

【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 9月 5日
留学先大学/国名	南ユタ大学(日本語名) 国名: アメリカ Southern Utah University(現地言語名)
留学先の所属学部等	<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: マーケティング 現地言語での名称: Marketing <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:
留学期間	2025年8月～2025年12 月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	商学部
学年 ※出発時の本学での学年	2年生

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。

Visa の取得についてはかなり時間がかかってしまうので、Visa 申請のための書類が揃ったらすぐに申請を始めるべきだった。季節ごとの現地の気温を事前に調べて、持っていく衣類を考えるべきだった。

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

ビザの種類: J-1	申請先: アメリカ大使館
ビザ取得所要日数: 約一か月 (申請してから何日/ 何週間要したか)	ビザ取得費用: 約 6 万円

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?

面接予約確認書、DS-2019、入学許可書(南ユタ大学から届く)、SEVIS 支払確認書、英文残高証明書、パスポート、DS-160、顔写真、語学力証明書、

2. 具体的な申し込み手順を教えてください。

留学先大学への入学手続きの完了後、送られてくる書類をもとに、オンラインで申請を始めます。アメリカ大使館のページから DS160 を作成し、Visa 申請費用と SEVIS 費用の 2 つを支払う必要があります。その後、面接予約→面接→受取で完了です。面接後 1 週間ほどで、受取案内のメールが来ます。

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?

どこに留学するか

4. ビザ取得に関して困った点・注意点

顔写真のサイズを間違えてしまい(正しくは 5cm×5cm)、面接後郵送し直すことになってしまったので、特に留学直前に面接する場合は提出書類に不備がないか注意が必要です。夏休み直前は面接の予約枠がすぐ埋まってしまうため、6 月中くらいで予約できると理想的だと思います。また、面接は英語でしたが、一瞬で終わったため全然身構えなくて大丈夫だと思います。

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)。

住居の確保、ワクチン(MMR2 回とツベルクリン 1 回) 幼少期に接種していれば大丈夫ですが、証明書が必要なので母子手帳を持って渡航者医療(トラベルクリニック)等において確認してもらうとよいです。SIMは渡航直前に留学先大学から Mint Mobile という eSIM の案内が来ます。現金は空港で 5 万円ほど換金して持っていました。

Ⅲ. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	Zip air, United				
航空券手配方法	Zip air, Trip.com(United) ※利用した旅行社・旅行サイト、格安航空券情報等があれば記入				
大学最寄空港名	ラスベガス ハリーード空港	現地到着時刻	14:30		
キャンパスへの移動手段	<input checked="" 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 type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他 ()
移動の所要時間	約 20 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 18:00 にシャトルバスが出たため 3~4 時間ほど前に空港に到着するようにしました。					
大学到着日	8 月 20 日 23 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 checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	いいえを選んだ方: 月 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 type="checkbox"/> 二人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> その他(二人部屋×2 の合計 4 人で風呂とトイレ共有)	
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input checked="" type="checkbox"/> 他国からの留学生 <input type="checkbox"/> その他()	
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	大学のホームページから housing について調べ申請します。	
住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか? トラブルはありましたか?		
オフキャンパスはすぐに埋まってしまう傾向があるので早めに申請することをお勧めします。しかし特に希望がなければ、オンキャンパスの Cedar Hall で良いと思います。ミールプランに関しては 150 で十分だと感じています。		

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"/> なかった
日程	8 月 21 日
参加必須ですか?	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は?	<input checked="" type="checkbox"/> 無料 <input type="checkbox"/> 有料(金額:)
内容の様子は?	広いホールに集まり、大学生活についての話や現地のこと、気を付けるべきことに関する説明を聞きました。
留学生用特別ガイダンス	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	8 月 27 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？

特になし

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？

特になし

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

State bank という現地の銀行の口座を開きました。現地に到着した最初の週に、銀行まで送迎してくれるサービスがあります。大学内の International affair というところで、口座を開きたいという旨を伝えると必要書類を用意してくれました。他には、パスポートと現金が必要です。

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？

いいえ

Ⅴ. 履修科目と授業について

1. 履修登録はいつどのような形で行いましたか？

☒ 出発前に(4~6 月 日頃)
☒ オンラインで登録 ☐ 志願書類に記入して登録 ☐ できなかった ☐ 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 ☐ できなかった ☐ 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 ☒ なかった

優先が「あった」方はどのように優先されましたか？

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

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？

現地でも、変更はできます。追加に関しては、取ろうとしている授業に空きがあれば追加できます。また、授業が始まってから二週間くらいはいつでも大学のポータル内で変更ができるので、試しに数回授業に参加したのちに合わないと感じたら変更することも可能です。

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						休み	休み
6: 00							
7: 00							
8: 00	起床	起床	起床	起床	起床		
9: 00							
10: 00	授業		授業	授業	授業		
11: 00	授業	授業	授業	授業	授業		
12: 00	授業	授業	授業		授業		
13: 00	昼食		昼食		昼食		
14: 00							
15: 00	授業		授業				
16: 00	課題	課題	課題	課題	課題		
17: 00	課題	課題	課題	課題	課題		
18: 00	課題	課題	課題	課題	課題		
19: 00	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食		
20: 00	課題	課題	課題	課題			
21: 00	課題	課題	課題	課題			
22: 00							
23: 00							
24: 00	就寝	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。

南ユタ大学の周りは自然豊かで、比較的過ごしやすい気候です。治安はとてもよく、とても安全です。近くに飲食店や娯楽がたくさんあるわけではないのであまり魅力的に感じないかもしれませんが、その分、広大なキャンパス内でたくさんのイベントがあり、とても楽しめているので本当に来てよかったです。また、車で 2～3 時間でラスベガスに行けたり、シャトルバスを乗り継いでロサンゼルスにもアクセスしやすい距離にあるのでとてもおすすめです。物価に関しては円安の影響が大きく、スーパーで買い物するとき等、値段が高く感じますがほかの都市に比べると安いと思います。南ユタ大学には、留学生ではなく、正規で四年間通っている日本人が数名おり、何でも教えてくれるため、とても助かっています。

自分は英語のスコアも基準ギリギリで、さらに留学前に英会話等をやっていたわけではなかったので英語は全く話せないといっても過言ではないような状態で留学を開始しました。実際、留学当初はまったく相手が話していることもわからなかったし、自分が言いたいことも言えずにとっても苦労しました。でも、何とか伝えようとして、一生懸命理解しようと努めたことで徐々に英語を話せるようになったり、理解できるようになりました。現地に来たらネイティブの話す速度や、他国からの留学生の英語の上手さに驚くかもしれませんが、英語については本当になんとかなるので、英語力が理由で留学しようか迷っている人がいたらぜひ挑戦してみてくださいと思います。またこの大学は留学生に対するサポートがとても手厚いと感じています。困ったことがあれば、聞けばなんでも解決してくれるのでとても頼もしいです。

授業は、本当について行くのが大変です。しかし、上記の履修登録のところでも書きましたが、授業が始まってから二週間は履修を変更できるので、試しに行ってみて、どうしても難しいと感じる授業は変更することを強くお勧めします。また教授は本当に優しい方が多く、質問すれば親切に答えてくれます。毎回の授業後の課題の量が日本とは比べられないほど多く、毎日図書館にこもって課題をやっています。しかし、そのおかげで英語力の成長も実感できています。

寮はキャンパスの真横にある Cedar Hall というところに住んでいます。2 人部屋が 2 つ隣接していて計 4 人で風呂トイレを共有しています。入寮したとき生活用品など何一つそろってなくてびっくりしたのですが、毎週月曜日と水曜日に Walmart 行きのシャトルが大学から出ているので大丈夫です。ただ、多少は生活用品が揃っていると思い込んでおり、全然日本から持って行っていなかったため、実際、枕やシーツ、ハンガー、食器、鍋、浄水器、ゴミ箱などを Walmart で買う必要がありました。そのため日本から持っていけるものは持っていくとよいと思います。ルームメイトに関しては自分はネパール人、エクアドル人、アメリカ人のルームメイトなのですが、みんな面白くて楽しく過ごせています。他の人の話を聞く限り、ルームメイトの当たり外れがあると感じっていますが、せっかくなら 1 人部屋よりも複数人の部屋をお勧めします。なぜなら、自分の英語力を徐々に伸ばせているのは毎日たくさんルームメイトと会話していることが最も大きいと感じているからです。ただ、自分が寒いと感じているときにルームメイトは暑いと感じ、クーラーをつけるなど気温の感じ方が異なっているので、そこは難しいと感じています。ミールプランのメニューは日替わりのビュッフェ形式で、基本はハンバーガー、ピザ、ポテト、ご飯ものがあります。ミールプランの食事が合わないという人もいますが、個人的には、サラダコーナーが毎日必ずあるので助かっています。

自分は去年南ユタ大学に来ていた留学していた先輩に本当にたくさんアドバイスをもらってきたので、困ったことがあれば本当に何でも聞いてください！