

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026年5月12日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	国際日本学部国際日本学科
留学(渡航)した時の学年	3年生
帰国年月日	2026年5月5日
明治大学卒業予定年月	未定年 月
留学先大学について	
留学先国	南ユタ大学
留学先大学	南ユタ大学(日本語名) Southern Utah 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	2025年8月～2026年4月
留学先大学で在籍した学年	1年生
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: コミュニケーション 現地言語での名称: Communication <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:
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 ※記入例: 1 学期: 4月上旬～7月下旬 2 学期: 9月中旬～2月上旬	1 学期: 9月上旬～12月上旬 2 学期: 1月上旬～4月下旬 3 学期: 4 学期:
学生数	14000人
創立年	1897年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (\$) (1 現地通貨 = 158~161 円)	B 日本円	備考
授業料		円	交換留学のため、明治大学の学費の身
宿舍費	3290ドル	円	
食費	3489ドル	円	
図書費		円	
学用品費		円	
携帯・インターネット費		3万円	
現地交通費		円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費		円	
旅費(留学中)		30万円	
被服費		円	
医療費		円	
保険費		円	形態:
渡航旅費		20万円	
ビザ申請費	405ドル	7万円	
雑費		円	
その他	616.5ドル	円	プログラム費用など
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	7800ドル (=160円)	60万円	
総計(A+B) ※円		約186万円	

※現地通貨で支払ったものは「A 現地通貨」の欄に、日本円で支払ったものは「B 日本円」の欄に記入し、総計も記入してください。

※現地通貨名、現地通貨と円の為替レートも必ず記入してください。

渡航関連

渡航経路

往路 出発地：関西国際空港 目的地：ハリーリード空港 経由地：東京、サンフランシスコ

復路 出発地：ロサンゼルス 目的地： 経由地：

渡航費用

- ① 往復チケットを購入した場合
航空会社：
料金：
- ② 片道ずつチケットを購入した場合
往路 航空会社： JAL, American Airline 料金： 14 万
復路 航空会社： JAL 料金： 6 万 ∴合計： 20 万

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： Expedia)
- その他()

滞在形態関連

1) 種類(留学中の滞在先)(例：アパート、大学の宿舎等)

- 学生寮(寮の名前： Cedar 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 3 人)

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：

大学側の斡旋

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)

現地情報

<p>1) 留学期間中、病気やケガをされましたか。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)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>なし <input type="checkbox"/>あり (治療を受けた場所:)</p>
<p>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)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>なし <input type="checkbox"/>あり (問題の内容や相談した人等:)</p>
<p>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?</p> <p>特になし</p>
<p>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。)</p> <p>何度か通信障害はあったが特に問題なし</p>
<p>5) 現地での資金調達はどうに行いましたか? (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。)</p> <p>日本から20万ほど現金を持っていき、必要に応じてドルと交換した。銀行口座は開設したが一度も使わなかった。</p>
<p>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ください。</p> <p>日本円(海外の友達と割り勘するときドルが必要な場合がある)、化粧品類、ヒートテック、アウトドア好きは登山靴など</p>
<p>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。)</p> <p>SUU portal からクレジットカードでの支払い</p>

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 ※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。
30 単位		<input type="checkbox"/> 単位 <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 <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() <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)
Introduction to Social Media		ソーシャルメディア入門
科目設置学部・研究科	Communication	
履修期間	秋学期	
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(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	Jonathan Holiman	
授業内容	ソーシャルメディアブランディングやウェブサイトのデザイン作成	
試験・課題等	毎回の小課題、プレゼン、グループ課題など	
感想を自由記入	先生が気さくな方でとても楽しかった。留学生は私一人だったが、クラスも小規模だったため、積極的に授業に関わることができた。授業では、SNS の効果的な発信方法やデザイン方法について学ぶことができ興味深かった。	

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)
Introduction to Advertising and Public Relationship	広告と広報入門
科目設置学部・研究科	Communication
履修期間	秋学期
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(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に75分が2回
担当教授	Art Challis
授業内容	広告と広報について簡単に学ぶ
試験・課題等	課題、最終プレゼン
感想を自由記入	グループディスカッションが多く、広告作成にあたってどのような要素が必要なのかについて話し合う。授業内容はそこまで難しくはない。

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)
Writing for Communication	ライティング
科目設置学部・研究科	Communication
履修期間	秋学期
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(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	Jon Smith
授業内容	様々な形式のニュース記事などの書き方について学ぶ
試験・課題等	課題、小テスト、最終テスト
感想を自由記入	ほぼ毎週課題で数百字のライティング課題が出される。先生は優しい。

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)
Horsemanship 1	馬術
科目設置学部・研究科	Agreculture
履修期間	秋学期
単位数	1
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	実践(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に90分が1回
担当教授	Dally Strong
授業内容	馬の世話から基本的な乗り方まで一通り学ぶ
試験・課題等	小テストが3回
感想を自由記入	少しキャンパスから離れているため、車を運転してくれる友達が必要。南ユタの自然を感じながらの乗馬はとても楽しかった。

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)
Pickleball 1	ピックルボール
科目設置学部・研究科	PE
履修期間	秋学期
単位数	1
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	実践(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に50分が2回
担当教授	Jeremy Waite
授業内容	ひたすらピックルボール
試験・課題等	オンライン小テスト数回
感想を自由記入	寮生活は運動不足になりがちなので、適度に運動できてよかった。友達もできやすい。

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)
Park, Recreation, and Tourism Profession	パークリクリエーション
科目設置学部・研究科	ORPT
履修期間	春学期
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、フィールドワーク(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に4時間と75分が一回ずつ回
担当教授	Kelly Goonan
授業内容	毎週、大学付近の国立公園や公立公園などによってどのように土地が管理されているのかについて学ぶ。
試験・課題等	課題、ポスタープレゼン、合計30時間の実習体験
感想を自由記入	一番南ユタ大学っぽさを感じる授業だった。様々な自然に囲まれている大学だからこそ、パークリクリエーションの分野においてフィールドワークができる場所が多く、また様々な仕事に関わっている人々と交流ができて充実した授業だった。合計30時間の実習体験は、私の場合、3日間ネバタ州のBLM機関に行き、どのように土地を管理しているのかのようなリクリエーション施設があるのかについて学んだ。アウトドア好きにはおすすめ。

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)
Writing for Media Communication	
科目設置学部・研究科	Communication
履修期間	春学期
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	(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	Michele Fogg
授業内容	Media関係のライティングをする。
試験・課題等	課題
感想を自由記入	授業内容がわかりにくく、先生も怠惰で授業が何回もキャンセルになった。あまりお勧めはしない。

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)
Nonverbal Communication	非言語コミュニケーション
科目設置学部・研究科	Communication
履修期間	春学期
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(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に75分が2回
担当教授	Lindsay Fullerton
授業内容	非言語コミュニケーションについて、アクティビティをしながら学ぶ。
試験・課題等	課題、Eyetracking についての小研究、それに関するプレゼン、中間、最終テスト、レポート
感想を自由記入	授業以外で課題、レポートなどが多く大変だった。しかし先生は熱心な方で、授業内容もそこまで難しくないの、英語力をあげたい人にはお勧め。

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)
Social Media Branding	
科目設置学部・研究科	Communication
履修期間	春学期
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	Brecklee Gale
授業内容	自分のオリジナルブランドを考えて、SNS で情報発信する
試験・課題等	毎週の課題
感想を自由記入	SNS を通じた効果的な情報発信の仕方について学ぶ。オンライン授業のため課題が多かった。

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)
Marketing Principles	マーケティング基本理念
科目設置学部・研究科	Business
履修期間	春学期
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(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	Ron Hayes
授業内容	マーケティングの基礎について学ぶ
試験・課題等	毎週の課題、オンラインテスト、Final 課題
感想を自由記入	先生はとても優しく、アットホームな雰囲気だった。

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)
Self-Defense	自己防衛術
科目設置学部・研究科	PE
履修期間	春学期
単位数	1
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	実習(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に50分が2回
担当教授	Dwight Hargett
授業内容	ひたすら様々な自己防衛術を実践する
試験・課題等	なし
感想を自由記入	先生が熱血な方で面白かった。私が体が小さいのでよく投げ飛ばされたが、本気で投げ飛ばすわけではないので気分転換ぐらいの感覚で授業を受けていた。

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:

2) 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 前年	1月～3月	
	4月～7月	TOEFL の勉強
	8月～9月	TOEFL の勉強
	10月～12月	選考結果発表
留学開始年	1月～3月	
	4月～7月	TOEIC 勉強
	8月～9月	留学開始
	10月～12月	
留学/帰国年	1月～3月	
	4月～7月	TOEIC 勉強
	8月～9月	
	10月～12月	

留学を志す学生へのアドバイス

※ これから留学を志す学生へ、この留学先国・大学を選んだ理由、留學生活全般等について、アドバイスを記入してください。

南ユタ大学を選んだ理由は、あまり日本人が多くなく、治安が安全で自然豊かな地域だと以前の留学報告書を通して知ったからです。結果的にこの大学を選んで正解だったと思います。他の大学と比べると小さな大学ですが、小さな大学だからその良さが出ている大学だと感じました。例えば、生徒同士で毎週イベントを開催したり、キャンパス周辺は国立公園があるため、日帰りハイキングがあったりと留學生活を充実させてくれるようなイベントが沢山ありました。そのおかげもあり、留學先では様々な国の人や現地の学生とも交流する機会もあって自分の英語力を上達させることができましたと感じています。

留學生活を通してもちろん辛いこともありました。授業に出ても一言もしゃべらないで終わる日もあり、自分自身の不甲斐なさを感じたり、自分の話している英語がうまく伝わらず、歯がゆい思いをしたりするなどいろんな辛い経験もありました。そんなときは、家族との電話や、現地の日本人の子と話して、辛いことを吐き出していました。

アメリカの留學を経験してよかったと思うことは、授業内容にフィールドワークが含まれていたり、実際に授業内容を踏まえて自分たちが学んだ内容を実践してみようとしたりする授業が多かったことです。もちろん講義だけの授業も多いですが、実際におまご程度でも実践することで、少しだけ自分が将来何をしたいか想像することができましたし、今後、休学中にしたいことにつながるきっかけになりました。

今後南ユタ大学へ留學しようと考えている方へのアドバイスは、できる限り英語力を留學前に伸ばしておくことをお勧めします。留學生活が始まって、英語を勉強しようと思っても、課題も多くだされるため、英語だけに集中できる時間は限られます。大学留學は語学留學とは違い、英語をつかって何かを学ぶので、留學前の英語力の向上は必須でした。この点、私が後悔したところでもあります。留學前に自分が学びたいと思っている専門分野の単語や、リスニング力をもっと伸ばしておけばよかったなと思っています。留學前は心配ごとや授業についていけないかとても不安になりますが、南ユタ大学は留學生のサポートが手厚く、教授も学生もみんな優しいので大丈夫です！臆せずなにかしら質問してみたり、助けを求めたりすれば、頑張っている生徒と認識されて、応援してくれます。大変なことはありますが、一生の経験になると思います。応援しています！