

## 海外派遣留学プログラム月間報告書

(報告期間：2018/08/27 ～2018/09/05 )

### 1. 勉学の状況

8/27 にエドモントンに着き、その日が Move in day でした。空港から学生ボランティアみたいな人が案内してくれて、無料のスカイシャトルバスで寮の近くまで送ってもらい、入寮も問題なくできました。その旨も日本にいるときからメールでお知らせが来ていたので、とても安心でした。

Move in day のその日からウェルカムピクニック？バーベキューをやったり、次の日からも毎日オリエンテーション、イベントがいっぱいありました。アイスホッケーのゲームがあったり、食事を無料で配ってたり、パンダの着ぐるみがあったり、なんだかすごかったです。

授業は 9/4 から始まりましたが初回はガイダンスなので、時間割だけ載せようと思います。

Fall 2018	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
8:00 AM					
9:00 AM					
10:00 AM		BIOL 367 LEC A1 (63266) BS M 145		BIOL 367 LEC A1 (63266) BS M 145	
11:00 AM					
12:00 PM	IMIN 371 LEC A1 (63386) ETLC E1 017		IMIN 371 LEC A1 (63386) ETLC E1 017		IMIN 371 LEC A1 (63386) ETLC E1 017
1:00 PM					
2:00 PM	GENET 304 LEC A1 (63276) CCIS 1 160		GENET 304 LEC A1 (63276) CCIS 1 160		GENET 304 LEC A1 (63276) CCIS 1 160
3:00 PM					
4:00 PM					

三つの授業を取る予定です。Add/Drop の期限まではもうすこし猶予がありますがたぶん変えないと思います。日本にいる間に、Bear Tracks という千葉大学でいう学生ポータルのようなもので履修登録を済ませました。5月くらいに履修登録ができるようになり、人気の授業はすぐに埋まってしまっていて、びっくりしました。ナンバリングは 100 番代から 400 番代に向かって難易度が上がっていく仕組みらしいです。おそらくアメリカや他の国でも一般的です。今学期私の取

る授業はすべて Prerequisite が必要で、私は交換留学生で Prerequisite が当然無いのでウェブで登録ができず、直接コンタクトを取る必要がありました。千葉大でそれに類似するような授業を取ったことを証明して、問題なく履修登録できました。

授業については本格的に始まってから、つぎの報告書で書くことにして、大学の写真を載せたいと思います。



大学です。千葉大学みたいに仕切りで囲まれて無くて、色んな建物や施設や寮があって、ここらへんが大学、っていうかんじです。広いです。建物内にいると特に迷います。でもグーグルマップがあれば大丈夫です。なくても親切な人がいっぱいいるので大丈夫です。



寮の外観です。その名の通り international student がほとんどですがカナダ人もいます。中もまあきれいです。シングルルームで、キッチンとランドリーが共有です。シャワーもちゃんとお湯がすぐ出ます。

## 2. 生活の状況

この一週間はいろんなことがありました。最初、空港からおくってもらったときに同じバスに日本人の女の子で同い年で、英語が堪能で、しかも同じ専攻の子がいて、英語がまだ思うようにしゃべれない私はすごく落ち込みました。だけどそのあとのイベントなどでは、ひとりでも色々な人が Hi!! というふうに話しかけてくれます。そして食べ物やお菓子をくれます。食べ物は、普通においしいと思います。私は基本的になんでもおいしいとってしまう人だからかもしれないですが、たまに甘すぎることを除けば不満は全くないです。そして、聞いてた以上に、カナダの人は（現地の人だけでなく、留学生や移民の人も）すごくフレンドリーで親切で優しいです。少しでも困ったそぶりを見せると助けてくれるし、知らない人でも目が合うと笑顔でにこっとしてくれます。知らない人同士が隣にいたらその瞬間から友達みたいにべらべらしゃべっていたり、ドアをつぎの人のためにあけていてあげたりしてくれます。私も常に笑顔で人に親切にしようと思っただけでさっそく人間的にすこし成長しました。

オリエンテーションでは、とても親切にしてくれる友人ができました。その友人が IKEA とアジアンスーパーに連れて行ってくれたり、クッキングをしてくれたりしました。友人の友人を紹介

してくれたりして、さまざまな国籍の人と知り合えて、いろいろお話をしました。アクティビティのクラスがあることも教えてくれて、ヨガの教室に申し込みました。週一で9月から12月までのクラスで、7000円くらいです。ほかにもキックボクシングや柔道やダンスなどいろんなクラスがありました。クラスだけではなくクラブもあります。あとは、無料でジムやプールが使えます。それからバス、電車も無料で乗れます（厳密に言えばUPASSの料金を払っているのも無料ではないと思います）。電車を間違えてもお金がかからないし、基本交通費がかからないのでとってもいいです。

気候は、寒いです。特に朝が寒いですが、建物の中はあたたかいです。

すべてなんてとても書き切れなくらい、毎日いろんな発見があります。自分の無知や言葉の壁に落ち込むこともあります。それ以上に楽しいし、これからも楽しみです。これから、勉強もがんばりつつ、いろんなことに積極的にチャレンジしていきたいです。

## 海外派遣留学プログラム月間報告書

(報告期間：2018/09/06 ～2018/09/31 )

### 1. 勉学の状況

授業が本格的に始まったところか、課題に加え、midterm exam も始まっていますが、前回かきながらの授業の内容から簡単に書いていきたいと思います。

#### BIOL367 Conservation Biology

環境保全の授業です。キーワードをいくつか挙げると、生物多様性、絶滅危惧種、環境破壊、持続可能な開発、生態系、など。この授業は、わたしが派遣留学の目的や留学先を絞っていくなかで、この国、この大学を選ぶ理由のひとつになった授業です。この授業の先生曰く、アルバータ大学は環境保全の研究のホットスポットです。重たい課題がぜんぶで5回出ます。

#### IMIN371 Introduction to Immunology

免疫学です。複数の教授が数回ずつ講義をするスタイルの授業です。免疫学は大学で取ったことがなかったのに始めから300代を取ってしまいました。先生が早口で、ノートを取るのが追いつかなくて大変です。

#### GENET304 Gene Expression and its Regulation

遺伝子の発現、転写、調節機能など。千葉大でも学んだ分野を英語で復習できつつ、300番代なので発展的ことを学びたい、と思って履修しました。Top Hat というアプリを使っての参加型の授業になっています。まだ半分くらい何を言っているのか分からなく、この授業が一番不安です。先生の書く達筆すぎる板書がたびたび読めないで、写真を撮って友人に読み取ってもらうなどして勉強しています。

授業では、e-class という千葉大でいう moodle のようなものを使っています。事前にパワポ資料を上げてくれるので予習できます。ほとんどの学生がパソコンを持参してメモを取っています。みんなタイピングが速いです。私のパソコンは重たい上に私は打つのが遅いので、ノートとボールペンを使っています。それでもやはり追いつかず、聴きながら考えて理解して書いて、書いている間にまた先生が大事なことを話している、ということが頻発です。こればかりは努力して慣れるほかないので頑張ります。それと、やはり日本と比べて学生が積極的にフランクに発言をします。あとは時間割が面白くて、80分で週2のクラスと、50分で週3のクラスがあります。私は、短くて集中できる50分の授業が小学生みたいで好きです。あと週末を除いて隔日で授業が進んでいくので毎日復習しないと訳が分からなくなります。全体的に、300番代の授業なので

難しいです。私の英語力と理解力では、予習をして、やっと授業の半分くらい理解できて、復習して、それでも充分とはとても思えないくらいです。課題も大変です。友人の力も借りながら、毎日必死です。勉強してもしても追いつかないので、時間が足りないとつくづく感じます。テストも満足のいくような出来ではなかったと思います。Winter term には4つの授業を取る予定なので、もっとさくさくできるようにしなきゃならないです。

## 2. 生活の状況

授業の準備、復習も大変ですが、遊びも大切です。とりわけこの場所は冬になるともう寒すぎて全てが凍って身動きが取れなくなるらしいので、今のうちに行きたいところに行きまくって、やりたいことをやりきるくらいの心意気です。それにしても私にはやりたいことが多すぎて時間が足りません。ちゃんと計画立ててやるべきこと、優先順位を付けなきゃ、自己管理をちゃんとしなきゃ、と思います。

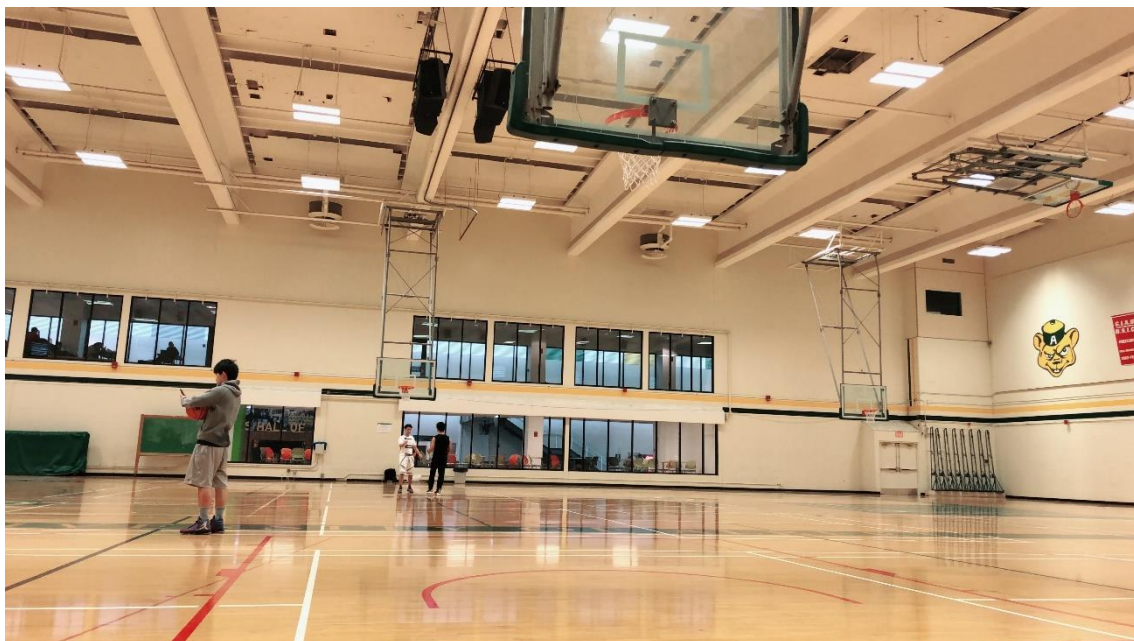
今月は、大学の周りを散策したり、ショッピングモールで買い物したり、友人とレストランへ出かけたり、ファーマーズマーケットに行ったり、友人の誕生日を祝ったり、映画を見たり、ホームパーティーにいったりしました。一番楽しかったのは、なんだろう、と考えてみたけどぜんぶ同じくらいです。映画は2回見たのですが、1回は映画館で観ました。2回目は大学の中にシアターがあって、そこでFree Movieを上映しているのを教えてもらって観に行きました。無料の食事やイベントや施設がたくさんあり、どこからお金がわいているのだろうと思います。たぶん学費です。聞いた話ですが、現地のカナダ人の学生は一つの授業が約8万円(授業にもよります)、international studentはその3倍くらいするのだそうです。単位落としたりしたらお金が無駄になるから必死に勉強できるのかもしれませんが、落単で20万無駄になるなんて恐ろしいです。

カナダという国について。カナダは移民で成り立っている国、色んな国の人がいる、というくらいの知識を持ってカナダに来ました。この大学周辺に来てみて、ほんとうにそう思います。ただ歩いているだけでも色んな国の言葉が聞こえてくるし、英語のアクセント、発音もばらばら。いろんなバックグラウンドをもつ人がいます。年齢もさまざま。ダイバーシティです。みんなそれを自然に受け入れています。他の国に行かなくても色んな国の人といろんなお話ができるのはすごくカナダのいいところだと思います。数カ国語しゃべれるひとたくさんいて、すごくうらやましく思います。自分がカナダに留学に行く前にしておいて良かったと思うのは、大学生になってからも色んな国に旅行に行ったことです。中国、インド、アメリカ、タイ、台湾、韓国とアジアばかりですがその国の人と話すときに盛り上がります。

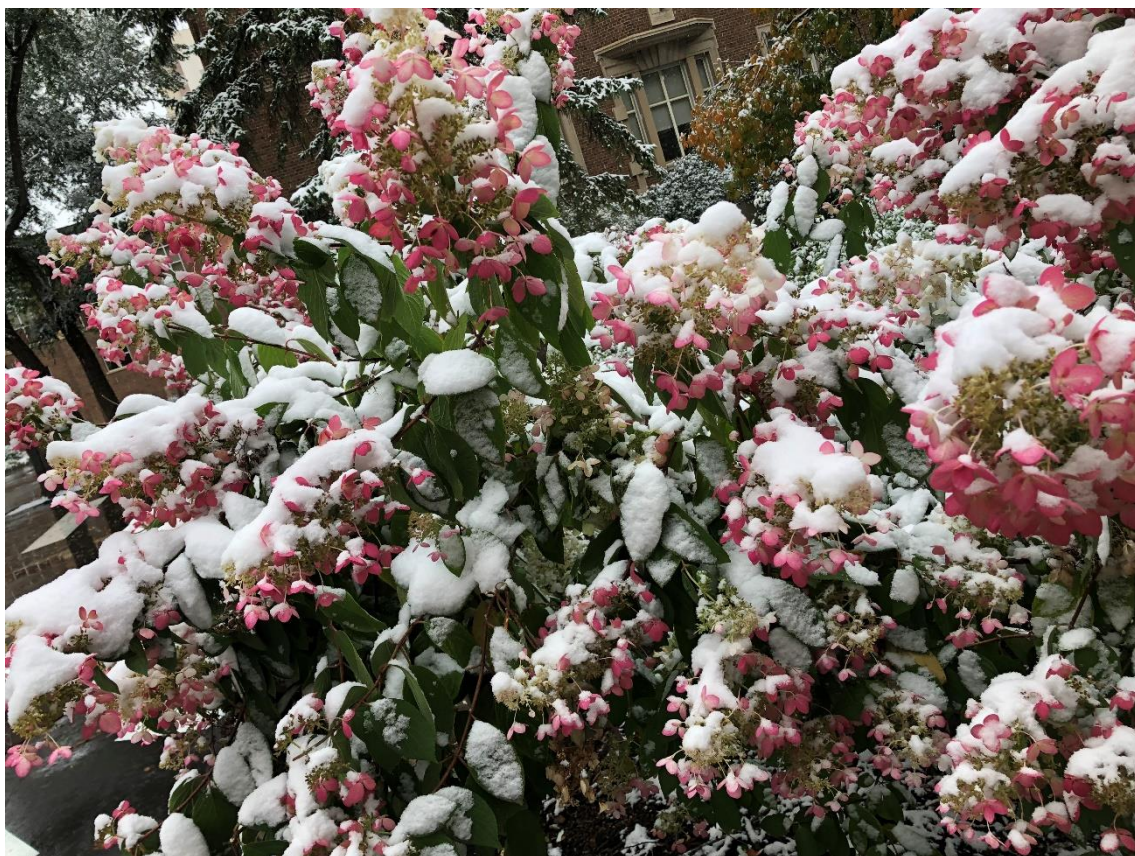
だいぶ学校にも慣れました。勉強は大変ですがそのために来たので頑張ります。最後に写真を載せて終わりたいと思います。



ファーマーズマーケットです。毎週土曜日の朝8時から午後3時まで。販わっています。



バスケットしました！



雪が降りました。秋は一瞬で過ぎ去りました。

見返してみるとあんまりいい写真がありませんでした。来月は頑張ります。



## 海外派遣留学プログラム月間報告書

(報告期間：2018/10/01 ～2018/10/31 )

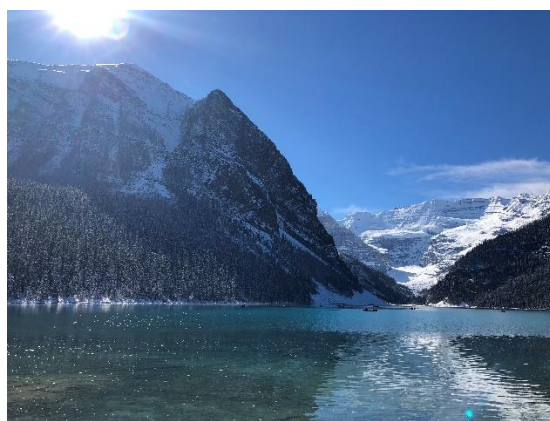
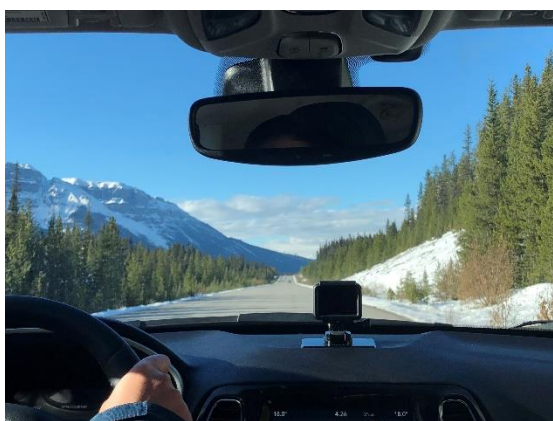
### 1. 勉学の状況

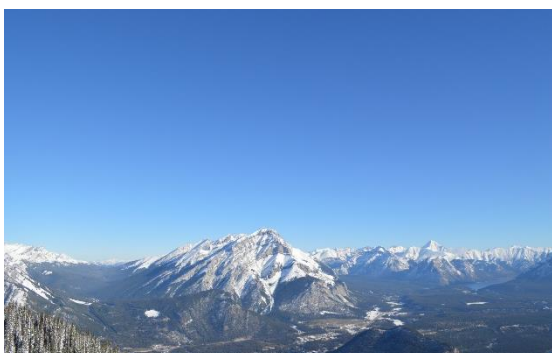
カナダに来て2ヶ月が経ちました。生活には慣れたように感じますが授業はまだ大変です。e class が役に経ちます。そんな中で midterm exam がありました。初めての試験だったので、さぐりさぐりの中でのテスト勉強でした。色んな建物や図書館の中に自習のスペースがたくさんあるのはすごく便利です。英単語、文法に加え、専門用語を覚えて書かなくてはいけない大変さを実感しました。正直自信はまったくないです。専門用語の正確なスペルが思い出せない、日本語だったらもう少し書けるのに、辞書があればもっといい答案作れるのに、時間が足りない、と悔しい思いをしました。母国語と違う言語で学ぶというとすごいことに思えるけれども、第二言語や第三言語などでもそれをやってのける人がここには少なくないので、尊敬するとともにとても刺激を受けます。効率よく勉強する方法をまだまだ模索中です。

### 2. 生活の状況

だんだんと寒くなってきているのか、なんだかよく分かりません。たまに暖かい日があったかと思えば雪が降ったりします。

今月もいろいろありました。10月のはじめには、祝日と週末の連休を利用して、レンタカーを借りて Banff と Jasper へ二泊三日の Road Trip へ行ってきました。友達と車で旅行という経験自体が初めてだったのでわくわくしました。大自然に触れて、野生動物を見て、きれいな景色をみて、とても新鮮な旅行でした。なにより車の旅が快適で、窓からの景色がずっときれいでした。





Lake Louise は青緑色の湖でした。ポストカードとかでみるような景色が実際に目の前に広がっていたのが忘れられないです。

誕生日を祝ってもらったり、家に呼んでもらってジェンガしたり、ご飯を食べに行ったりもしました。カナダにはカナダ料理というものがほとんどないので、イタリアン、日本料理、中華料理、メキシカン、韓国料理、タイ料理、インド料理など、飲食店も多国籍です。コーヒーショップもたくさんあって多くの方がコーヒー片手に歩いています。

それから月末には DEADMONTON というホーンテッドハウスに行きました。ハロウィンです。



ゾンビやピエロがいました。バイオハザードみたいでした。日本のおばけ屋敷とはまた違ってとっても楽しかったです。この季節はカボチャやおばけが飾られているおうちもたくさんあって街を歩くのも楽しいです。

来月もがんばります。

## 海外派遣留学プログラム月間報告書

(報告期間：2018/11/01 ～2018/11/30 )

### 1. 勉学の状況

勉強に関してはあまり変化がありません。ひとつのコースが週二日か三日の頻度でそれが四ヶ月つづくので、ターム制になった千葉大学での講義と比べて、少し退屈と感じてしまいます。授業の内容も、授業によってはパワーポイントに書いてあることを少し違う言い方でしゃべっているだけのように感じてしまうものもあります。長い休暇を挟んでしまったこともあって、勉強がすこしおろそかだったと反省しています。初心を取り戻してモチベーションを上げたいです。そして、もうすぐ final exam があります。友達は、今更ながらコースを drop しようかなどと言っていました。平日は勉強する場所が混み合ってきていると感じます。千葉大学の方で、私はこちらにいながら研究室配属も無事に決まりました。無事にテストが終わることを祈るばかりです。

### 2. 生活の状況

日によりますが、とても寒くなってきました。ある日、外を歩いていて、「なんか今日はすごく寒い！」と思って温度を調べたら-16℃でした。5分くらいで頬と耳がりんご病みたいに真っ赤になって痛くなりました。寮の部屋も、寒すぎて窓が開かない日があります。室内の機械などが壊れないように自動でロックされました。この頃は氷点下を下回る日がほとんどのような気がします。日照時間も短くなってきているのを感じます。朝はなかなか日が出なくて、夜はすぐ暗くなってしまいますので、気分も落ち込んでしまうときもあります。そのせいか、今月はあまり積極的に出かけることがなかったです。でも、11月中には Reading week があり、10日間ほどの休暇がありました。この休暇を利用して、バンクーバーへ旅行に行きました。サイエンスミュージアム、蒸気時計のある gas town、スタンレーパークのトーテムポール、キャピラノ吊り橋です。





それから母と祖母がトロントとバンクーバー観光をかねてカナダへ来てくれたのも Reading week 中のことでした。バンクーバーで落ち合い、エドモントンまで来てくれました。学校の周辺や生活の様子をみて喜んでくれたみたいでよかったです。

## 海外派遣留学プログラム月間報告書

(報告期間：2018/12/01 ～2018/12/31 )

### 1. 勉学の状況

2018年最後の月です。振り返ってみると、勉強は思うように行かなかったと感じます。というのも、授業自体は50分だったり80分だったりしますが、まず予習するのにそれと同じくらいの時間を費やしてまいります。教科書を読んだり、分からない単語を調べたり、スライドをざっと読むだけでも、それくらいかかります。授業によっては一回のスライドが50枚以上あったりします。予習が完璧にできるのは稀でした。そして授業を受けていると、何分かかけて理解したスライドが数秒で次のスライドに代わります。授業が終わって、そこから数秒で流れていったスライドをひとつずつ復習してノートにまとめていく、という繰り返しでした。そうすると、理解するだけで1日が終わってしまい、覚えたり、次の予習を始める時間がなかなか取れないのが現状でした。要領が悪いのか、私の理解力がだめなのか、でも雑にやってしまったら意味がない、ととにかく取り組みました。日本にいるときに英語に専門用語に触れたり、英語の勉強はしなければいけないとわかっていたはずで実際勉強していました(今思えばすごく少ない勉強量だったように感じます)が、きっとどんなにしても足りなかっただろうし、なんだかなあという感じです。留学に来た当初は、完璧主義、でもないんですが、ちゃんとやろうと意気込んでいました。日本での大学での勉強と比べてはるかに時間は割きました。ですがうまくいかず、ごまかしごまかしやるのも嫌だし、というより出来ないし、嫌になってしまう時間が多かったです。これが挫折か、と思いました。分からないです、もっと深刻なものをいうのかもしれませんが、最近になってようやく、完璧にやるのは無理だと受け入れるようにしました。嫌になって全部投げだすよりも少しでも取り組もうという姿勢に変えようと思いました。逃げのような感じもあり、悔しい気持ちもありますが、今の正直な感想です。幸か不幸か、あと半分あるので、できることをやろうと思います。

### 2. 生活の状況

寒いです！外に出ると、最初の数分は寒いと感じますがだんだん痛くなります。このようなことを前に報告書でも書いたような気がします、手を外に出せないです。しかし室内は暖かいのでホッカイ口の無駄遣いをしているような気がします。それでも今年の冬は比較的かなり暖かいようです。ネガティブ20度以下の表記はまだみることがないです。見たくはないです。

12月、落ち着いてきて、日照時間も短くなり、何より寒かったのであまり学校へ行く以外あまり外に出ませんでした。遊ぶことも少なくなりました。とても良くしてくれた友だちが、このセ

メスターで帰ってしまうという寂しい出来事もありました。

また、最初の報告書で食べ物は普通に美味しいと書いたのですが、その時は本当にそう感じたので書きました。でもこの頃飽きてきました。日本食あるにはあるけど質が微妙だったり高かったりします。食べ物は日本が一番美味しいと思います。

クリスマス、年明けの前後は学校が休みでしたが、私は特に何処へも行かず寮でドームメイトたちと過ごしていました。クリスマスにジンジャーブレッドハウスを作ったり、新年に花火を観ました。

それから、予期しないアクシデント、年末にラップトップが壊れました。心が折れました。日本では壊したことないのに、と思いました。治せるのか分からないけどリペアショップに持って行きましたが預けて未だ帰ってきません。数週間かかるようです。携帯は何としても壊さないように気を付けたいです。保険によっては補償されるようで、即座に確認しましたが駄目でした。来年は良いことがありますように。

## 海外派遣留学プログラム月間報告書

(報告期間：2019/01/01 ～2019/01/31 )

### 1. 勉学の状況

年末年始、一週間ほど休みがありました。

年が明けて、少しして、生物学科の教授の研究室を訪ねてきました。その方はチョウをはじめとする昆虫を使って、生物の種分化から種の境界にわたる生物の進化についての研究を行っている方です。千葉大の教授の勧めと、その教授の論文を読んで緯度多様性勾配という現象に興味をもち、メールでアポを取って年始にお話を聞きに行きました。

緊張しながらも気楽な感じで尋ねると、何に興味があるのかといったことや、どんな研究がしたいのか、それは可能なのか、意欲はあるのか、といったことを結構厳しく言われてしまいました。

そこで、私は自分の卒業研究でやりたいことが具体的に何も決まっていなかったので、曖昧にしか答えられず、甘かったなと反省し、落ち込みました。ですが、その教授のやっている講義と、ゼミを聞きに来るように勧めてくれたり、日本人の研究者の書いた本を見せてくれたりもしました。ですがやっぱりもうちょっとよく考えなきゃな、と思いました。でもどこから考えていいのか、と悩んでいるのが現状です。

秋のタームが終わり、冬のタームの授業です。

#### IMIN200

免疫学の授業です。前回は免疫学を取りましたが友人もとるというのもう一回少し違うものをとってみました。

#### BIOL221

進化学です。地質学みたいなものも含んでいるみたいで、新しい単語が頻出です。

#### BIOL366

北部生態学です。この場所、この大学特有の授業なのかなと思います。

### 2. 生活の状況

冬は寒く、十分以上外にいるのはきついくらいです。息をすると冷たすぎて肺が痛いように感じる時もあります。マイナス 20 度台が多いですが、こちらに来る前、マイナス 40 度と聞いていました。現地の人に聞くと今年はかなり温かいそうです。これ以上寒いのは想像できないです。部屋の中は暖かいので、日本の冬とは少し違い、ある意味過ごしやすいのかもしれない。



友人との遊びはもっぱらご飯を食べに行くことくらいです。先日はお店でチキンを食べ、タピオカを飲んで帰りました。そういえば日本でもタピオカが流行ってましたが、こちらの大学の中にもタピオカやさんが二店舗くらいあります。

あと、パソコンは直らないので、あきらめました。学校の図書館が二十四時間空いているので、そこを利用しています。帰るまで辛抱します。



寮の近くの様子です。朝は地面が凍っていて滑りやすいです。

## 海外派遣留学プログラム月間報告書

(報告期間：2019/02/01 ～2019/02/28 )

### 1. 勉学の状況

いままでと違い、友人と一緒にのコースをとっているのがやりやすいです。

授業後に一緒に復習したり、勉強したりしています。

私は、授業では予習で簡単に概要をノートにまとめて、授業を受けながらメモをそのノートに書き足して、そのあとでまとめて、復習する、という流れで勉強しています。これだと授業の前後に時間がとられるので毎日追いつかない、と思いながら、週末も利用しながら取り組んでいます。図書館で勉強していますが、よく友達同士でおしゃべりもしてたりしています。選考がバラバラで、日本語の先生を目指している人なんかもいて、面白いです。

### 2. 生活の状況

まだまだ寒いです。



日照時間が短く、朝七時でも暗くて、夕方もすぐ暗くなります。日照時間が短くてずっと真っ暗だと気がめいり、憂鬱になります。

今月はバレンタインデーもありました。寮の子がお菓子を作ってくれたりしました。

あとは、年末前に帰国してしまった、仲良くなったほかの国の留学生からポストカードが届いたりしました。私もポストカードを書いてカナダポストで出しました。