交換留学報告書

＊ この報告書に記載される内容は多文化社会学部のウェブサイト等に記載いたしますので、予めご了承ください。

氏名	矢嶋 真名佳	学年（渡航時）	3 年
派遣先大学	カルガリー大学		
国・地域	カナダ・カルガリー		
派遣期間	2025 年 8 月 ～ 2026 年 5 月		

履修科目

1 学期目	
履修科目	授業内容
Introduction to Linguistics Ⅰ	言語の構造や仕組み（音声・文法・意味など）の基礎を学ぶ科目
Syntax Ⅰ	文の構造や語順、構成要素など統語論の基礎を学ぶ科目
Introduction to Second Language Learning	第二言語の習得過程や理論、学習者の特徴について学ぶ科目
2 学期目	
履修科目	授業内容
Syntax Ⅱ	統語論の理論を発展的に学び、より複雑な文構造を分析する科目
Introduction to Sociolinguistics	言語と社会の関係（方言・社会階層・文化など）について学ぶ科目
Introduction to Government and Politics	政治の仕組みや制度、政府の役割について基礎的に学ぶ科目

留学レポート（1,500 字以上）

カルガリーでの 1 年間の留学は、私にとって長年の夢が叶った貴重な経験であり、かけがえのない時間となりました。

カルガリーでの生活は、想像以上に魅力的なものでした。晴れの日が多く、1 年間で傘を一度も使わなかったほどです。冬は長く続きますが、街全体を覆う雪景色はとても美しく、日本ではなかなか見ることのできない銀世界を体験することができました。また、冬は日照時間が短い一方で、サマータイムが始まると夜 9 時前まで明るい日が続き、季節による違いを強く感じることができました。

カルガリーは、カナダの壮大な自然に囲まれながらも都市化が進んでおり、自然と都市が調和しながら共存している街であるという印象を受けました。また、街は想像していた以上に清潔で美しく、治安も良いため、安心して生活することができました。人々はとても親切で、知らない人同士でも気軽に会話を交わすスモールトークの文化が根付いていることも印象的でした。さらに、ハロウィンやクリスマス、イースターなどのイベントも非常に充実しており、そのたびに街全体が華やかに彩られ、日常の中で季節の変化や文化の豊かさを感じることができました。

カルガリー大学では、自分の専攻である言語学の授業を履修しました。履修登録は非常に競争が激しく、すぐに席が埋まってしまうため、早めに手続きを行う必要がありました。授業の合間や授業後には、仲の良い友人たちと集まり、それぞれ課題に取り組んだり、テスト勉強をしたりする時間を過ごしました。また、授業の種類の多さにも驚きました。自分の専攻分野である言語学はもちろんのこと、それ以外の分野においても多種多様な授業が用意されており、その中から自分の興味や関心に応じて履修科目を選択できる点が非常に魅力的でした。

キャンパスは非常に広く、最初の頃は何度も道に迷いました。しかし、建物の多くが内部で繋がっていたため、雪の日でも外に出ることなく移動でき、とても便利でした。キャンパス内にはカフェやフードコートも充実しており、快適に学生生活を送ることができました。私は大学敷地内の寮に滞在しており、ルームメイト 3 人で生活していました。トイレやお風呂は共有で、部屋には冷蔵庫などはありましたが、料理をする際には共有キッチンを利用する必要がありました。また、ミールプランを利用していたため、主にダイニングセンターで食事をしていました。ビュッフェ形式で毎日メニューが変わり、さまざまな料理を楽しむことができました。さらに、大学ではオリエンテーションやパーティーなど多くのイベントが開催されており、その規模の大きさも印象的で、とても貴重な経験となりました。

英語力に関しては、英語圏の中でも比較的アクセントが強くない英語を学べるという理由から、カナダを留学先として選びました。実際に現地で生活を始めると、ネイティブの話すスピードや発音に慣れるまでに苦労することもありました。しかし、初めてできた友人が比較的ゆっくりと話し、スラングをあまり使わない、教科書に近い英語を話す人だったこともあり、徐々に実際に使われる英語に慣れていくことができました。 その後、新たにできた友人の中にはスラングを多く使う人もおり、最初は理解できないこともありましたが、分からないままにせず、その場で意味や使い方、どのような場面で使われるのかを納得できるまで質問し、一つひとつ自分の知識として身につけていきました。 また、対面での会話だけでなく、現地の人とメッセージでやり取りをする中でも新たな発見がありました。省略表現や略語が多く使われており、まるで記号のように感じることもありましたが、こうした実際の使い方は現地で生活するからこそ学べるものだと実感しました。 このように、これまで知らなかった単語や表現、語用が一つひとつ自分の中に積み重なっていく瞬間は非常に嬉しく、英語を学ぶ楽しさを改めて実感することができました。

私がこの留学で得ることのできた最も大きなものは、現地で出会った友人たちの存在です。もともと私はインドアで一人で行動することが多く、友達を作ったり、自分から人に話しかけたりすることが得意ではありませんでした。しかし、オリエンテーションの 1 日目、2 日目と少しずつ行動する中で、一人ひとりと関係を築き、友人を作ることができました。 留学先では、自分のことを知っている人が誰もいない環境だったからこそ、周囲の目を気にせず自分をさらけ出し、自分らしく人と接することができました。この機会は日本にいない留学中だからこそ得られるものだと考え、自分の思うままに人と関わることを大切にしました。 具体的には、「自分から連絡を取ること」「興味のあることに相手を誘うこと」「本来の自分でいること」の三つを意識して行動しました。これらを実践することで、自然と気の合う友人が増え、多くの思い出を作ることができました。中でも、初めてできた友人と訪れたバンフ国立公園の青く澄んだ湖は、今でも決して忘れることのできない美しい景色です。 こうして出会った友人たちは、次第に親友と呼べる存在となり、日常の何気ない会話から将来についての深い話まで、どんなことでも共有できる大切な存在になりました。また、生活面や英会話の面など、自分一人では難しいことも遠慮なく頼ることができ、その中で信頼関係や絆はより一層深まっていきました。 本来の自分で接することで築くことができたこれらの関係は、今だけでなく、これから先もずっと続いていく一生の宝物であると確信しています。

自分の専門分野である学問や英語力、そして友人関係など、この留学を通して多くのことを学ぶことができました。しかし、それら以上に、私にとって最も大きな学びとなったのは「自分らしくいることの大切さ」です。 日本では、日本人以外の見た目の人に対して、「外国人だから日本語が話せないだろう」と無意識に決めつけてしまうことがあります。一方でカナダでは、さまざまな人種やバックグラウンドを持つ人々が共に生活し、英語でコミュニケーションを取ることが当たり前となっています。そのため、私が英語を話すことも特別なことではなく、ごく自然なものとして受け入れられ、自分も「一人のカナダ人」のように接してもらえている感覚がありました。こうした経験を通して、カナダにおける多文化共生を改めて実感することができました。

留学前、私は「海外の人は皆授業中に積極的に発言する」「明るく開放的で、はっきりと意見を言う」といったイメージを持っていました。そして自分もそのように振る舞えるのだろうかと不安に思っていました。しかし、1 年間カナダで過ごして分かったことは、その答えは「人による」という非常にシンプルなものでした。発言する人もいればしない人もおり、明るい人もいれば静かな人もいます。相手を思いやってあえて直接的に言わない人もいます。つまり、誰もがそれぞれ「自分らしく」生きているだけなのだと気づきました。これまで私は、「ここは日本だから」「自分は日本人だから」という理由で、自分らしさを抑えてしまうことが何度もありました。しかし、カナダでの生活の中で経験したさまざまな出来事や、そこで出会った友人たちとの関わりを通して、自分らしくいることの大切さに改めて気づくことができました。また、本来の自分で人と接することで築くことができた人間関係が、自分自身のあり方を肯定してくれました。その経験を通して、「どこで生きていても、自分らしくいるかどうかは自分次第である」ということを強く実感しました。

この価値観は、この留学がなければ決して得ることのできなかった、かけがえのないものです。

留学中の写真（5 枚程度） ※写真のキャプションも入れること

バンフ国立公園のルイーズ湖

ハロウィンパーティー

ハイキング

学期終了パーティー

ピクニック