

## 【大学間協定留学】 留学報告書

|                                                        |                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 記入日                                                    | 2024 年 6 月 3 日                                                                                                                                                                                |
| 明治大学の所属学部・研究科<br>※学部・学科・研究科・専攻等                        | 国際日本学部                                                                                                                                                                                        |
| 留学(渡航)した時の学年                                           | 2 年生                                                                                                                                                                                          |
| 帰国年月日                                                  | 2024 年 5 月 11 日                                                                                                                                                                               |
| 明治大学卒業予定年月                                             | 2026 年 3 月                                                                                                                                                                                    |
| 留学先大学について                                              |                                                                                                                                                                                               |
| 留学先国                                                   | アメリカ合衆国                                                                                                                                                                                       |
| 留学先大学                                                  | ノーザン州立大学(日本語名)<br>Northern State University(現地言語名)                                                                                                                                            |
| 現地使用言語/ 授業使用言語                                         | 英語/ 英語                                                                                                                                                                                        |
| 留学期間                                                   | 2023 年 8 月～2024 年 5 月                                                                                                                                                                         |
| 留学先大学で在籍した学年                                           | 2 年生                                                                                                                                                                                          |
| 留学先の所属学部等                                              | <input 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)<br>※学部等名<br>日本語名:<br>現地言語での名称:<br><br><input checked="" 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<br><input type="checkbox"/> その他: |
| 形態                                                     | <input type="checkbox"/> 国立 <input checked="" type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> その他:                                                                  |
| 学年暦<br>※記入例:<br>1 学期: 4 月上旬～7 月下旬<br>2 学期: 9 月中旬～2 月上旬 | 1 学期: 8 月下旬～12 月中旬<br>2 学期: 1 月中旬～ 5 月上旬<br>3 学期:     ～<br>4 学期:     ～                                                                                                                        |
| 学生数                                                    | 1,758                                                                                                                                                                                         |
| 創立年                                                    | 1901                                                                                                                                                                                          |

| 留学費用        |               |           |                                        |
|-------------|---------------|-----------|----------------------------------------|
| 留学費用項目      | 現地通貨<br>(米ドル) | 日本円       | 備考                                     |
| 授業料         |               | 円         | 交換留学の為、明治大に学費を納入                       |
| 宿舍費         | 9842.6        | 1545300 円 |                                        |
| 食費          |               | 円         | Meal Plan として宿舍費に包含                    |
| 図書費         | 0             | 0 円       |                                        |
| 学用品費        |               | 12000 円   |                                        |
| 携帯・インターネット費 | 860.0         | 135020 円  |                                        |
| 現地交通費       | 350.0         | 54950 円   | ( <input type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車) |
| 教養娯楽費       | 91.9          | 14428 円   |                                        |
| 被服費         | 53.2          | 8321 円    |                                        |
| 医療費         |               | 円         |                                        |
| 保険費         | 693.0         | 108879 円  | 形態: Academic Health Plan               |
| 渡航旅費        | 2229.0        | 350000 円  |                                        |
| ビザ申請費       | 185.0         | 28675 円   |                                        |
| 雑費          | 831.2         | 130500 円  | 1 人部屋申請費用                              |
| その他         | 10343         | 1624000 円 | 留学中のクレジットカード使用合計金額                     |
| その他         |               | 円         |                                        |
| 合計          | 25554.6       | 4012073 円 |                                        |

## 渡航関連

### 渡航経路

往路 出発地：中部国際空港 目的地：アバディーン 経由地：ミネアポリス

復路 出発地：アバディーン 目的地：羽田 経由地：ミネアポリス

### 渡航費用

- ① 往復チケットを購入した場合  
航空会社：デルタ航空

料金：350000 円

- ② 片道ずつチケットを購入した場合  
往路 航空会社： 料金：

復路 航空会社： 料金： ∴ 合計：

### 航空券購入方法

☐ 旅行代理店(店名： )

☒ インターネット(サイト名：デルタ航空)

☐ その他( )

## 滞在形態関連

### 1) 種類(留学中の滞在先)(例：アパート、大学の宿舍等)

☒ 学生寮(寮の名前：Kramer Hall) ☐ アパート ☐ ホームステイ

### 2) 部屋の形態

☐ 個室 ☒ 相部屋(同居人数 2)

### 3) 共有部分

☒ バス ☒ トイレ ☒ キッチン(☒ 自炊可 ☐ 自炊不可)

### 4) 住居を探した方法：

インターネット上での留学手続き

### 5) 感想：(滞在先の感想とこれから留学する人のためのアドバイス)

基本的には水道や電気、Wi-Fi 等が不自由なく使え、共用のキッチンや自動販売機など便利な居住空間だった。しかし一方で、他の寮ほどキッチンが広くなかったり、火災報知器が年に 5 回も誤作動を起こして避難をさせられるなど不便な点も目立っていた。これから留学する人には Kramer Hall ではなく、その隣の Great Plains East への滞在をおすすめしたい。

## 現地情報

1) 留学期間中、病気やケガをしましたか。した場合、どこで治療を受けましたか。

(例: 現地の病院、学内の診療所)

☒ なし

☐ あり (治療を受けた場所: )

2) 留学期間中、学内外で問題はありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。

(例: 留学先大学の相談窓口、現地の友人等)

☒ なし

☐ あり (問題の内容や相談した人等: )

3) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか? その際どのように対処しましたか?

特になし

4) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。

(例: 寮のインターネット接続が不安定で 1 週間に 1 度は全く繋がらない時がある。街にあるほとんどのカフェでは WIFI 接続が可能であったので、寮で使用できない時はカフェに行った。)

学内ではゲスト用・関係者用にそれぞれ Wi-Fi が通っており、速度も問題なし。快適だった。

Holafly という eSIM サービスで AT&T のモバイル通信プランを購入していたため、学外でも 4G 回線を使うことが出来た。一定料金で通信料無制限であり、非常にオススメである。

5) 現地での資金調達はどのように行いましたか?

(例: 現地に銀行口座を開けて日本の親から送金してもらった。銀行口座は現地で外国人登録をしないと開設できない。また、クレジットカードも併用していた。)

日本の親の銀行口座に紐づけられたクレジットカードで支払っていた。また、学内でアルバイト (Great Plains East 1 階の売店の店員、時給 12 ドル) ができる。給与として受け取った手形を最寄りのスーパーで換金していた。

6) 現地では調達できない日本から持っていくべき物があれば教えて下さい。

パックご飯。アメリカの食事に慣れるのには時間がかかる。

7) 【授業料負担型の方】授業料の支払方法、支払時期等について教えてください。

(例: 渡航前に自分で指定したクレジットカードで支払った、現地で開設した銀行のチェックで支払った。)

## 学習・研究活動についてのレポート(履修した科目ごとに記入)

|                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1) 留学先で取得した単位数合計                                                                                                                                                                                                                              | 本学で認定された単位数合計<br>※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。                                                   |
| 27 単位                                                                                                                                                                                                                                         | <input type="checkbox"/> 単位<br><input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由: )                |
| 2) 履修登録の時期・方法及び履修制限                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                           |
| <input checked="" type="checkbox"/> 出発前 <input type="checkbox"/> 出発後<br><input type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input type="checkbox"/> オンライン <input type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> その他( )<br><input type="checkbox"/> 履修の制限があった: |                                                                                           |
| 3) 以下は留学先で履修した科目についてのレポートです。今後留学をする人々へのアドバイスも含めてお書き下さい。記入スペースが足りない場合は、A4 用紙で別途作成し、添付してください。                                                                                                                                                   |                                                                                           |
| 履修した授業科目名(留学先大学言語)                                                                                                                                                                                                                            | 履修した授業科目名(日本語)                                                                            |
| Foundation of Communication                                                                                                                                                                                                                   | 英会話基礎                                                                                     |
| 科目設置学部・研究科                                                                                                                                                                                                                                    | English as second language                                                                |
| 履修期間                                                                                                                                                                                                                                          | 1 学期間                                                                                     |
| 単位数                                                                                                                                                                                                                                           | 3                                                                                         |
| 本学での単位認定状況                                                                                                                                                                                                                                    | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)                                                                  |
| 授業形態                                                                                                                                                                                                                                          | 講義形式(チュートリアル、講義形式等)                                                                       |
| 授業時間数                                                                                                                                                                                                                                         | 1 週間に 50 分が 3 回                                                                           |
| 担当教授                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                           |
| 授業内容                                                                                                                                                                                                                                          | 英語を用いたジョークや演説、プレゼン発表などの予行演習                                                               |
| 試験・課題等                                                                                                                                                                                                                                        | 洋書を読み、感想を述べるなど                                                                            |
| 感想を自由記入                                                                                                                                                                                                                                       | 授業のテーマは多岐にわたり、興味深いものばかりだった。ただし、課題で分厚い洋書の購入を余儀なくされ、またそれを短期間ですべて読み切るというものがあり、なかなかつらい場面もあった。 |

|                    |                                                |
|--------------------|------------------------------------------------|
| 履修した授業科目名(留学先大学言語) | 履修した授業科目名(日本語)                                 |
| Drawing I          | 絵画                                             |
| 科目設置学部・研究科         | Art                                            |
| 履修期間               | 1 学期間                                          |
| 単位数                | 3                                              |
| 本学での単位認定状況         | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)                       |
| 授業形態               | 講義形式(チュートリアル、講義形式等)                            |
| 授業時間数              | 1 週間に 150 分が 2 回                               |
| 担当教授               |                                                |
| 授業内容               | 鉛筆を用いた風景画、物体模写                                 |
| 試験・課題等             | 試験なし                                           |
| 感想を自由記入            | 絵が趣味だったので、自分の技術向上に非常に役に立った。ほとんど実技で英語を使う時間は少ない。 |

| 履修した授業科目名(留学先大学言語)            |                                                                                     | 履修した授業科目名(日本語) |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Introduction to Digital Media |                                                                                     | デジタルメディア入門     |
| 科目設置学部・研究科                    | Computer                                                                            |                |
| 履修期間                          | 1 学期間                                                                               |                |
| 単位数                           | 3                                                                                   |                |
| 本学での単位認定状況                    | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)                                                            |                |
| 授業形態                          | 講義形式(チュートリアル、講義形式等)                                                                 |                |
| 授業時間数                         | 1 週間に 90 分が 3 回                                                                     |                |
| 担当教授                          |                                                                                     |                |
| 授業内容                          | 生成 AI を含む、Adobe 等のソフトを用いたデジタル作品制作                                                   |                |
| 試験・課題等                        | 毎週クイズ形式の宿題あり                                                                        |                |
| 感想を自由記入                       | クラスメイトと共同で作品を制作し、それを発表するという方式。英語でのプレゼン能力だけでなく、MacOS 上での Adobe 系列のソフトの使用方法を習得でき、面白い。 |                |

| 履修した授業科目名(留学先大学言語) |                                                                        | 履修した授業科目名(日本語) |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Computer Science   |                                                                        | コンピュータ・サイエンス   |
| 科目設置学部・研究科         | Computer                                                               |                |
| 履修期間               | 1 学期間                                                                  |                |
| 単位数                | 3                                                                      |                |
| 本学での単位認定状況         | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)                                               |                |
| 授業形態               | オンライン(チュートリアル、講義形式等)                                                   |                |
| 授業時間数              | 1 週間に 分が 回                                                             |                |
| 担当教授               | Scott Peterson                                                         |                |
| 授業内容               | Python の初歩的な書き方                                                        |                |
| 試験・課題等             | ビデオ等はなし、教員とのコミュニケーションは課題提出とオフィスアワーのみ                                   |                |
| 感想を自由記入            | Python に触れるのが初めてだったのではじめは苦勞したが、慣れていくと楽しくなってくる。プログラミングを体系的に学べるのは貴重な体験だ。 |                |

| 履修した授業科目名(留学先大学言語)   |                                   | 履修した授業科目名(日本語)   |
|----------------------|-----------------------------------|------------------|
| Professional Writing |                                   | プロフェッショナル・ライティング |
| 科目設置学部・研究科           | English                           |                  |
| 履修期間                 | 1 学期間                             |                  |
| 単位数                  | 3                                 |                  |
| 本学での単位認定状況           | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)          |                  |
| 授業形態                 | オンライン(チュートリアル、講義形式等)              |                  |
| 授業時間数                | 1 週間に 分が 回                        |                  |
| 担当教授                 |                                   |                  |
| 授業内容                 | ビジネスの現場における英語使用方法                 |                  |
| 試験・課題等               | 毎週のお題に沿ったレポート提出                   |                  |
| 感想を自由記入              | ニュース記事などを読む機会が増えたことで、英語力がかなり向上した。 |                  |

| 履修した授業科目名(留学先大学言語)     |                                                     | 履修した授業科目名(日本語) |
|------------------------|-----------------------------------------------------|----------------|
| Western Civilization I |                                                     | 西洋文明           |
| 科目設置学部・研究科             | History                                             |                |
| 履修期間                   | 1 学期間                                               |                |
| 単位数                    | 3                                                   |                |
| 本学での単位認定状況             | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)                            |                |
| 授業形態                   | 講義形式(チュートリアル、講義形式等)                                 |                |
| 授業時間数                  | 1 週間に 75 分が 3 回                                     |                |
| 担当教授                   |                                                     |                |
| 授業内容                   | アフリカやイスラエルを含む西洋の古代から中世にかけての歴史                       |                |
| 試験・課題等                 | 中間試験 2 回 + 期末試験 1 回                                 |                |
| 感想を自由記入                | 高校時代日本史選択だったので世界史を勉強するのに苦心した。授業ペースが速く、あまりおススメは出来ない。 |                |

| 履修した授業科目名(留学先大学言語)      |                                  | 履修した授業科目名(日本語) |
|-------------------------|----------------------------------|----------------|
| United States History I |                                  | アメリカ史          |
| 科目設置学部・研究科              | History                          |                |
| 履修期間                    | 1 学期間                            |                |
| 単位数                     | 3                                |                |
| 本学での単位認定状況              | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)         |                |
| 授業形態                    | 講義形式(チュートリアル、講義形式等)              |                |
| 授業時間数                   | 1 週間に 90 分が 2 回                  |                |
| 担当教授                    |                                  |                |
| 授業内容                    | アメリカ大陸への入植から南北戦争にかけてのアメリカ合衆国の政治史 |                |
| 試験・課題等                  | 中間試験 2 回 + 期末試験 1 回              |                |
| 感想を自由記入                 | 歴史の授業の中では比較的簡単な部類。               |                |

| 履修した授業科目名(留学先大学言語)           |                          | 履修した授業科目名(日本語)       |
|------------------------------|--------------------------|----------------------|
| IT Security, IA, & Risk Mgmt |                          | 情報技術セキュリティ&リスクマネジメント |
| 科目設置学部・研究科                   | Computer                 |                      |
| 履修期間                         | 1 学期間                    |                      |
| 単位数                          | 3                        |                      |
| 本学での単位認定状況                   | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい) |                      |
| 授業形態                         | 講義形式(チュートリアル、講義形式等)      |                      |
| 授業時間数                        | 1 週間に 60 分が 3 回          |                      |
| 担当教授                         | Scott Peterson           |                      |
| 授業内容                         | 情報セキュリティと組織における情報管理の基礎   |                      |
| 試験・課題等                       | 自分のデバイスへのウイルス対策ソフト導入など   |                      |
| 感想を自由記入                      | かなり簡単な部類の授業。             |                      |

| 履修した授業科目名(留学先大学言語)        |                                           | 履修した授業科目名(日本語) |
|---------------------------|-------------------------------------------|----------------|
| Introduction to Sociology |                                           | 社会学入門          |
| 科目設置学部・研究科                | Sociology                                 |                |
| 履修期間                      | 1 学期間                                     |                |
| 単位数                       | 3                                         |                |
| 本学での単位認定状況                | 単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)                  |                |
| 授業形態                      | 講義形式(チュートリアル、講義形式等)                       |                |
| 授業時間数                     | 1 週間に 60 分が 3 回                           |                |
| 担当教授                      |                                           |                |
| 授業内容                      | アメリカにおける社会問題                              |                |
| 試験・課題等                    | 共同制作の課題が複数                                |                |
| 感想を自由記入                   | 生徒間でのコミュニケーションと共同作業の機会が多く、英会話力がかなり試される授業。 |                |

## 卒業後の進路について

1) 進路 ※3 年生以下の方は今後の予定を記載してください。(下記 2 以降は記入不要)

☒就職    ☐進学    ☐未定    ☐その他:

1) 進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関等

3) 就職を選択した方は、差し支えなければ内定先を教えてください。また、その企業を選んだ理由も教えてください。  
内定を得た企業すべての名前、あるいは入社すると決定した企業の名前のみでも構いません。  
就職活動をこれから始める場合は、差し支えなければ現時点で希望する業界、職種等を教えてください。

4) 就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスをお願いします。  
(例: 留学中の就職活動へ向けた準備、帰国後に就職活動を始めるにあたり注意すること等。)  
就職活動を不安に思い、留学を断念する方もいます。ご自身の経験を踏まえてアドバイスをお願いします。  
就職活動をこれから始める場合は、留学経験を通して就職活動に対する意識や希望する就職先の変化等を教えてください。

5) 進学を選択した方は、差し支えなければ進学先を教えてください。

6) 進学を志す留学希望者に向けたアドバイス(準備、試験対策等)をお願いします。

7) その他を選択した方は、その進路を選択した理由と、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

## 留学に関するタイムチャート

留学するまでの準備、試験勉強、留学中、留学後、特に留学に関連して発生した事項を記入してください。

(例: 語学試験の勉強、選考、出願、ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、滞在先の確保、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等)

|              |             |                     |
|--------------|-------------|---------------------|
| 留学開始年の<br>前年 | 1 月 ～ 3 月   |                     |
|              | 4 月 ～ 7 月   |                     |
|              | 8 月 ～ 9 月   |                     |
|              | 10 月 ～ 12 月 | 留学届提出               |
| 留学開始年        | 1 月 ～ 3 月   | ビザ取得を含む、明治大学における手続き |
|              | 4 月 ～ 7 月   | 入学手続き、JASSO のイベント出席 |
|              | 8 月 ～ 9 月   | 留学開始                |
|              | 10 月 ～ 12 月 | 秋学期終了               |
| 留学/帰国年       | 1 月 ～ 3 月   | 春学期                 |
|              | 4 月 ～ 7 月   | 帰国                  |
|              | 8 月 ～ 9 月   |                     |
|              | 10 月 ～ 12 月 |                     |

## 留学体験記

※ この留学先を選んだ理由、留学生生活全般について、また、これから留学を志す後輩学生へのアドバイス等、自由に記入してください。

留学は苦行です。

一文目からこんなことを書くのも気が引けますが、留学とは基本的に苦しみと挫折に溢れています。

例えば食事。日本のように、どのお店に入っても何を頼んでも大抵美味しい料理が出てくるような場所ではありません。まあまあ悪くない予想通りの味を出してくるお店があれば、聞いたことも見たことも無いような料理が出されてびっくりすることもあります。行列の先に並んだ有名な海鮮料理屋で塩辛い牡蠣を出されて渋い顔で店を出ることになったり、カフェテリアでハンバーガーを食べたらバンズがパサパサでげんなりしたりなんてことは日常茶飯事です。自炊しようとしても、日本で当たり前のように手に入っていた調味料は手に入らず、いざ材料がそろってもオンスやらポンドやら聞きなれない単語であふれかえっていてレシピを読むのも一苦勞。結局マクドナルドでビッグマック食べるのが一番安心マシだと思えるようになるでしょう。様々な場面で、食に対して無頓着なお国柄を実感します。

例えば言語。当たり前ながら、誰もかれもが英語をしゃべっています。それだけならまだしも、アメリカ人の喋るスピードは非常に速く、聞き取るのに非常に苦勞します。TOEIC や英検のリスニング問題なんか比じゃないくらい聞き取りづらい英語に、あなたは自分のリスニング能力の無さを痛感することになるでしょう。相手の言っていることが分からず「Sorry?」「Pardon?」と何度も聞き返し、親切に言い直してくれる相手に対して申し訳なくなり、惨めな気持ちになることでしょう。

例えば文化。日本人とは考え方が根本的に違います。カフェテリアのゴミ箱を見ると、ほぼ手付かずの状態で廃棄された食べ物が山のように捨てられており、『残さず食べる』『食べ物を粗末にしない』と親から何年も言いつけられて育った日本人は驚愕することになります。ボランティアに参加したら、土足の体育館で子供たちがマシュマロを投げ合っ

て遊んでいるのを呆然と眺めた後、床に落ちているマシュマロをほうきで掃き捨てるよう指示されたことがありました。何度「日本に帰りたい」「愛しい祖国に早く帰りたい」「母親の手料理が食べたい」と思ったか分かりません。留学とはそういうものです。少なくとも私にとってはそうでした。ホームシックと挫折を繰り返し、心身に不調をきたしたこともありました。留学とは苦行なのです。

しかし、しかしそれでも私は留学に行きよかったですと心から思っています。

あそこに行かなければ見られない景色、知ることができなかった知識、出来なかった経験が沢山あります。ホストファミリーが作ってくれた本場のアップルパイは頬が落ちるくらい美味しかったし、現地の友達との雑談には毎回思いもよらない学びがあったし、イエローストーン国立公園で見た虹色のグランド・プリズマティック・スプリングほど美しいものを私は知りません。

「自分の心に固く決意すれば、目的は既に半分達成されたも同然だ」と言ったのはかつての大統領エイブラハム・リンカーンです。過酷な環境に身を置き研鑽し、人生で二度とない経験をしたい、その為にこの国を旅立ちたいとあなたが本気で決意しているならば、私はあなたを心から応援します。 God bless you!