

<STEPに参加して>

学校臨床心理専攻 M1

佐々木 里奈

【クラス&授業】

土曜日の午後にシアトルに到着し、月曜日から研修スタート。日曜日にホストマザーがワシントン大学まで車で連れて行ってくれたので、初日の集合場所であるHUBや、降りするバス停の場所を確認し、初日から困難なく登校することができました。初日はオリエンテーションと、クラス分けのためのリスニングテストや面接が行われました。リスニングは、問題用紙に目を通し終わらない内に流れ始め、ちょっと焦りました。面接は二人一組で行われ、「今まで食べたもので驚いたものは？」などの質問をされました。ランチの後でクラスが発表され、テキストを受け取ってクラスごとに集合。授業が行われる建物までの行き方をみんな確認し、初日は終了。

火曜日から、5つのクラスに分かれて授業開始。私が所属した Alina 先生のクラスは、16人の生徒全員が日本人でした。北教大以外は、早稲田、明治、慶応などの関東勢でした。二人一組で自己紹介や週末の出来事を交流したり、4人グループでボキャブラリーの確認やフィールドトリップの

☆Alina's class☆



復習をしたり、クラス全体で名前暗記ゲームやフルーツバスケットをしたりと、様々な形でコミュニケーション活動を行い、先生やクラスメートと自然に関わり合うことができました。また、数日に渡って『Little Miss Sunshine』という映画を見たり、週に一度はフィールドトリップへ出かけ、シアトルの各エリアでインタビューや探索をするなど、楽しい活動が盛りだくさんで、一日3時間の授業はあっという間に終わってしまいました。最終週には、グループごとテーマに沿って15分ほどのプレゼンを行いました。私たちは、UW生と日本人大学生の勉強量や、卒業後の目標などを比較して発表しました。インタビューを通して、色々な専攻のUW生と話をすることができたのは面白かったです。また、同じグループの人たちと何度も話し合っ準備を進める中で、より親しくなれたことも、楽しく研修を終えることができた一因だと思います。

【シアトル観光① ~afternoon activity & field trip】

「午前には授業があるけれど、午後や休日は何をしよう？」と出発前は大したプランもなかったのですが、行ってみるとなかなか忙しい日々でした。まず、週に2回行われる大学

☆latte☆



主催の activity には全て参加しました。中でも興味深かったのは、フェリーで行った Bainbridge Island。小さな島の中に可愛いお店が立ち並び、美味しいアイスを食べることができました。帰りには、フェリーに乗り込む仕事帰りらしき人々や車、自転車をたくさん見かけました。この辺りでは多くの人々がフェリーで通勤しているそうです。

また、週に一度のフィールドトリップでも、色々な場所を訪ねまし

た。特に気に入ったのは、Capitol Hill というエリアです。午前の授業が終わった後も、クラスの人たちと町を歩いて楽しみました。ペイカリーで美味しいランチを食べ、有名なカフェでラテアートを楽しみ、高級そうな家々を鑑賞し、Volunteer Park で美しい景色を満喫……。各エリアにはそれぞれ異なる雰囲気があり、時間があつたらもう一度行きたいと思う場所がけっこうありました。

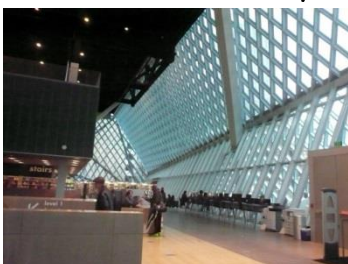
【シアトル観光② ～自主観光】

しかし、プレゼンの準備などもあり、思いのほか自由に動ける時間が少なく、限られた時間の中でできる限り色々な場所を訪ねました。Pike Place Market、Starbucks 1 号店、Space Needle、Westlake Center、Great Wheel、Safeco Field、美術館や博物館、カフェやペイカリーにチョコレート

ショップ。それぞれ満喫しましたが、特に衝撃だったのは、Chihuly Garden and Glass と Seattle Public Library です。ガラス館の方は、一つ一つ形の異なるガラスが組み合わさり、大きな作品となって展示されていました。暗い部屋の中でショーアップされた色鮮やかなガラスは、とても幻想的で感動。また、10階建ての図書館は、外から見ても中に

入っても「これが図書館?!」と驚くような建物でした。最上階から下を見下ろし写真や動画を撮ってみたものの、カメラでその広さを伝えるのは難しかったです。図書館内のカフェで飲んだホットチョコレートもかなり美味でした。

☆Seattle Public Library☆



シアトルには、Downtown を中心に観光スポットがたくさんありますが、ワシントン大学もまた、とても魅力的な観光スポットだと思います。3週間毎日、大学の敷地内を歩きながら幸せな気持ちでした。特に、Suzzallo Library には何度も足を運び、晴れの日度に写真を撮ってしまいました。この季節のシアトルは雨の日がとても多いのですが、たまに晴れると本当に気持ち良く、大学の美しい風景をたくさんカメラに収めました。雨が多いからこそ、晴れの日々の有難さが身に染み込ませた3週間でした。

【シアトル観光③ ～学んだこと&わかったこと】

シアトル観光で学んだことは、「地図を見て悩むより、街行く人に聞いた方が早い」ということです。バスが便利で、行きたい場所の近くまでは行けるのですが、降りてからどっちに進めばよいかわからないことが度々ありました。そんな時は、通りがかった人に話しかけると、大体の場合すぐに正しい答えが返ってきました。また、バス停で時刻表とにらめっこしている時や、オルカカードにチャー

ジする方法がわからず券売機の前に佇んでいる時、「助けが必要かい?」と地元の人が声をかけてくれました。シアトルには、困っている人がいたら積極的に手を差し伸べようとする人が多いなあと感じ、日本に戻ったら自分もそうありたいなと思いました。

☆Chihuly Garden & Glass ☆



☆Suzzallo Library(UW)☆



☆Quad(UW)☆



ちなみに、大学への通学と観光を含めて、かかったバス代は\$100弱。住んでいる場所と出かける回数にもよりますが、私の場合はUパスではなくオルカカードにして正解だったと思います。最初の activity (1週目の火曜日) でカードを購入できる場所に連れて行ってくれたので、それからは小銭の心配も必要なく快適でした。

また、天気の良い日は暖かいのですが、雨の日や朝晩は予想以上に寒かったです。上着はかなり迷いましたが、とても寒がりなのでダウンを持って行って正解でした。しかも、フード付きであることがかなり重要。最初の頃は雨が降るたびに折り畳みの傘を広げていたのですが、途中から面倒になり、少々の雨ならフード付きダウンコートのみで歩きました。現地の人々があまり傘をささない理由がわかった気がします。

【ホームステイ&ホストファミリー】

旅行会社からホームステイ先についての連絡をいただいたのが出発の約一週間前。すぐにグーグルマップで場所を確認すると、大学からかなり遠い場所だったので、通うのが大変そうだなと思いました。しかし、実際に行ってみるとバス一本で大学にも Downtown にも行ける場所で、それほど不便ではありませんでした。ただ、帰りはバスを降りてから20分程登り坂を歩かなければならず、外灯がほとんどないため、日が暮れてから帰る時は少し怖かったです。

ホストマザーは気取らない社交的な人で、週末には Downtown を案内してくれたり、教会や Bible Study に連れて行ってくれたりしました。

☆Host mother & her friends☆



そこで新たな出会いがあり、一緒に映画に行ったり食事に行ったりする機会もありました。また、ホストマザーのお母さんの家を訪ねると、ホテルのようにゴージャスで感激。ホストマザーの娘さん達も集まり、みんなで食べたサーモンのBBQとレモン味のライスは絶品でした。

平日の夜も、なかなか充実していました。ホストマザーがお気に入りの映画をDVDで見せてくれたり、アカデミー賞の放送をLIVEで一緒に見ながら司会者のトークに大笑いしたり、その翌日には多くの賞を受賞したGRAVITYのDVDを借りてきてくれたり。また、授業で毎日のように出される宿題をダイニングでやりながら、英語表現のダメ出しをしてもらうこともありました。仕事があって忙しい中、煮込み料理を作ってくれたり、アメリカの様々な文化に触れられるような機会をたくさん作ってくれたホストマザーには、心から感謝しています。

今回、かなり迷った末の参加でしたが、「迷った時は、やってみるべし」と改めて思いました。お世話になった皆様、本当にありがとうございました。

☆Salmon BBQ☆



☆Host family☆

