

【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 10月 28日
留学先大学/国名	ニューヨーク州立大学バッファロー校(日本語名) 国名:アメリカ University at Buffalo, The State University of New York(現地言語名)
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) ※学部等名 日本語名: 現地言語での名称: <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 <input type="checkbox"/> その他:
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	法学部
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。 留学説明会や、個別の留学相談会に参加し、過去の留学体験記、留学先大学のホームページはよく読んで参考にして情報を集めました。	

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: J1	申請先: アメリカ大使館
ビザ取得所要日数: 面接してから 2 週間程度 (申請してから何日 / 何週間要したか)	ビザ取得費用: 6-7 万
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? パスポート、SEVIS 支払証明書(I-901)、DS-2019 DS-2019: 留学先大学が発行してくれます。 SEVIS 支払証明書: 個人情報など必要事項を記入後、出力できます。	
2. 具体的な申し込み手順を教えて下さい。 DS-2019 の入手、SEVIS 料金支払・I-901、DS-160 オンライン申請書作成・提出、ビザ面接予約、必要書類の準備、面接	
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? 渡航目的、期間、スポンサー、現地での支払い方法を聞かれ、それに答えただけで、2 分くらいで終わったと思います。	
4. ビザ取得に関して困った点・注意点 DS-160 の作成は時間と手間がかかるため、こまめに保存をした方が良いと思います。DS-160 にはビザに適合する証明写真が必要でした。また、新規面接予約の一時停止によりビザの面接予約がスムーズにとれませんでした。大学からの DS-2019 を取得できたらオンライン申請を早めに行なった方が良いと思います。同じ大学に行く方達と進捗状況や情報を交換するのもおすすめです。	

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)。

現地ではほとんどカード決済ですが、現金が少しあると友達とのお金のやり取りなどがスムーズだと思います。私含め、日本人留学生は新たに携帯電話を購入している人は、いないと思います。アメリカの電話番号を入手するのは選択肢として考慮してもよいかもしれません。荷物は、大きいスーツケース二つに、服や日用品、日本食などを最大限詰め込みました。バッファローは、寒いので、ダウンコートなどの防寒具はあると安心だと思います。国際便で日本から荷物を送ることもできます。留学にあたって、予防接種が必要になると思うので、大学から説明があつたら医療機関などに相談すると良いと思います。

III. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	ANA				
航空券手配方法	公式オンラインサイト ※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	バッファロー・ナイアガラ国際空港		現地到着時刻	午後 6 時ごろ	
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 checked="" type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他()
移動の所要時間	羽田→シカゴ:12 時間 シカゴ→バッファロー:2 時間 タクシー:20 分				

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

大学から丁寧な案内があり、それに従えば安全に移動できると思います。

大学到着日 8月 16 日 19 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 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	大学からのメールに従って行いました。							
住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか? トラブルはありましたか?								
すぐに見つかりました。								

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19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：)
内容と様子は？	歓迎会、留学に際しての注意点などを説明していただきました。
留学生用 特別ガイダンス	<input checked="" type="checkbox"/> あつた <input type="checkbox"/> なかつた
授業開始日	8月25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？

オンライン上で留学生必須の手続きがありました。

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？

特にありませんでした。

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？

開設ませんでした。

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？

購入ませんでした。

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(月 日頃)
オンラインで登録 志願書類に記入して登録 できなかつた その他()

到着後に(8月20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ありましたか？

あつた なかつた

優先が「あつた」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？

現地の学生と同じようにインターネット上で登録したと思います。

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？

現地での変更・追加は可能でした。希望通りの授業をとることができました。授業によっては、定員に達してしまう授業もありますが、早めに覆修登録を行えば、希望通りの授業が取れると思います。

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							
8: 00	起床		起床		起床		
9: 00		起床		起床		起床	起床
10: 00	授業		授業		授業	課題・自由時間	課題・自由時間
11: 00							
12: 00							
13: 00							
14: 00		授業		授業			
15: 00	授業		授業		授業		
16: 00	課題・自由時間	課題・自由時間	課題・自由時間	課題・自由時間	課題・自由時間		
17: 00							
18: 00							
19: 00							
20: 00							
21: 00							
22: 00							
23: 00							
24: 00	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。

授業

専門や履修している授業によって授業形態が異なると思いますが、私が履修している授業は、一コマ 50 分と 80 分なので、集中できます。留学前から言われていたことですが、日本よりも、予習、例えばリーディングなどの量は多く、何十ページのリーディングが一度に課題が出ることもあります。

授業の評価については、小テスト、中間テスト、ファイナル、プレゼンテーション、出席など授業によって様々です。日本と同様に、シラバスをしっかりとチェックするのが重要だと感じました。

一人ひとりの学生が主体的に授業に参加している印象があり、刺激を受けています。

はじめは、教授の話していることがわからないこともありました。徐々に慣れてきます。わからないことは、同じ授業をとっている友達、教授、TA に聞くと教えてもらえるので、遠慮せずに聞くのが大事だと思いました。

履修登録

日本よりも授業時間自体が少ないので、比較的自由に授業を組めると思います。私の場合、システムの都合なのか日本で授業登録がうまくできなかったので、現地に到着してから、オンライン上で登録しました。取りたい授業はほとんど決まっていたので、現地でスムーズに登録できましたが、日本にいる間にオンライン上で登録する方が安心感は得られると思います。自分の専門や興味・関心に沿って授業を選択するのが良いと思います。特定の学部に所属していないので、幅広い授業の中から、興味のある授業を選択できる点が魅力だと感じました。また、同じ大学に行った方の履修科目も参考にしました。

宿舎 (North Campus Ellicott)

寮に住んでいますが、特に困ることなく過ごせています。私の寮では、寮に入る学生証をかざさないと入れないので、セキュリティ面も問題ないと思います。ただ、私の寮に限った話ではないと思いますが、コンセントの数が少なめなので、多少不便さはありますが、慣れると思います。2 人部屋でルームメイトとも今のところトラブルなく過ごせています。

トイレやシャワールームは同じフロアの人たちで共有しています。混んでいてシャワールームが使えないということなく、毎日清掃の方が清掃に入ってくれています。

洗濯に関しては、寮の一階にあるランドリーで無料で行えます。乾燥機もあります。

勉強机が部屋の外に設置されているタイプの部屋なので、集中して勉強することができます。また、24 時間空いている図書館や、寮の自習スペース、キャンパスの中にも勉強できるところがたくさんあります。

Amazon などで頼んだ荷物もメールボックスに届きます。

履修している授業が全て North Campus で行われているので、寮から歩いて授業に行ける点で Ellicott でよかったを感じています。

食事

私は、ダイニングポイントと自炊で食事をしています。ダイニングポイントはデビットカードのようなもので、食事を購入し、その分が自動的に差し引かれる仕組みです。ダイニングポイントは非課税なので、少し安く食事をとることができます。キャンパスには、いろいろな種類の食事が用意されています。

自炊するために、学期のはじめに行われた reuse sale で、小さめの冷蔵庫を購入しました。平日や土曜日に寮から出ている無料のショッピングシャトルを利用して買い物をしています。大きいスーパーマーケット(walmart, Wegmans, Tops, Target など)を回ってくれるので、食材含め、日用品も揃えることができます。和食はあまり期待できるものではないので、和食を食べたいと思う方は、日本からたくさん持っていくことをおすすめします。

生活全般

バッファローは、一般に想像されるニューヨークの都会のイメージとは異なり田舎だと思います。しかし、キャンパス、キャンパス周辺は静かで治安がよく、過ごしやすい街だと感じています。キャンパスの設備も充実しています。留学当初は慣れないことも多く大変でしたが、日本人留学生や留学担当の方などたくさんの人々に助けてもらいながら、落ち着いて生活できています。留学生担当の方は困ったことがあつたら迅速に対応してくれます。わからないことがあつたら、近くにいる学

生に聞くと親切に答えてくれるのがありがたいです。授業以外に、車で 30 分ほどでナイアガラの滝に行けたり、寮やクラブのイベントがあったり、スポーツ観戦やコンサートがあったりと様々なアクティビティが用意されています。大学に遊園地が来たときは驚きました。気候に関しては、10 月中旬から急に冷え込む印象です。

バッファローにきてから 2 ヶ月ほどですが、小さいことから大きなことまで、大変なことも楽しいことも一つひとつが貴重な経験になっていると実感しています。