

2019 年度

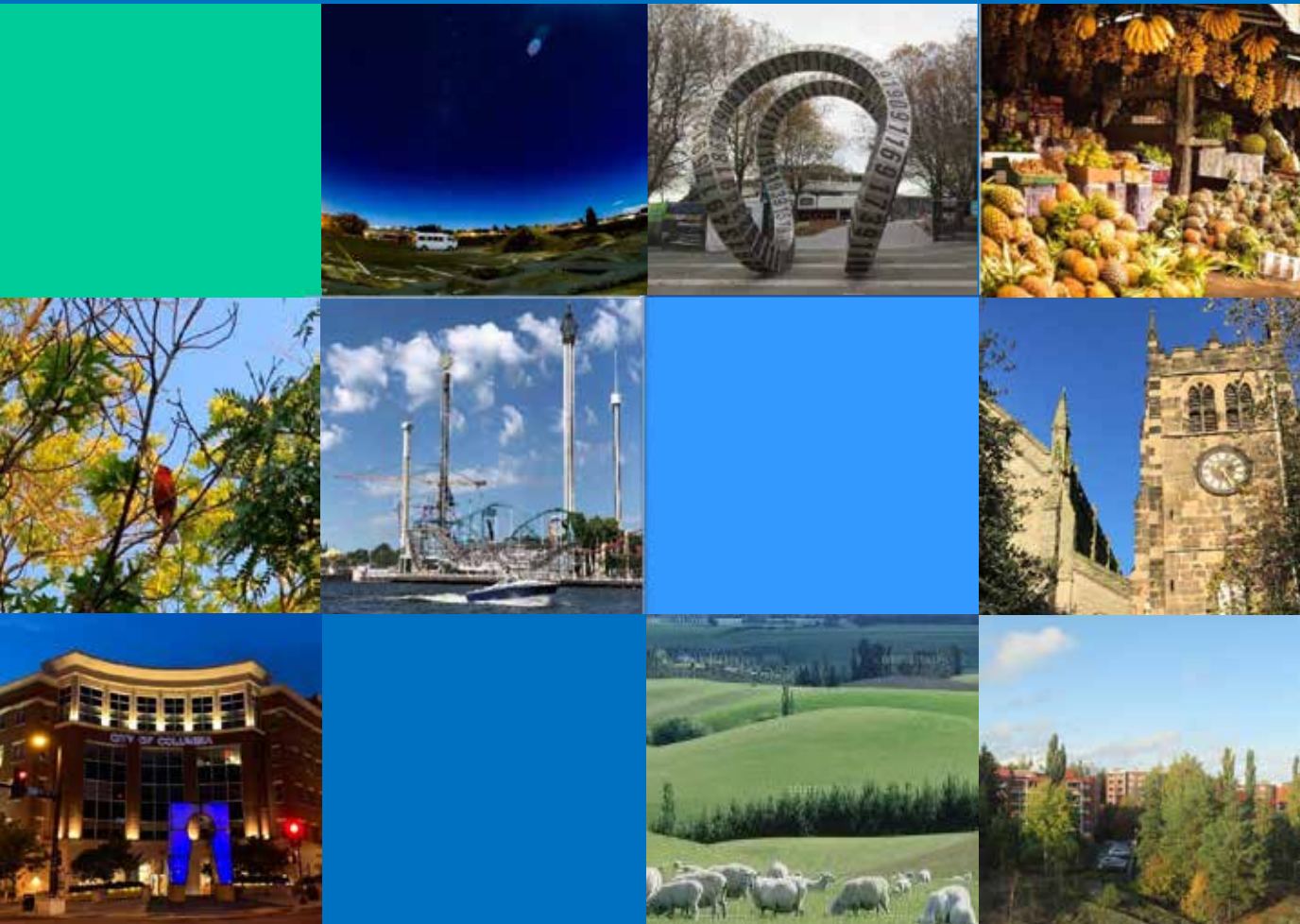
長野県立大学

The University of Nagano

海外プログラム報告書

# Overseas Programs

United States   New Zealand   Sweden   The Philippines  
United Kingdom   Finland



## <目次>

### グローバルマネジメント学科

---

アメリカ ミズーリ大学コロンビア校	1
ニュージーランド リンカーン大学	5
ニュージーランド AIC クライストチャーチ工科大学 (Ara)	9
スウェーデン スウェーデン市民大学ウプサラ校	13
フィリピン アテネオ・デ・マニラ大学	17
イギリス レスター大学	21

### 食健康学科

---

アメリカ ミズーリ大学コロンビア校	25
ニュージーランド AIC クライストチャーチ工科大学 (Ara)	29

### こども学科

---

フィンランド オムニア職業学校	33
-----------------	----

海外プログラム 持ち物リスト	37
----------------	----

## ミズーリでの生活

### <ミズーリ大学コロンビア校について>

私たちはミズーリ州コロンビア市にある、ミズーリ大学コロンビア校（以下 MU）で約4週間勉強しました。MUはアメリカの俳優であるブラッド・ピットがかつて在籍していました。学内はとても広く、設備が充実していました。授業後は屋内・屋外プールに入ったり、たくさんの機器がそろったジムで汗を流したり、授業外でも学内で有意義な生活を送ることができました。



 **Mizzou**  
University of Missouri



### <食>

食事は1日2回、昼と夜に学内にあるカフェテリアを利用でき、ビュッフェスタイルで毎日、自分の食べたいものを食べることができました。メニューは毎日変わるので、4週間飽きることなくたくさんの種類の食事を楽しむことができました。

### <寮>

私たちは学生寮で生活をしました。4人で1つのトイレ・シャワー・洗面所を共有し、キッチンや洗濯機などは寮の中の1つの場所にあるものを使用していました。

寮の共有スペースには卓球台などがあり、時間が空いたときには友人や MU のアンバサダー（ボランティアで私たちのプログラムをサポートしてくれた現地の学生）と卓球を楽しみました。



## 授業について



アメリカでは、日本とはガラッと変わった授業を受けることができました。1日に2回、コミュニケーションが中心の授業と、メールやプレゼンの基礎知識を教えてもらう授業の2種類でした。実用的な英語を学ぶことができ大変良い経験でした。先生方が常に笑顔で自分たちを楽しませようと、授業を行ってくれたのが印象的です。大学内でもインタビューに行って、とにかく英語を使う機会が多かったです。

## ビジネス研修について



REDI  
(Regional Economic Development Inc.)



Food Bank



City Hall

ビジネス研修としては、3か所を訪問しました。「コロンビア市役所」「フードバンク」「REDI」です。市役所の地域開発の部署の方のお話を聞く機会があり、コロンビアでは、どのようなシステムで行政が行われているかを知りました。日本とは違う点が多くみられました。また「フードバンク」では、食べ物など十分に得られない住民に向けた支援を行っています。ここでボランティアを体験することができました。最後に「REDI」という、起業の支援を行う組織を訪問しました。皆、質問をするなど、積極的な姿勢で取り組んでいました。



外は暑いですが屋内ではクーラーが効きすぎて寒いくらい。上着持っていくのがオススメです！

## クラウドファンディング(疑似的な資金集めを体験！)



\$8,000 必要→\$8,260 獲得

大成功!!

MUの授業では、クラスを疑似的な会社組織として、授業を受けるたび、サイトビジットに行くたびに疑似的なお金を払っていたのですが(ビジネスを意識するため)、ある日、その資金が足りないことに気づきます。

そこで、これまでに自分たちが行ってきたこと、これからこのプログラムをどう作っていくか、なぜお金が必要なのかをプレゼンすることで資金を集めることになりました。

このクラウドファンディングには、MUの先生方、安藤理事長にも参加していただき、開催されました。皆さんが話を真剣に聞いてくださり、クラウドファンディングを成功させることができました！

## ジョブシャドーイング



「ジョブシャドーイング」とは、影のように、働いている人の後ろについて、どのように働いているのかを学ぶというものです。いくつかのグループに分かれて2日間アメリカでの仕事の風景を見ることができました。市役所やフードバンク、MIC (Missouri Innovation Center) など、様々な場所での経験や話を、皆で共有し、楽しむことができました。市役所のジョブシャドーイングでは、実際に会議に参加し、また市が運営している施設にも行き、話を聞くことができました。



## American BBQ

炭に火をつけて、具材を並べて...と思っていたら、完成した料理が既に！Japaneseスタイルとは大違い。BBQのメインはみんなで遊んで仲良くなること！  
これぞAmericanスタイル！！



## 皆で Volleyball

大学内にある砂のコートでMUのアンバサダーとビーチバレー！と思いきや全然知らない地元の人たちとプレーをしていました（笑）。スポーツを通して、様々な人と交流することができました。  
ビーチバレーだけでなく、バスケットやサッカーもできて、アメリカ太りをなんとか回避できました。

## アートフェスティバル

市民のアートへの関心が高いコロンビア。毎月第一金曜日にはダウンタウンが様々なアートで賑わう。MUのアンバサダーもいろいろと教えてくれて、彼らの知識にもびっくり。



## TAKOYAKI-Party

日本人のメンバーが持参したタコ焼き機と、MUのアンバサダーが日本に留学した際に購入したタコ焼き機を使って、TAKOYAKI-Party！  
食材は現地のアジアストアに連れて行ってもらい購入。  
焼いて食べて、遊んで、踊って...先生たち抜きで、楽しい夜を過ごしました！



## Lincoln University



### ◎大学

リンカーン大学は、南半球にある最も古い農業系の大学です。ほとんどの学生がバスで通学していました。行き帰りの道では、羊を毎日見ることができました。昼食時には多くの学生が、ホームステイ先からのお弁当を持参し、カフェで食べていました。また、NZでは、お寿司がよく食べられており、カフェで買うことができました。

リンカーン大学は、ラグビー日本代表、ワールドカップ4回出場のスンプソン選手の母校でもあります！



### ◎授業

大学では Food Value Chain の考えを中心に3週間学んできました。3週間の授業で1番記憶に残っているのは、エキシビションです。4~5人で1つのチームになり、ニュージーランドの商品を日本で売るためにはどうすればいいのか、どうアプローチすればいいのかといった点から、日本ですでに学んでいた4P (Product, Price, Place, Promotion) をもとにプレゼンをしました。

全員の前で発表するのではなく、教室内に自分たちがプレゼンをするブースを設け、聞く側は自由にブースを選ぶことができます。プレゼン前のアイスブレイクトークの重要性についても学びました。



### ◎先生

リンカーン大学にはユニークな先生が沢山います。日本の授業とは異なり、ニュージーランドでは1日を通して同じ内容でも1時間毎に先生が変わっていきます。

また、ニュージーランドでは授業開始時間がどんなに遅れても、驚くことに授業終了時間が変わりませんでした。



## Business Site Visit



ニュージーランドのスーパーマーケットでは日本のスーパーマーケットと比べて異なるところを学びました。特に、牛肉が豚肉よりも安いことに驚きました。日本のそばやわさびも売っていて面白かったです。

*NEW WORLD*



ニュージーランドで有名なワイン産業について学びました。ニュージーランドではワインをつくる時に出るぶどうの皮や絞りカスの再利用の方法を検討していることも学ぶことができました。広大な自然の中での学習はとても素晴らしいものでした。

*PEGUSUS BAY WINERY*



最後の見学先は牧場でした。この日は早起きをして全員で牧場に向かいました。到着した小屋には既に電気がついていて工場の中で機械に乗せられて搾乳される牛の様子を見学することができました。間近で見る牛は迫力がありました。

*ASHLEY DENE FARM*



## Time Schedule

<i>From Monday to Friday</i>		
7:00	起床☀	バス通学
9:00~12:00	授業	
12:00~13:00	昼食	
13:00~15:00	授業	
18:00	帰宅	夕ご飯



休日にはロープウェイに乗ってみるのがおすすめ！



### ラグビー観戦!!

リンカーン大学での授業が始まって初めての土曜日、ホストマザーのおすすめで地元ラグビーチームの試合を友達と見に行くことに。地元 Christchurch の Crusaders とオーストラリアのチーム Rebels との試合で人生初めてのラグビー観戦は、現地では国際戦さながらの熱気を感じました。

結果は 66 対 0 で地元チームの圧勝でした。私も日本でプロサッカーの試合を何回か観戦したこともありましたが、私が感じた日本との違いは、試合前にサポーターがコスプレをしたり、フェイスペインティング用の筆を持参していたことです。また選手入場と得点した時も狂気に興奮していて、サポーターの愛を感じました。



### Horse riding-乗馬体験-

最後の週末は、自分がニュージーランドで本当にやりたかったことをしたいと思いました。それは、私が高校 1 年生の時にアメリカで初めて体験した乗馬を、ニュージーランドでも体験したいということで、ホストマザーにそのお話をして、友達と 4 人で乗馬体験をしました。

自分の乗る馬の名前の紹介から、注意点、馬の操縦の仕方まで、最初のインストラクションとしてしっかり教えてくれました。夏場であれば川の浅瀬に馬と入ることができたのですが、あいにく冬だったので難しかったです。ニュージーランドは外に出ればどこでも壮大な山の風景が広がるので、スケールがとても大きいです。



## Hanmer Springs

2週間目の週末2日間は泊りがけで、バスで2時間ほどの Hanmer Springs という、長野で言う白馬の様なレストランやレジャー施設、また大きな温泉もある、リゾート地に行きました。温泉には水着を着用し、男女共同で入ります。ほとんど広大なホットプールのような場所で、施設内には温水の25mプールやウォーターライダーもあり、水の温度も38度と低く、日本の温泉とは大きな差がありました。

温泉以外にも、ニュージーランドの自然を堪能しながら高速で川下りをする jetboating や4人乗り自転車を公道で走るアクティビティも楽しみました。



## Castle Hill

ある日のホストファミリー宅での夕食後、本棚にあった1冊の本から「The Lord of the Rings」の話になり、私もホストマザーも大ファンだということがわかり、その撮影の地である Castle Hill に行くことになりました。

この場所は別名「Kura Tawhiti」とマオリ語で言われ、原住民であるマオリたちは古くからこの地を聖なる神が宿る場所としていて、国の保護地区にも指定されています。

大好きな映画の撮影地を訪問できて、しかもその岩場も登れたことは、自分にとってとても貴重な体験となりました。

雄大な自然を見るとともに、マオリとの共存の歴史も見ることができて、丘の上に上ったときは言葉では言い表せない気持ちになりました。



## 授業について



Ara は午前中の授業と午後の授業の二つの授業があり、現地の先生 2 人がそれぞれ授業をしてくださいました。現地の英語の授業では、先生が用意した教科書を使ってスピーキングやリスニングなどの英語のスキルを学習し、またニュージーランドでの働き方や仕事場での決まりなども学んだ。日本の大学の授業とは異なった実践的なビジネス英語を学ぶことができました。



## 学校生活について

お昼休みや放課後は自由時間で、お昼は好きな場所で食べることができる（もちろん校外のファストフード店でも！）。お昼の時間は、各自がホストファミリーに用意して貰ったお昼ご飯を見せ合ったりしていた（足りない生徒は売店で買い足していたが、基本 oily です笑）。夜はホストファミリーと英語での会話なので、お昼の時間は友達と日本語を話すことで、割とリラックスできた。

放課後は、校内の体育館で現地の学生と交流したり、街の中心地でショッピングを楽しんだ。また、ホストファミリーに連絡をして、友人とディナーへも行った。男子生徒の間で人気だったのは「Burger Fuel」というハンバーガーのお店。見た目も味も衝撃的なので是非食べてみてほしい。



通学手段として主に利用するのはバスだが、平日 5 日間利用すれば、土日にはどこへでも無料で行くことができる。これを利用して様々な観光地に行くこともお勧め。ただし、ホームステイ先へは帰宅時間を連絡することをお忘れ無く!!

ちなみに、ホームステイ先への連絡手段は Messenger や Instagram 等を利用することが多く（ホームステイ先によるが）、Line を利用している人はほとんどいなかった。ホームステイ先へ英語で連絡をすることも勉強になるので、積極的に連絡を取ることがおすすめ!(^^)!



## Three Boys Brewery

ニュージーランドに拠点を置く、家族経営のビール醸造場。ビールの醸造工程からマーケットシェア、家族経営の現状などを学んだ。単に英語の勉強になるだけではなく、海外の経営スタイルやNZ市場を分析した上での製品販売など、マーケティングに関することも学ぶことができた。

## Kathmandu (カトマンズ)

カトマンズはニュージーランドを拠点としたアパレルメーカー。訪れた際には、カトマンズの製品を実際に店舗で見て購入する時間があり、またカトマンズのマネージャーによる説明の時間もあった。カトマンズは世界でも特に、持続可能性を重要視しているスポーツ系のアパレルメーカーで、地球環境に配慮したソーシャルビジネスを展開していることを学んだ。これは長野県立大学の講義でも学んだことで、日本で学んだことが少し活かされた気がした。



## Red Bus

二週目のビジネス研修ではカトマンズとレッドバスの二手に分かれて研修に行った。私はカトマンズの方に行っていたので、ここでは基本情報を少し。レッドバスは市営のバス会社でクライストチャーチの公共交通機関の一つ。ニュージーランドの1番古いバス会社で140年くらいの歴史があるそうだ。また、レッドバスは、クライストチャーチのラグビーチームのクルセイダーズを応援していて、選手や観客の移動の際にバスを出しているそうだ。



## CCC (Christchurch City Council)

最終週ではCCCへ研修に向かった。CCCはクライストチャーチ市の市議会で、市民の生活を向上させるために様々な取り組みを行っているとのこと。研修ではプレゼンを聞き、実際に使われている議会室に入ることができ、市長席にも座ることができた。また市議会のスタッフにインタビューをして、カンタベリー地震の際の市議会の取り組みなど、ネットでは得られない情報を知ることができた。



# ニュージーランド Ara ホームステイ体験記

ニュージーランドの一番の特徴として挙げられるのが、ホームステイだ。何人もの子供がいる家庭、たくさんの動物とともに暮らす家庭、おばあさん一人でのんびり暮らしている家庭。その形態はホームステイ先によってさまざまだったが、実際にその土地に溶け込んで生活できるというのはすべてに共通することである。ここでは、私自身が三週間で見聞きしたことを紹介していく。

## ステイ先での日常-訛りが大変-



Araの場合、ホストファミリーとの対面は学校内で行われる。空港で対面するリンカーンとの大きな違いはここだ。これから三週間お世話になる方とのファーストコンタクト。緊張の一瞬である。

最初の一週間ほど、一番苦戦したのはニュージーランド訛りを理解することだった。ニュージーランド訛りはブリティッシュイングリッシュに近いものであり、今までアメリカンイングリッシュしか学んでこなかった私にとっては非常に難易度の高いものだった。しかしそれも毎日聞いているうちに、どんどん慣れてくる。その後は、ホストマザーとも様々な会話ができて、お勧めのお店などを聞いたり学校であったことを話したり、本当の家族のように過ごすことができた。ちなみに私は宿題もリビングで行っていたため、ホストマザーからアドバイスをもらったりして、非常に有意義な学びができたと感じている。家に帰っても英語を勉強できるのは、ホームステイの強みの一つである。



## 食事-朝はあっさり、夜は豪華に-



ニュージーランドの朝食は基本的に、シリアルやパンで済ませることが多い。そのため学校の休み時間には、お昼ご飯のサンドウィッチを少しつまむ、など間食が欠かせなかった。ホストファミリーはほぼ毎日お弁当を作ってくれるが、学校でお弁当を見せ合うことも楽しみの一つだ。一番衝撃だったのが、キウイフルーツが丸々入っていること。それ専用のスプーンも売られており、ニュージーランドでは珍しくもないらしい。

夕食は、ラム肉、ソーセージ、ステーキなど、おいしい手料理を作っていた。お米を用意してくれた家庭もあったようだ。夕食の後では、必ずと言っていいほど甘いものを食べるのがニュージーランド流。そして金曜日の夜は、近所のお客さんを招いてフィッシュアンドチップスを食べる家庭が多いという。食事を通して国の文化や風習を知ることができ、様々な方とお話することができた。



## 一瞬のホームステイ生活



最初は三週間のホームステイなんて絶対にできない、と思っていた。しかし終わって見たら本当に一瞬の出来事である。ほかの国の文化に直接触れることで自分の持っていた価値観が変化し、本当の意味で世界の広さを実感することができた。三週間のホームステイ生活は、私の人生の中で何物にも代えがたい貴重な経験となったのだ。この経験を活かし、自分の将来に何らかの形でつなげることができれば、と今は強く感じている。

# ニュージーランド Ara 観光について

## 市内観光

15時に午後の授業が終わった後はフリータイム！ステイ先に帰るのもよし、友達とカフェやショッピングなどの観光を楽しむのもよし。クライストチャーチ市内には無料で入館できる博物館や図書館、地震で崩れてしまった建造物など、訪れるべき場所がたくさんある。左の写真は2011年のカンタベリー地震で崩れてしまったビルの跡地。日本人犠牲者のために、石碑には日本語のメッセージも供えられていた。市内の復興はほとんど完了しているが、地震の爪痕も残っている。中央はカフェで食べた「エッグベネディクト」。NZではちょっと贅沢な日の朝食として食べられたりする。私も誕生日の朝食に出てきた。最後の写真は市内にある壁アート。ぶらぶら歩いていると所々にアート作品を見つけることができるので、探しながら散策するのがおすすめ。



週末は少し遠くの観光地に行くこともできる。第二週目の週末には、行きたいメンバーでテカポ湖への旅行を計画した。テカポ湖は世界で最も星が美しく見えるといわれる湖の一つ。クライストチャーチからバスで3時間半ほどかけて向かった。水面は青緑色をしているが、朝と夕方でも色が全く違う。左の写真は朝のテカポ湖で、水面が透きとおっていた。写真左は「羊飼いの教会」という観光スポット。テカポ湖で見た景色はどれも、「生きていてよかった…」としみじみ思うような美しさだった。

## テカポ湖への旅



## 星空観察

せっかくならガイドさんと一緒に行ってもらい、ガッツリ星を観たい！ということで、星空観察ツアーまで予約した。しかし、ツアーの決められた時間に案内所まで行ってみるとガイドさんの表情が何やら険しい。星は観られるのかと尋ねると、「It's terrible.」と言われてしまった。結局雲が多すぎてツアーはキャンセルすることに。ガイドさんは残念そうにしながらも、南半球でしか見ることのできない「南十字星」の見方を教えてくれた。ホステルに戻って夜が更けたころもう一度外に出てみると、さっきとは打って変わって雲が消え、肉眼でも星を観ることができた。明かりの少ないところまで歩いて、真ん中の写真のように、みんなで道路に寝そべて星を観た。ハプニングもあったが、計画からホステルや星空観察ツアーのブッキングまですべて自分たちで手配するというのは、非常に良い経験となった。人生の中で忘れられない思い出の一つとなった。



はしゃぎ過ぎてスマホを湖に落とさないように気をつけましょう。