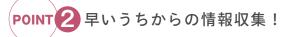
長期交換プログラムの準備、留学プログラム申込みまでの準備

POINT 1 自分のこと、自分の状況をもっと知る!

- ●自分は**なぜ留学したい**のか?留学先で何を学びたいのか?
- ●自分に適していると思う**留学環境**(国・地域、大学規模など)はどんなところか?
- ●自分の語学レベルは今どの程度なのだろうか?
- ●自分はプログラムの**応募資格**を満たしているだろうか?
- ●自分が留学にかけられる**費用**はどの程度か?
- ●自分が申請できる**奨励金や奨学金**はあるか?



募集開始の最低6ヵ月前には情報収集を始め、準備しなければならないことを認識しましょう。そのためにも、早いうちから積極的に情報集めをすることが重要です。特に、<mark>留学先で学部授業を履修する場合は、語学要件がある</mark>ため、クリアすべき要件を確認し、早めに語学資格試験の受験に向けて対策する必要があります。

出発時期 留学期間 留学先 (国・地域、学部、専攻) 語学要件 語学資格試験の受験 応募資格(GPAなど) 応募方法

単位費用

奨学金 就職活動

3段構えの情報収集

☑ 留学説明会 ☑ ☑ 留学個別相談(要事前予約)

担当のスタッフと、個別に留学相談をすることができます。 何度でも予約できます。

▼ 自ら調査

インターネットで興味のある大学を調べましょう。学部や専攻、シラバスなどを確認し、どんなことが学べるのか確認しましょう。また、寮などの設備、大学の規模、環境なども調査しましょう。留学経験のある先輩から体験談を聞くのも有効です。

の期間中に行います。

全般的な情報を入手することができます。学

期初めのオリエンテーション期間(4月、9

月)、毎年行われる留学フェア(5月、10月)

POINT 3 4年間の計画を立てる!

留学プログラムの参加有無に関わらず、卒業するためには桜美林大学の定める卒業要件を満たす必要があります。所属学群の必修単位修得状況により、留学時期、留学期間が変わる可能性があります。また、留学中を含め各学期でどんな科目を履修するべきか、計画する必要があります。自らの留学の質を高めるために、長期的な視野で4年間の計画を立てましょう。留学準備を兼ねた留学計画・履修計画表を作成してみましょう。履修の組み立て方について、先輩の例を参考にしてください。



POINT 4 条件を整える

✓ GPAを満たす!

各科目の成績の平均値をGrade Point Average (以下「GPA」)と呼びます。 長期交換プログラムでは、プログラム申請時に通算GPAが2.5 (4.0の内) 以上必要です。提携校によっては、これ以上を求める場合もあります。 1年生の頃からの積み上げとなりますので、GPAの維持向上に早期から 取り組んでください。

GPAはこれまでの学習への取り組みと結果が数値として現れ、留学のみならず、ほかの局面でも評価の対象になります。GPAが高いほど、例えば桜美林大学で履修登録単位数の上限が上がったり、学内外で申請できる奨学金が増えたりするなど、有利なことが増えます。その後の進路、就職活動、特に進学の際にも評価の対象になりやすい指標です。GPAが高いにこしたことはありません。

▼ 語学資格試験への対策と受験!

留学先で学部授業を履修する場合は、希望する留学先が求める語学要件 を満たす必要があります。思い立ってすぐにその要件を満たすことは難しいので、コツコツと勉強し、試験に臨む必要があります。

▼ 費用を準備する!

長期交換プログラムで1学年間留学すると、概ね10ヵ月間の留学となります(提携校により異なる)。海外滞在中の費用のみならず、海外に赴くまでの費用(ビザ、予防接種、海外旅行保険への加入、航空券の購入など)も併せて必要です。費用については、P.5を確認してください。

充実した留学生活を送るために ~実際に留学した先輩を例に考えよう~

充実した留学生活を送るためには、4年間の計画をきちんと立てることが重要です。 先輩の履修の軌跡や計画を参考にしながら、自分が留学した場合の計画を立てましょう。

▶ 先輩の4年間の履修について

リベラルアーツ学群 4 年のAさん ▶ アメリカ「サンフランシスコ州立大学」へ留学 (2年次秋学期~3年次春学期)

PROFILE メジャー 国際協力 マイナー 国際関係

留学先での履修:国際関係・政治学の科目を中心に履修。アメリカでしか取れないような科目を

積極的に取る。

授業では、ただスライドなどに書いてあるものを写し書きするのではなく、先 学習ポイント: 生の言っていたことを必ずメモしておく。それによって、後で見直したときに講 義内容のストーリーが繋がって、理解度が深まる。

先:大手外資系ホテル 定

留学中の課外活動:交換留学生全員に課される、自分の大学を現地の学生に紹介する活動(週1回)

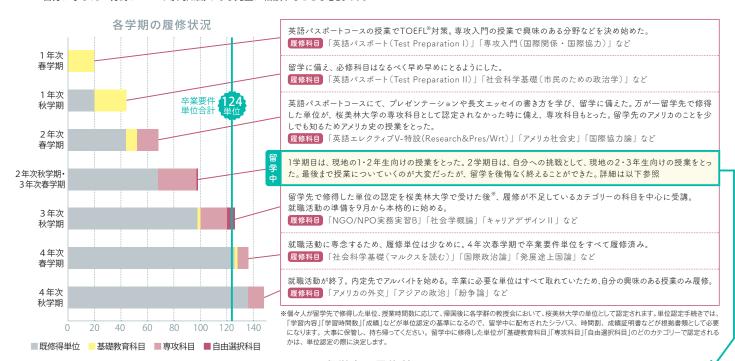
に参加。他国からの交換留学生、アメリカの学生 1 名とともに活動。

BEFORE TOEFL-iBT°: 62点 (TOEIC°換算:約600点) 語学資格試験 AFTER TOEIC®: 825点 (TOEFL-iBT®換算:約93~94点)

※留学前後に同一の試験を受験していないため、あくまでも換算点を目安として記入。

計画する際のポイント

- ●留学する期間を含む4年間の計画を立てるよう心がけましょう。
- ■履修についての疑問は留学前にアドバイザーや所属学群の教務委員、教務課に相談し解決しておきましょう。
- 留学先でどのような科目を履修したら良いか、登録しているメジャーの先生やゼミ(専攻演習)の先生など、 自分が学びたい分野について専門知識のある先生に相談することも必要です。



留学中の履修科目

that a second se					
2 年次秋学期	留学先における単位	3年次春学期	留学先における単位		
Introduction to World Affairs/ IR 104	3	Fundamentals of International Relations;	4		
Contemporary Moral & Political Issues/ PHIL 150	3	Theories, Issues, and Perspectives/ IR 308	4		
American Politics/ PLSI 200	4	Introduction to Political Theory/ PLSI 275	4		
English 212 (Grammer)	1	Social In/Equality/ SOC 272	4		
Comparative Politics/ PLSI 250	3	U.SCentral America Relations/ IR 306	4		

▶ 先輩の留学にかかった費用について ◀



TOEIC® is a registered trademark of Educational Testing Service (ETS). This publication is not endorsed or approved by ETS. TOEFL® is a registered trademark of Educational Testing Service (ETS). This publication is not endorsed or approved by ETS. TOEFL-IBT® is a registered trademark of Educational Testing Service (ETS). This publication is not endorsed or approved by ETS. TOEFL-ITP® is a registered trademark of Educational Testing Service (ETS). This publication is not endorsed or approved by ETS. 学修計画を立てるとともに、留学に向けて経済的な条件 を整えることも重要です。先輩の例は、2015年~2016 年の価格です。滞在都市が観光地のサンフランシスコで あったため、外食費用はかなり高かったと聞いています。 留学にかかる費用は、さまざまな条件により異なってき ます。さらに詳しくは、P.5の「費用について」を必ず確認 してください。

語学資格試験について

学部授業を履修する場合、その授業が行われる言語で受講できるという「語学力」を証明するために、希望する留学先が求める語学要件の基準を満たす語学資格試験の結果の提 出が必要です。各提携校の語学要件が提示されていますので(提携校一覧を参照)早めに確認し、募集期間に間に合うように準備をしましょう。スコアが高いほど、留学先候補の幅 が広がります。

各テストの公式ページで詳細を確認してください。公式ページではオンライントレーニングなど、役立つ情報も紹介されています。

英語資格試験※

**TOEFL iBT*, TOEFL iBT* Home Edition, IELTS(PB IELTS), IELTS(CD IELTS), IELTS for UKVI, Computer-Delivered IELTS for UKVI, Duolingo English Test

本学での学内選考時に証明する語学スコアは、いずれの英語資格試験でも可とします。ただし、留学先の国や大学によって認定される語学資格試験は異なりますので、詳細は 国際交流担当までご相談ください。

▶ 受験スケジュールモデル ◀

7ヵ月以上前 6ヵ月前

3 ヵ月前

1ヵ月前

募集期間

いずれかのテスト対策を

第1回目受験 実力・弱点の確認 第2回目受験 1回日受験の 弱点対策をして臨む

最終受験! 総まとめとして受験!

ベストスコアを持って、 いざ応募!

英語資格試験の一例

※申込時期や受験料など最新情報は必ずご自身でお確かめください。※渡航先により応募時期が異なります。

	TOEFL-iBT® (Test of English as a Foreign Language, Internet-Based Testing)	IELTS™ Academic Module (International English Language Testing System)	IELTS for UKVI		
特徴	テストセンターに設置されたコンピュータを使用し受 験します。基本的なパソコン操作にも慣れておく必 要があります。	筆記テストです。スピーキングは試験官と対面式で行います。 *イギリスへの留学を希望する人はIELTS for UKVI -Academicのスコアの提出が必要です。			
試験時間	リーディング:54~72分 リスニング:41~57分 スピーキング:17分 ライティング:50分	リーディング:60分 スピーキング:11~14分			
スコア表示	0~120(1刻み)	1.0~9.0(0.5刻み)			
受験料	US 245ドル	25,380円 29,400円			
開催ペース*/ 申込み期日	月に2〜4回/試験日の7日前まで	日本英語検定協会:月に2~3回/試験日の19日前まで(支払方法により異なる) JSAF:月に3~4回/試験日の3日前まで			
参考 Webページ	ETS: https://www.ets.org/jp/toefl 国際教育交換協議会(CIEE)日本代表部: https://www.cieej.or.jp/toefl/	IELTS [™] :https://www.ielts.org/ 公益財団法人日本英語検定協会:https://www.eiken.or.jp/ielts/ 一般財団法人日本スタディ・アブロード・ファンデーション(JSAF):https://www.jsaf-ieltsjapan.com/ ブリティッシュ・カウンシル(IELTS for UKVI): https://www.britishcouncil.jp/exam/ielts-uk-visa-immigration			

※開催ペースは、首都圏で開催される概ねの回数を記載しています。

【授業】英語エレクティブ、パスポートコース

【自習】Conversation Circle 図書館留学コーナーにある資料を活用、図書館45分留学

対策

学内対策講座開催!

専門の外部講師を招いた対策講座を開催します。詳しくは、P.5を確認してください。

漢語水平考試 HSK / 韓国語能力試験 TOPIK

	漢語水平	考試 HSK	韓国語能力試験 TOPIK		
特徴	主催:中国政府教育部直属の機関 中国政府が認定する資格で	-	主催:大韓民国教育省・国立国際教育院(NIIED) 主管:駐日本国大韓民国大使館・公益財団法人韓国教育財団 大韓民国政府(教育省)が認定・実施する試験です。		
	筆記試験	口頭試験	TOPIK I	TOPIKII	
試験時間	例) 4級 (級により異なる) 聞き取り: 30分 読 解: 40分 作 文: 25分	例) 中級 (級により異なる) ロ 試:約21分	聞き取り:40分 読 解:60分	聞き取り:60分 書き取り:50分 読 解:70分	
級	1級~6級	初級、中級、高級	1級~2級:初級	3級~6級:中級、上級	
1122	級が上がるごとに難易度が高くなります。		級が上がるごとに難易度が高くなります。		
	例) 4級 7,370円	例)中級 6,710円			
受験料	級ごとに料金は異なります。リベラルアーツ学群中国言語文化メジャー・マイナー生、及びグローバル・コミュニケーション学群中国語特別専修生は半額(5割引き)で受験することができます。また、その他メジャー専修生も1割引きにて受験することができます。詳しくは桜美林大学孔子学院にお問い合わせください。		4,000円	5,500円	
開催ペース/ 申込み期日	概ね月に1回/約1ヵ月前まで		年に3回/約	3ヵ月前まで	
参考 Webページ	中国政府認定資格 HSK (日本実施委員会):https://www.hskj.jp/		公益財団法人韓国教育財団 韓国語 https://www.kref.or.jp/examination		
対策	【授業】中国語 【図書館】留学コーナーの資料を活用 【公開講座】桜美林大学孔子学院を活用 https://www.obirin.ac.jp/kongzi/		【公開講座】桜美林大学世宗学堂を活	コーナーの資料を活用 i用 nool/fuchinobe_machida/course/korean/	

長期交換プログラム



▶ スケジュール ◀



語学資格試験の受験及び情報収集は可能な限り早めに開始してください。遅くとも6ヵ月前より行ってください。

参加資格

- 事前オリエンテーション及び留学中に在学している者
- ❷ 学納金を所定の期日(延分納制度申請者は申請後の所定の期日)までに納付している者
- 3 年度初めの「学生定期健康診断」を受診し異常なしと診断された者

応募資格

- 本学に在籍する者
- 2 留学する時点で本学に3学期間以上在学している者
- 3 積極的に異文化での生活体験と学習に取り組める者
- 母 柔軟性と協調性を持ち合わせている者
- 5 通算GPAが2.5以上の者
- 6 論文を書く能力、読解力及び会話力がある者で、
- 各提携校が求める語学資格試験のスコアを取得している者(学部留学及び英語ブリッジの場合) ☑ 桜美林大学海外留学プログラム誓約書に同意し、誓約事項を遵守できる者
- ⑤ 所定のオリエンテーション、及び関連行事に参加できる者

提出物

- 2 課題エッセー (アカデミックコース及び英語ブリッジの場合)
- ❸ 語学資格試験結果の公式証明書(アカデミックコース及び英語ブリッジの場合)

選考について

- GPA、語学資格試験スコア、エッセーなどの定量的指標 (語学レベル、エッセーは、学部留学及び英語ブリッジの場合に対象)
- 2 面接内容、志望動機など

以上2点を勘案し、語学運用能力や適応力などを桜美林大学が判断し、合否(提携校への推薦の可否)を決定します。 必ずしも希望に沿った行き先あるいは合否になるとは限りません。

可能な範囲で学生の希望を尊重しますが、最終的には各学生の能力に適した提携校へ推薦します。 なお、桜美林大学からの推薦に基づき、提携校が受け入れの可否を決定します。

留学 手続き

留学前 オリエンテーション

学内選考により派遣留学候補生に決定した場合、留学先への申請書を作成します。 留学までに開催されるオリエンテーションにはすべて参加してください。

費用について

留学に関わる費用全般について、経済的な支援者(保護者・保証人など)とよく相談し、了承を得てください。 諸経費は以下の通りです。費用は留学する国・地域、大学ごとに異なります。約100万円~250万円(1学年間の留学の場合)を想定してください(アジア方面:100万円程度/北米・ヨーロッパ方面:200万円より)。 ※留学協定に基づき、所定外コースの履修を除き留学先授業料は免除となります。ただし、留学期間中も桜美林大学の学納金は、通常通り納付が必要です。

留学前

費目	備考
ビザ(査証)または滞在許可書 申請料・手数料	国・地域により異なる
1 海外旅行保険料	以下1 を参照
留学先大学保険料	大学により指定があれば加入する
予防接種費用	大学により指定があれば接種する
2 渡航費(空港使用料、 燃油サーチャージなどを含む)	以下2 を参照

留学中

費目	備 考
桜美林大学授業料	通常通り納付が必要です
留学先授業料	免除
宿泊費	以下2 を参照
生活費	以下2 を参照
教材費	履修科目により異なる
その他(旅行、洋服など)	個々人で異なる

海外旅行保険料

海外旅行保険は、原則として本学指定の保険会社の保険に加入していただきます。また、留学国・地域、留学先大学によっては、定められた法律、規定に基づき、現地の保険への加入が求められます(費用は留学先大学によって異なる)。その場合、双方の保険に加入することが必要です。

月数	費用
4ヵ月	60,000円~90,000円程度
10ヵ月	160,000円~250,000円程度

※費用は変更になる可能性があります。

渡航費、宿泊費、生活費

為替レートや価格の変動により諸経費も常に変動します。以下はあくまでも概算の一例です。渡航費は、出発時期(春または秋)、利用航空会社、行先などによって大きく変動します。また、宿泊費、生活費は滞在都市によっても大きく異なり、さらに個々人によっても異なります。以下の費用はあくまでも目安として捉えてください。

費目	地域 中国大陸、 台湾、韓国	その他アジア地域	オセアニア	北米(西海岸)	北米(東海岸)	欧州	その他 (南米、中東、アフリカ)
渡航費(空港使用料、		100,000円	100,000円	200,000円	250,000円	150,000円	150,000円
サーチャージなどを)		~180,000円	~200,000円	~280,000円	~300,000円	~250,000円	~300,000円
宿泊費	30,000円	20,000円	70,000円	60,000円	60,000円	50,000円	30,000円
(1ヵ月平均で算出	~80,000円	~150,000円	~130,000円	~120,000円	~120,000円	~150,000円	~100,000円
生活費(1ヵ月平均で		20,000円	50,000円	40,000円	40,000円	40,000円	10,000円
食費、交通費、雑費		~100,000円	~100,000円	~100,000円	~100,000円	~130,000円	~100,000円

※2021年2月1日現在の金額です。

学習に関する支援

スケジュール	ガイダンス・講座	特徵	備考
4月	長期交換プログラムの説明会	・留学プログラムの紹介 ・学内学習リソースの紹介	
5月			春出発 出願
6月		 交換留学プログラムに参加したい!でも英語のスコアが上がらない!	
7月		そんな皆さんを応援するためのコースです。	受講料:30,000円
8月	TOEFL-iBT®対策 インテンシブ英語コース(Web講座)	・Web講座なので、自分のペースで学習が可能(数回のスクーリングが必要になる場合があります) ・4技能のうち、伸ばしたい技能を自ら選択して学習 ・専門スタッフによる個別カウンセリングあり	受講料助成制度あり) ※その他情報は以下を確認
9月	長期交換プログラムの説明会	・留学プログラムの紹介 ・学内学習リソースの紹介	
11月			秋出発 出願

TOEFL-iBT®対策 インテンシブ英語コース(Web講座) **募 集:**5月(予定) **定 員:**制限あり

受講料助成制度:あり(期限内に講座の受講を完了した方を対象に助成金を支給します) ※申込方法、詳細についてはe-campusに掲載致します。 ※状況により開講しない場合もあります。ご了承ください。