ったり、野球観戦に行ったりしました。 困ったときに助け合える日本人に出会えるという意味でも参加する意義は大きいと思います。
2-4	その他、渡航してから必要な手続きについて	
	現地で滞在許可申請は必要ですか。必要な場合、申請方法、料金、取得に係る日数等を記入してください。	大学のホームページで3分ほどの手続きをしました。
	その他、現地到着後にした手続き(健康診断、予防接種等)があれば、方法、料金等を記入してください。	特になし。

3. 語学力向上のためのコースについて		
3-1	語学力向上のために、大学等のコースに参加しましたか。参加した場合、大学(語学学校)名、コース名、料金、期間等を記入してください。	特になし

4. 大学の授業について		
4-1	履修登録について	
	履修登録の時期:	出発前
	履修登録の方法:	International Office等の仲介
	その他を選択した場合、記入してください。	
	登録時に留学生として優先・配慮はありましたか。	無し
	優先・配慮があった場合、具体的に教えてください。	
	希望通りの授業が履修できましたか。	いいえ
	希望通りの授業が履修できなかった場合、その理由を教えてください。	基本的にInternational Officeが手続きをするのは現地学生よりも後なので、最初の段階では希望通りになることは少ないです。後から、ドロップした学生の枠に入れるように頑張っていますが、ファイナンスの授業だけが異様な人気で枠が取りにくいです。
4-2	現在までに履修している授業について記入してください。	<a href="#">クリックで別シートへ</a>
4-3	一週間のスケジュール(授業時間、課外活動等、毎日の生活)を記入してください。	<a href="#">クリックで別シートへ</a>

5. 現在までの感想を自由に記入してください。(800字～)

勉強：

留学開始から2か月と少し経過し、こちらでの暮らしにはかなり慣れてきましたが、授業や試験で完璧を追い求めると、精神的に苦しいこともかなりあります。「なるようになる」と常に唱えて、優先順位の高いものからできる限り処理することで、心の平穏と確かなアウトプットのバランスを保っています。講義と試験、レポートから構成される授業は普段通り勉強していればある程度いい成績が取れます。一方、ENTRE系の授業などグループワークが必要な授業は納得のいく結果を得るのは難しいですが、日本でなかなか経験できないものなので意識的に履修するようにしています。今は苦しいですが、留学が終わったときに必ずやってよかったと思えるであろう選択肢はどれかを考えて生活しています。授業は基本的な内容を扱う300レベルの授業と応用の400レベルに分かれています。「400レベルに挑戦した方がいい刺激になる」という先輩のアドバイスを受け、今期は全て400レベルにしました。詳しい内容については別添えのシートに記載しています。

また、授業のほかにも「Russell Investment Case Competition」というケースコンペに参加しました。現地の学生1人とニュージーランドからの交換留学生の友人2人とチームを組んで、与えられた企業のケースに応じて2日間で提案を考えてプレゼンしました。今回は「あなたがLEGOのAI担当部署のマネージャーと仮定して、AIを活用してどのような事業展開をするか」というもので、私たちはBrickitというアプリを買収しAIを活用したレゴのプラットフォームを作成するという提案をしました。提案自体は高評価だったのですが、プレゼンの時間配分がうまくいかず、決勝には進めませんでした。もっと練習時間を確保できていればと悔いが残ります。しかし、2日で25時間以上顔を合わせてこのプロジェクトに取り組んだ経験は今後に生きてくると実感しており、チームプロジェクトやプレゼンへの取り組み方を見つめ直すいい機会になりました。

語学：

語学について、基本的なコミュニケーションに問題はありませんが、授業は100%の集中力を維持しないと話題を見失ってしまうため、体力を持っていなければなりません。現地学生とグループで話す際、ヒートアップすると入っていくタイミングやスラングの理解に苦しむことがあるため、授業の勉強と並行して語学力の強化にも取り組んでいます。授業内容そのものの難しさよりも、日本語で学んでいたものが英語になったことで、理解に時間を要し、ワンテンポ遅れてしまう感覚があります。英語のレベルは少し上がっているような気もしますが、目に見えるような変化はありません。留学が終わった段階で確かにレベルアップできるよう、色々な人と話してアウトプットするのが大事だと感じます。

行事、生活：

一人暮らし、他人との共同生活、アメリカでの生活全てが初めてで心配していましたが、意外とすぐに慣れました。近くに無料で利用できる大きなジムがあり、日本にいた時よりもむしろ健康的な生活を送っています。目立ったトラブルはありませんが、ダウNTOWNにはドラッグ中毒者がかなりいます。目を合わせず距離を取れば大丈夫なようですが気が抜けません。最も慌てたのは、来てから4日目に夜中1時に火災報知器が鳴り、広場に避難させられたことです。その3日後にもあったのですが、初めての時はミサイルでも飛んできたのかと肝を冷やしました。

また、ルームメイトが9時就寝、朝5時起きと自分と生活リズムが違いますが、お互い眠りが深いので特に問題なく過ごせています。一番安い寮(1クォーター\$2800, ダイニングプラン\$1200)のため壁が薄く、ノイズキャンセリングイヤホン必須です。また、コンロがないため料理ができない状況です。(他の寮にはあります)そのため、食堂、スーパーで買ってきたサラダなどを中心に食べています。日本人学生(正規生、交換留学生ともに)も多く、困ったときに助け合える人がいて安心しています。日本食が多く売られている「宇和島屋」や「H Mart」というスーパーがあり、飢える心配もありません。

先輩や友人のお話を聞いていても、もともと友人でない限り、ルームメイトと仲がいいことは稀らしいですが、今のところ関係性は良好です。Thanksgivingの時には彼の実家に招待してもらい、ごちそうを食べたりアメリカのいろいろな文化を体験させてもらったりしました。

また、毎週金曜日には近くの教会でイベントが開催されています。クリスチャンではありませんが、毎度新しい人々に出会えるうえ、夕食が無料になるので毎週参加しています。このような外部のイベント等には積極的に参加するようにしています。そこで感じたのは、単純な英語力だけでなく、どれだけ日本・他国の文化を知っているかが会話を広げるうえで非常に重要になってくるという事です。相手は日本のことについて色々興味をもって質問してくれますが、自分が答えられないと申し訳ない気持ちになります。逆に相手の国についての質問の引き出しがあると、相手も嬉々として色々話してくれます。上手なコミュニケーションの取り方の重要性を改めて感じています。

さいごに：

他のヨーロッパの留学先に比べて週末他の国に行くというようなことはできませんが、アメリカの中だけでも様々な文化が体験できるので満足しています。野球観戦とロックバンドのライブに行くことが趣味なのですが、ここまででも大谷翔平の55号ホームランを生で見たり、ずっと見たかった海外のバンドのライブを見たりとかなり楽しいです。授業のレベルも高く、毎日少しずつレベルアップしている実感があり、今のところ自信を持って薦められる留学先だと感じています。もしこの報告書を読んでいる方でワシントン大学に興味がある、KIBER・海外留学に興味があるという方がいましたら、記載されているメールアドレスにお気軽にご連絡ください！

6. 留学経験の共有について

あなた自身の写真や大学キャンパス等の写真があれば、ぜひ報告書と共に提出してください！

6-1	あなたの報告書の一部を引用して、本学の印刷物やウェブサイトに掲載することに同意しますか？	はい
6-2	あなたの写真を本学の印刷物やホームページに掲載することに同意しますか？	はい

ご協力ありがとうございました。本報告書は大変有益な資料になります。  
残りの留学生活が楽しく実り多いものであることを神戸大学教職員一同、祈念しています。



4-2 現在までに履修している授業について記入してください。

No.	コース名	教授名	時間数／週	留学先での単位数	授業での使用言語	履修している学生数	予習、復習、テスト等の成績評価についてアドバイスも含めて教えてください
1	ENTRE472 Creating a Company		2	4	英語	25人	実際に起業をする授業。初回授業で自分自身の経験やスキルについて1分間のピッチをして、チームを組みます。ここでちゃんとチームに入れるか不安でしたが、自分から気になった学生に積極的に話しかけ、自分ができることをアピールすることで問題なく組めました。メンバーと授業外でも毎週10時間ほどミーティングを行い、カードゲームを作っています。授業開始から、1か月でプロトタイプのを練り、その資金を得るためのプレゼンを行うというスピード感のある授業です。人数が少ない分アイデア出し、マーケティング、ファイナンス、セールスの全てに関与する必要があり、ビジネスの一連の流れを経験できる貴重な機会です。これだけコミットしていると自分なりのこだわりや、伝えたいこともたくさん出てくるので、自分の意見をしっかり伝えるいい機会になっています。考えなければいけないことが山積みでかなりメンタルに来る授業ですが、いい経験になっています。ペーパーテスト、プレゼン、レポートが総合的に評価されますが、テスト以外はかなりチーム、メンバーに左右されるのでチーム選びが大切です。自分のチームは2人がやる気をなくして抜けてしまいました。次のクォーターも継続して、実際に販売して収益をあげるところまで実施します。利益が出て翌年の授業で損失が出た場合に補填するため受け取れませんが、授業終了後も事業を続けなければ、UWから通常より安い金額で買い取って続けることが出来ます。もうまくいって今後も収益が期待できそうであれば続けたいと考えています。
2	ENTRE/MKTG 455 Entrepreneurial Marketing		2	4	英語	25人	スタートアップのケースを用いながら、ビジネスの初めの段階でのマーケティングを学ぶ授業です。リーディング課題が重く毎週合計10時間以上かけて取り組んでいました。その内容から出題される小テストが出題されます。ただ暗記するだけでなく、リーディングの内容を選んだスタートアップに適用するかを問われます。グループごとに選んだスタートアップについてリサーチをして、GO to Marketプランを考えるというグループワークがあります。ENTRE472に比べて学生のグループワークに対するモチベーションは低いので計画的に進めなければいい成績を取るのは難しいです。小テスト、レポート、Class Contributionによって評価されます。授業では少なくとも1回は名指して意見を求められるため、ずっと集中して全ての問いに自分ならどう答えるかを考えておくことが肝心です。
3	FIN460 Investment		2	4	英語	40人(×3セッション)	パーソナルファイナンスを体系立てて学修する授業。基本は講義スタイルですが、かなりわかりやすく授業内容はすべて理解できています。西村先生の授業のおさらい+応用のような授業で非常に有意義です。それぞれのAssetについての特徴、CAPMの応用などAsset Managementを理論的かつ実践的に学んでいます。試験の難易度は易しめで練習問題等も配布してくれるので、しっかり勉強していれば高得点がとれる授業です。授業も全て録画されています。出席10%, 中間試験35%, 最終試験55%です。
4	MKTG 470 International Marketing		2	4	英語	25人	国際的な市場における4Pに着目して、ケーススタディを行う授業。最終レポート、プレゼン以外は学習内容が授業内である程度完結しているので負担は少ないように感じます。ただ教授にとってUWで初めての授業という事もあり、授業内容がまとまっておらず、周囲の学生を見ても好感を抱いていない人が多い印象です。他の授業を取った方がよかったのではないかと少し感じていますが、できる限りのことを吸収しようと頑張っています。レポート、プレゼン、Class Contribution総合的に評価されます。
5	IBUS 490 CHSB		1	1	英語	10人(全体では60人ほど)	UWの交換留学向けの授業。ゲストスピーカーが講演をすることもあります。基本的には日本、韓国についてのゲームなどをして楽しく交流する授業です。全体では60人ほど学生がいますが、Spanish Track, Japanese & Korean Trackなどに分かれているので基本は10人以下の授業です。

・授業(カリキュラム等)について クラスのサイズ、成績評価、現地学生の取り組み等

FIN460以外は講義よりも理論の応用に焦点がおかれた授業で、かなりの量のグループワークが課されます。毎日予習復習、課題に取り組まないとついていくのが大変で、空いている時間をほとんど捧げています。クラスのサイズについては、400レベルの授業は20~30人のものが多いです。やる気のある学生とない学生の比率は体感で半々ぐらいのように感じます。成績評価については、レポート、試験、出席などが総合的に評価されるので、常に頑張っていなければなりません。しかし裏を返せば一度しくじっても何とかするという事なので、その点では良心的です。授業を取る前に「Rate My Professor」というサイトで教授の名前を検索して、過去に履修した学生の教授に対する評価を確認しておくことで、思ったのと違う...といった事態を防げます。

4-3 一週間のスケジュール 授業時間、課外活動等、毎日の生活を記入してください。

	月	火	水	木	金	土	日
8:00	起床		起床				
9:00	ENTRE472	起床	ENTRE472	起床	起床	起床	起床
10:00	↓	自習	↓	自習	自習	自習	自習
11:00	FIN460	ENTRE455	FIN460	ENTRE455	↓	↓	↓
12:00	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
13:00	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
14:00	昼寝	昼寝	昼寝	昼寝	MTG	自由時間	自由時間
15:00	自習	自習	自習	自習	↓	↓	↓
16:00	↓	MKTG470	↓	MKTG470	↓	↓	↓
17:00	↓	↓	MTG	↓	イベント	↓	↓
18:00	↓	ギター	↓	IBUS490	(夕食付)	↓	↓
19:00	ジム	ジム	ジム	ジム	↓	↓	↓
20:00	夕食	夕食	夕食	夕食	↓	ジム	ジム
21:00	自習	自習	自習	自習	ジム	夕食	夕食
22:00	↓	↓	↓	↓	自習	自習	自習
23:00	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓