



100年以上の歴史をもつ
卓越した教育と編入実績で
有名な2年制大学
*カリフォルニア大学への
編入は80%以上

カリフォルニア州 サンタローザ | 2年制大学

Santa Rosa Junior College

Student's Voice



Haruna Matsuoka
松岡 陽菜さん
専攻：運動学 スポーツ医学プログラム
留学期間：2021年12月～現在も留学中
卒業後の進路：アメリカの4年制大学に編入 ▶ アスレティックトレーナー

Point こんなこともできるの？ 貴重すぎる 実践的な授業

人体解剖で
メスの使い方から
学び、臓器や筋肉に
触れて知識を吸収。

アメフトチームに同行し
メディカルチームの
一員として
選手をサポート。

プロ選手用の診療所
でテーピング処置や専門
器具を使ってトレーニ
ング、リハビリを行う。



はじめに…

冬のオリンピックが開催された長野県白馬村が私の出身地ということもあり、クロスカントリーを小学校3年生から高校3年生まで本格的にやっていました。その中で、怪我が原因でやむを得ず引退しなければいけない選手をたくさん見てきて、才能があるのにもったいないと思っていました。身体の基礎をつくるトレーニング法や怪我の予防法などを勉強し、未来のアスリートを手助けしたいと思い、スポーツ医学を専攻しています。

Point 留学生ももらえる 奨学金

SRJCでは、留学生も対象の奨学金が豊富に用意されています。応募には、成績要件やエッセイの提出があります。受給額は\$400～\$1,200です。

Web <https://international.santarosa.edu/scholarships>

Point 2023年秋オープン 学生寮

352名が入居できる学生寮がSRJCのキャンパス内にオープンします。部屋タイプはひとり部屋、ふたり部屋、6人部屋など、家賃は月額\$990～\$1,750です。

Web <https://www.srjchousing.com/>

— SRJCを選んだ理由

英語を早く上達させたかったのも、他の2年制大学に比べて日本人学生が少ないこと、私自身が田舎育ちなのでロサンゼルスやサンフランシスコのような大都会よりも郊外のサンタローザのほうが自分に合っていそうだったことが決め手でした。実際にサンタローザは緑が多く、海にもアクセスできます。一方で、公共交通の便が良く、学生は無料で利用できます。また、カフェやショッピングモールなどの商業施設も十分にあるので、とても住みやすい場所だと思います。

— 授業の雰囲気

学生と教授の距離が非常に近いです。教授は「わからないことをわからないままにしておくのが一番良くない」と言ってくれて、いつでも学生の質問に丁寧に答えてくれます。クラス人数は25人程度で、教授によってパワーポイントを使ったり、教科書を使ったりして進めています。

— 休日の過ごし方

課題が多く、編入する場合は成績が第一の評価対象になるので、ほとんど勉強時間にあてています。たまに睡眠時間を削ることも。留学している以上、良い成績をあげることに注力するべきだと個人的には考えています。ただ、息抜きも必要なので、ハイキングに出かけたりサイクリングをしたりしています。

その他の学生の声



ナオキさん - ホスピタリティ専攻
SRJCには、クラブに参加したりキャンパスで働いたりする機会が豊富で、たくさんの素晴らしい仲間に出会うことができました。彼らと交流することで、英語で話すことにも自信ができました。SRJCの素晴らしい教育を受け、あなたにぴったりの選択肢を見つけてください！

— 留学してどんな力が身につきましたか？

ひとつは英語力が以前よりはるかに伸びていると実感しています。毎日教科書を100ページ読む授業もあり、読書とはちがうのでどう読めばいいかわかりませんでした。日々の積み重ねで、徐々に重要なポイントだけおさえながら読んでいくスキルが身につきました。いちばん苦労していることは、日常会話です。授業で使う英語とは違い、友だちと話すときはカジュアルな表現やスラングが飛び交います。チンプンカンプンなので、その都度意味を聞いて教えてもらっていますね。もうひとつは「自分でどうにかする力」が身につきました。言語の壁や人間関係などで突発的なことが起きても冷静に対応できるようになりました。

— 卒業後の目標は？

運動学が学べる、カリフォルニア州立大学(CSU)の3年生に編入し学士号の取得を考えています。目標であるアスレティックトレーナーになるためには、国家試験に合格しなければいけません。国家試験を受けるには、大学院課程を修了する必要があるため、大学院のあとは大学院を目指す予定です。
※全米アスレティック・トレーナーズ協会(通称NATA)は、2022年に国家試験の受験資格を修士課程を修了した者と変更しています。

— アメリカ留学するのなら…

日本語の特徴である曖昧な表現は、時に美德とされますが、アメリカでは混乱を招く原因になります。「Yes」か「No」で求められるので、自分の意思をはっきりと伝えることを意識したほうが良いです。Noであることが、相手の存在を否定することでは決してありません。また、サンタローザはアメリカの中でも比較的治安の良い街ですが、自己防衛は大切です。何かあったためのために、私は催涙スプレーを持ち歩いています。

— これから留学する人へメッセージをお願いします

少しでも留学を考えている方は、ぜひ留学してください。海外での経験は、日本で経験できることよりもはるかに多いです。また、SRJCには世界各国から学生が集まっているので、彼らの言語や文化も学ぶことができます。はじめは言語の壁があると思いますが、アメリカという競争が激しい国で、目標を持ち続けることで自分自身を乗り越えるステップにつながります。自分を変えたい、もっと成長したい、殻をやぶりたい方、SRJCでお待ちしています！



オンラインパンフレットもチェック！

Santa Rosa Junior College の情報は 40 ページにも掲載しています
<https://international.santarosa.edu/> Eメール: international@santarosa.edu
 右のQRコードからオンライン版も見られます。