

【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 10月 7日
留学先大学/国名	サザンイリノイ大学カーボンデール校(日本語名) 国名:アメリカ合衆国 Southern Illinois University at Carbondale(現地言語名)
留学先の所属学部等	<p><input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部・研究科等に所属している(以下に学部等名を記入) ※学部等名 日本語名: 一般教養学部 現地言語での名称: College of Liberal Arts</p> <p><input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属せず様々な学部等の授業を履修している <input type="checkbox"/> その他:</p>
留学期間	2025年8月～2026年5月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	国際日本学部国際日本学科
学年 ※出発時の本学での学年	2年生
<p>I. 出発前にどのように情報を集め、準備をしましたか。しておいて良かったこと、準備不足だったこと、ぜひ次の学生に準備としてアドバイスしたいことを記述してください。</p> <p>主に大学のホームページ、過去の先輩方の留学体験記を参考に情報収集や準備を進めました。大学のインスタグラムを見るのも、実際の雰囲気や生徒の様子を知ることに役立ったので良かったと思います。</p>	
<p>II-1. 留学のための渡航前手続き(留学ビザ) ※詳細に記入して下さい</p>	
ビザの種類: J-1	申請先: 在日米国大使館
ビザ取得所要日数: 2～3週間 (申請してから何日 / 何週間要したか)	ビザ取得費用: 約 60,000 円
<p>1. ビザ取得のためにどのような書類の提出が求められましたか? また、どのように手配しましたか?</p> <p>DS-2019、DS-160 オンライン申請書の提出、SEVIS 料金の支払いなどが必要でした。オンライン申請の手順を全て完了させた後に大使館にて面接をし、ビザを取得しました。</p>	
<p>2. 具体的な申し込み手順を教えて下さい。</p> <p>大学から入学許可が下りると DS-2019 が送られてくるので、その後アメリカ大使館ホームページから自分のビザの種類の DS-160 のオンラインフォームを探し、記入します。そして面接や申請にかかる料金を支払い、面接をしてビザが下りたら取得、という形です。</p>	
<p>3. ビザ取得の際に、留学先国大使館で面接のあった方は、どのような質問を受けましたか?</p> <p>どの大学にどのくらいの期間行き、何を勉強するのか。また、なぜその大学を留学先に決めたのか、両親はどのような仕事をしているか、などを聞かれました。現地での生活費をどのようにまかなう予定かどうかについても、質問を受けました。</p>	
<p>4. ビザ取得に関して困った点・注意点</p> <p>質問数が莫大な量であるのにもかかわらず、時々不具合でデータが保存されず、記入していた回答が全て白紙に戻ることがあったりなど、DS-160 の記入がかなり大変でした。これが億劫でフォームを完成させるのが遅くなり、面接予約がギリギリになってしまった結果渡航予定日まで面接の空き日程がなく、一時は渡航を延期することも視野に入れました。私は運よく、こまめにホームページを見てキャンセル空きがないか確認していたところ、なんとか滑り込みで面接予約を入れることができましたが、かなりリスクーなのでこれは推奨できません。何事も早いうちに進めるに越したことはないので、大学</p>	

からDS-2019を受け取り次第、すぐにビザ手続きを開始した方が良いと思います。

II -2. 留学のための渡航前手続き(その他の事前準備について)

その他済ませておくべき準備があればお書き下さい(現地での現金調達準備、携帯電話購入、荷物運送等)。

携帯電話の回線の確認や、現地で使えるクレジットカード、銀行口座の開設や準備をしておくことは大事だと思います。

III. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	JAL, American Airlines				
航空券手配方法	航空会社サイト ※利用した旅行社・旅行サブ、格安航空券情報等があれば記入				
大学最寄空港名	セントルイス・ランバート国際空港		現地到着時刻	23:30頃	
キャンパスへの移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え		<input type="checkbox"/> 知人の出迎え	<input type="checkbox"/> 公共交通機関(<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車)	<input checked="" type="checkbox"/> タクシー <input type="checkbox"/> その他()
移動の所要時間	2 時間				

空港からキャンパスへの移動の際の注意点、タクシー・公共交通機関で移動する際の行き方、料金等

空港から Uber で行きましたが、日本円で 25,000 円程かかりました。私の場合、直前まで飛行機遅延や荷物トラブルなどがありヘトヘトだったので Uber はリラックスすることが出来たため良かったですが、バスや電車など価格やメリットデメリットを事前に調べ、自分の納得のいく方法で行くのが良いと思います。

大学到着日 8月 10 日 13 時頃

2. 住居について

到着後すぐに住居入居できましたか?	<input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ	いいえを選んだ方: 8月 11 日から入居可能だった。
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート	<input type="checkbox"/> その他()
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> 二人部屋	<input type="checkbox"/> その他()
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input type="checkbox"/> 他国からの留学生	<input checked="" type="checkbox"/> その他(現地のアメリカ人学生)
住居を探した方法	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で探した	<input type="checkbox"/> その他()
住居の申込み手順	入学許可が下りた後大学から量の案内のメールが届いたので、それに従って申し込み、支払いといった手順で進めました。	

住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか? ラブルはありましたか?

大学が斡旋している寮があるので、居住先が見つからないというトラブルはないです。ただ、例年先輩方が使用してきた留学生用の寮である Ambassador Housing の案内が届いたのが、すでに別の寮への入寮手続きを済ませた後だったので、少し戸惑いはありました。

3. 留学先でのオリエンテーションについて

オリエンテーションの有無	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかつた
日程	8月11日～16日
参加必須ですか？	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input checked="" type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は？	<input checked="" type="checkbox"/> 無料 <input type="checkbox"/> 有料(金額：)
内容と様子は？	最初の3日間は主に留学生、国際学生用のガイダンスがあり、カーボンデールという町や SIUについての話もありました。このような留学生たちの中には学部学生があまり多くはなく、ほとんどの人が年上でした。一方で学部のオリエンテーションが始まると、基本的に学生は皆学部学生だったのと、ほぼ全員が当然ではありますがネイティブの学生でした。ここでは、寮についてや授業、出席についての説明がありました。
留学生用 特別ガイダンス	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかつた
授業開始日	8月18日から



IV. その他、渡航してから必要な手続きについて

1. 現地で滞在許可等の申請の必要はありますか？ いつ、どこで、方法は？ 日数、料金は？ トラブルは？

特になかったです。

2. その他現地でした手続きは（健康診断、予防接種等）？ いつ、どこで、方法、日数、料金は？ トラブルは？

予防接種は事前に日本で受けてから行ったので、特に現地で新しく接種などはしていません。日本に、海外渡航者向けに診断書を英語で記入してくれたりする病院があったので、そこを利用したこともありトラブルなどはなくスムーズでした。

3. 現地で銀行口座を開設しましたか？ 手続方法、必要書類、日数、料金は？ トラブルは？

していません。

4. 現地で携帯電話を購入しましたか？ 手続方法、必要書類、日数、料金は？ トラブルは？

日本で使っていたものをそのまま現地でも使用しています。海外回線で使い、新しい電話番号を発行するため、渡航前にeSIMの契約をしました。

V. 覆修科目と授業について

1. 覆修登録はいつどのような形で行いましたか？

出発前に（6月25日頃）

オンラインで登録 志願書類に記入して登録 できなかつた その他（ ）

到着後に（ 月 日頃）

オンラインで登録 国際オフィス等の仲介 できなかつた その他（ ）

登録時に留学生として優先されることはありましたか？

あった なかつた

優先が「あった」方はどのように優先されましたか？

優先が「なかつた」方はどのように登録しましたか？

履修登録をする際に自分の学部のアドバイザーとオンラインでミーティングをすることが出来たので、そこでアドバイザーに履修登録の方法や授業の検索方法などを教わり、あとは先輩方の留学体験記などを参考に自分で履修する授業を決めました。

2. 出発前に授業を登録した方は、現地で変更・追加できましたか？ また希望通りの授業が取れましたか？

授業開始1週間以内は、自由に授業変更や追加ができます。ただ授業開始一か月前の時点ですでに人気のありそうな授業の多くは定員オーバーだったので、授業開始後に変更をしたくてもあまり選択肢はありませんでした。希望通りの授業を取るためにには履修登録が開始してすぐ、早いうちに登録した方が良いと思います。

VI. 一週間のスケジュール 授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入

	月	火	水	木	金	土	日
5: 00							
6: 00							
7: 00	起床、準備		起床、準備		起床、準備		
8: 00	授業(50 分)		授業(50 分)		授業(50 分)		
9: 00	朝食		朝食		朝食		
10: 00	授業(50 分)	起床	授業(50 分)	起床	授業(50 分)		
11: 00						起床	起床
12: 00	授業(50 分)		授業(50 分)		授業(50 分)		
13: 00	授業(50 分)	昼食	授業(50 分)	昼食	授業(50 分)		
14: 00	自由時間 ↓	授業(75 分)	自由時間 ↓	授業(75 分)	自由時間 ↓	自由時間	自由時間、課題
15: 00		課題、テスト 勉強・自由時間 ↓		課題、テスト 勉強・自由時間 ↓			
16: 00							
17: 00	夕食		夕食				
18: 00	課題、テスト 勉強・自由時間 ↓		課題、テスト 勉強・自由時間 ↓				
19: 00		夕食		夕食			
20: 00							
21: 00							
22: 00							
23: 00		就寝		就寝			就寝
24: 00	就寝		就寝		就寝	就寝	

VII. 現在までの感想

留学先大学、プログラムについて、授業、宿舎、生活全般について等、自由に書いてください。

SIUは第一希望の留学先ではなかったのに加え、カーボンデールが東京とは正反対のような田舎町であったため、正直渡航当日までは楽しみよりも不安や緊張が勝っていました。ですが、実際に来て、約三ヶ月間住んでみると、自然が綺麗で空も広々としており、とても落ち着く環境だと感じるようになりました。

田舎町ですので、アジアンマーケットや日本食は充実しているとは言えませんが、それでもかなりの数の大学生が普段生活をしている場所なので、基本的に生活していく上で困ることはありません。個人的には、留学先でもおしゃれをしたい、とも考えていたのですが、ネイルサロンやその他美容系サロンもあるので、娯楽は少ないとはいえど、そういう面も枯渇はしていません。

私は高校時代に1年間テキサス州に在住した経験がありますが、同じアメリカでもやはり住む場所によって全く印象が変わるな、と感じています。特に、私はアメリカで運転することができないので、車がないと大変かもしれないと思っていたが、カーボンデールには徒歩で行ける距離の場所もかなりあります。例えば、広大なキャンパス内は基本全て徒歩移動だったり、大学が出している無料の公共バスもあるので時々そちらを利用したりします。

授業は、やはりネイティブの学生と同じ条件、基準で単位を取らなければいけないので、特に最初の頃はついていくことも大変でした。ですが教授は皆優しく、必要があれば親身になって助けてくれます。授業中に先生が日本について触れてくれるとなんだか誇らしい気持ちになったりします。

寮について、私が住んでいる寮の居住者は基本的にほぼ全員がネイティブのアメリカ人で、私はルームメイトが1人、バスルームを共有するスイートメイトが2人の計4人で生活しています。皆とても親切で、私が留学生であろうと、気にせず対等に接してくれます。時々、自分のプレゼンテーションの練習をするために皆に一つの部屋に集まってもらい、練習相手になってもらったりもしています。寮のタワー自体もキャンパス内にあるので、先述の通り教室まで歩いていくことが出来ます。また私は、寮の近隣に併設されているダイニングホールを契約しているため基本的に自炊はしていませんが、メニューが豊富なので特に食事面で体調を崩したりすることもなく、健康な生活を送ることが出来ています。

週末に車や電車を使ってイリノイ州の北側(シカゴなど)に友人と遊びに行ったり、様々なイベントやパーティーに参加したりと、大変なこともありますが総括すると充実して楽しい生活を送ることが出来ています。

