

留 学 報 告 書

記入日:2016年7月7日

所属学部／研究科・学科／専攻	情報コミュニケーション
留学先国	アメリカ合衆国
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: オレゴン大学 現地言語: University of Oregon
留学期間	2015年9月～2016年6月
留学した時の学年	3年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	3年生(留学先大学で在籍した学年)
留学先での所属学部等	Journalism and Communication <input type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。
帰国年月日	2016年6月8日
明治大学卒業予定年	2017年3月
留 学 先 大 学 に つ い て	
形態	<input type="checkbox"/> 国立 <input type="checkbox"/> 公立 <input checked="" type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> その他
学年暦	1学期: 2学期: 3学期: (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)
学生数	24,125
創立年	1876

留学費用項目	現地通貨()	円	備考
授業料		0円	
宿舍費		120万円	アメリカのアパート契約は要リサーチ
食費		50万円	自炊と外食
図書費		円	
学用品費		円	
教養娯楽費		円	
被服費		円	
医療費		円	
保険費		36円	形態: 明治大学指定のものとオレゴン大学指定のもの2つの合計
渡航旅費		30万円	往復航空券と旅費含め
雑費		4万円	荷物の輸送(往復)
その他		円	
その他		円	
その他		円	
合計		240万円	

渡航関連

渡航経路:(往路)NRT-SFO-PDX(復路)PDX-SFO-HND

渡航費用

チケットの種類 FIX OPEN チケット
 往路
 復路
 合計 18万

渡航に際して利用した旅行会社やガイドブックを教えてください。

AFFINITY TRAVEL 復路便の日付や空港の変更が可能でフレキシブルなチケット

滞在形態関連

1)種類(留学中の滞在先)(例:アパート、大学の宿舎など)

アパート

2)部屋の形態

個室 OR 相部屋(同居人数 2)

3)住居を探した方法:

オンライン

4)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)

私はプライベートが欲しかったのでアパートにしました。広くて綺麗で快適でした！
 寮もとても楽しそうですが部屋はとても小さいです。

現地情報

1)現地で病院にかかったことはありますか？大学内の医務室/診療所や付属病院等で医療サービスを受けることは可能でしたか？

利用する機会が無かった

利用した:

2)学内外で問題があったときには誰に相談しましたか。留学先大学に相談窓口はありましたか。

ルームメイト。授業登録関連は所属する学部かオレゴンホールに行きました。

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？

学校から、周辺で事件があるとメールが回ってきます。

4)パソコン、携帯電話、インターネット(接続について)現地での利用はいかがでしたか。

(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。)

学内は基本的にどこでも使えます！困ることはなかったです

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。)

基本的にクレジットカードで生活し、現金は三菱 UFJ のデビットカードが日本の口座と Bank of America を繋いでくれるのでそこから引きだしました。

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ください。

女子は化粧品、自炊する場合はお気に入りの調味料などなど

卒業後の進路について

1)進路

就職 進学 未定 その他:

2)進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など

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、或は入社すると決定した企業の名前のみでも構いません)
4)就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスがありましたらお書き下さい。 (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。)
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)がありましたらお書き下さい。
7) その他を選択した方は、留学希望者に向けたアドバイスがありましたらお書き下さい。

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してください)

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)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):
Language & Society	
科目設置学部・研究科	EALL
履修期間	Fall
単位数	4.00
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	Zhou Jing-Schmidt
授業内容	日中韓の文化、言語、歴史について学ぶ。日本の可愛い文化や草食系男子、韓国の江南スタイルといった面白いテーマを社会背景を含め知れた。
試験・課題など	毎回の小クイズとリーディング。学期末に試験とプレゼンテーション
感想を自由記入	非常に興味深いテーマに日本人として発言する機会が多々あった。受講している学生もアジア人がアジアに強く興味を持った学生が多かった。

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):
International Development	
科目設置学部・研究科	INTL
履修期間	Fall
単位数	4.00
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+ディスカッション(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	Dennis Galvan
授業内容	時代に沿って多くのイデオロギーを学ぶ。
試験・課題など	レポート 2 回とグループワーク1回、論述式の試験
感想を自由記入	200 番台の授業だったがレベルが高かった。リーディングは鬼のようで追いつかなく、授業内容も進度が早かった。しかし現地の学生もよく話を聞くと同じことを言っていたので、一人で焦る必要はなかった。

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):	
Media and Society			
科目設置学部・研究科	Journalism		
履修期間	Fall		
単位数	4.00		
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 分が 回		
担当教授	Tiffany Gallicano		
授業内容	メディアの種類と歴史、概要		
試験・課題など	毎回のクイズ、リーディング		
感想を自由記入	基本的な内容なので気を抜かなければ○		

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):	
Media Professions			
科目設置学部・研究科	Journalism		
履修期間	Winter		
単位数	2.00		
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 60 分が 2 回		
担当教授	Bill Ryan		
授業内容	毎回メディア関連のゲストスピーカーの話を聞く		
試験・課題など	試験と出席点はないが抜き打ちのテストがランダムに多数回		
感想を自由記入	クイズはそんな細かいところ聞く? という感じでよく聞きメモをとることが重要だった。リスニング力が鍵		

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):	
Grammar for Communicat			
科目設置学部・研究科	Journalism		
履修期間	Winter		
単位数	2.00		
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 60 分が 2 回		
担当教授			
授業内容	文法		
試験・課題など	中間試験と期末試験、小課題		
感想を自由記入	英語を第二ヶ国語として学んだ人にはとても簡単。		

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):
Principle Public Relations	
科目設置学部・研究科	Journalism
履修期間	Winter
単位数	4.00
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 90 分が 2 回
担当教授	Dean Mundy
授業内容	パブリックレーションズ(広報)の歴史と現在、基礎を学ぶ
試験・課題など	レポート2回、中間試験、期末試験
感想を自由記入	思っていたより容易で出席しきちんとしていれば大丈夫だった。300番台の授業で Principle と書いていけば基礎なので難しくないと感じた。

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):
Philosophy & Pop culture	
科目設置学部・研究科	Philosophy
履修期間	Spring
単位数	
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 4+ディスカッション 1(チュートリアル, 講義形式等)
授業時間数	1週間に 50 分が 5 回
担当教授	
授業内容	毎週異なるテーマを学ぶため、内容が多様
試験・課題など	レポート1回、期末試験
感想を自由記入	教授が親切でオフィスアワーに通った。新しい視点を事例とともに学ぶので哲学といえど面白い。

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):
International Communication	
科目設置学部・研究科	Journalism
履修期間	Spring
単位数	4.00
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 110 分が 2 回
担当教授	Jeslyn Lemke
授業内容	戦後から現代までのメディア全般について学ぶ。イデオロギーに加え、世界の情報の流れを学ぶ。
試験・課題など	リーディングがとても多い。試験は2回あるが難易度は授業にきちんと出席していれば難しくない。
感想を自由記入	教授がユニークで面白く、学生と一緒に授業を作っている感じがした。少人数のクラスは学生と仲良くなりやすく、教授とも近い。

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):	
Advanced Media Relations			
科目設置学部・研究科	Journalism		
履修期間	Spring		
単位数	4.00		
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	グループプロジェクト(チュートリアル, 講義形式等)		
授業時間数	1週間に 110 分が 2 回		
担当教授	Kathlyn Kuttis		
授業内容	実際の NGO 団体をクライアントとして招き、グループで PR 施策を考えるかなり実践的な授業。		
試験・課題など	ほぼ毎週タスクがあり、授業時間外にもグループで集まって活動した。試験はないが PR 施策をきちんとしたレポートで提出する。		
感想を自由記入	とても実践的で何より現地の学生とたくさんディスカッションできたのが良かった。私はこうしたグループワークや実践的な授業をおすすめする。		

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):	
Hatha Yoga			
科目設置学部・研究科	PEMB		
履修期間	Fall, Winter, Spring		
単位数			
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 2 回		
担当教授			
授業内容	ハタヨガ		
試験・課題など	簡単な小レポートが1回		
感想を自由記入	先生により雰囲気や内容が異なるが、楽しく全月期間受講し続けた。		

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、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等（形式は箇条書きなど簡単なもので構いません）

2014年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	TOEFL 勉強 選考→留学決定
2015年 1月～3月	
4月～7月	
8月～9月	留学直前、英語に触れておけばよかった
10月～12月	Fall Term 勉強も環境に慣れるのに大変 1ターム＝10週間
2016年 1月～3月	Winter Term 授業がよく聞き取れるようになる
4月～7月	Spring Term 最終学期 色んな友達に最後に会う 6月帰国
8月～9月	就職活動
10月～12月	

留学体験記

留学しようと決めた理由	異文化が好きだったことから、ずっと交換留学はしようと思っていました。留学した先輩の話や留学生との交流でその思いは強くなり、また自分で夏休み等に海外へ行くことで将来なにかしらの形で海外と関わりたいと思うようになりました。これからあらゆるものがグローバルに行われていく中で必要な語学力と適応力をつけたいと思っていました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	英語は、本当にやっておくと自分のためになります。せめてリスニングだけでも楽しておけば始めの生活はぐっと変わると思います。また世界経済の流れやイデオロギー等は学部を超えて出てくるので、日本語できちんと理解しておくで役立つと思いました。あとはとにかく留学選考に向けて万全の準備を頑張ってください！
この留学先を選んだ理由	英語圏でジャーナリズム学部を設置しているところで探しました。またオレゴン大学留学経験者やたまたまオレゴン大学から来た留学生に会ったことから、イメージが良く行きたいと思うようになりました。また結果としてアメリカで良かったと思うのは、やはり世界経済動かしやすさを持ち、様々な人種があり、その分いいところも悪いところもあるところかなと思います。
大学・学生の雰囲気	構内は緑が豊かで四季が美しく、優しい雰囲気です。至るところに大学のマスコットがいたり、学生によるイベントが多く学内だけで盛りだくさんです。学生は明治大学の学生と同じように人それぞれです。でも全体的に皆スポーツが好きだと思います。中国人・日本人がたくさんいるので、アジア人が浮くということは決してありません。
寮の雰囲気	私は寮ではなくキャンパス周辺のアパートにアメリカ人と二人で住んでいました。寮とは違い、自炊で個人の部屋がありました。アパートの良い点は安い、パーティを開ける、自炊ができる(=日本食！)、プライベートがある点です。一方寮のメリットはオンキャンパスですぐ帰れる、フロアメイトができる、4つのカフェテリアでドームフードがあるところです。寮もすごく楽しそうでした。
交友関係	始めは同じ留学生だから分かり合うのが早いのか、ヨーロッパやアジア等の友達できました。私個人の印象では思っていたより授業内で友達を作るのが難しかったことです。確かに自分も日本で授業中新しい友達ってそんなに作らなかったような、、でも人は出会いなので気が合えば授業外でも会うようになります。あと私はルームメイトにすぐ恵まれ、一番近くにいて一番お世話になりました。もう一つ、私は PRSSA という PR の団体に入りましたがそういう団体に入るのもとてもいいと思います！
困ったこと、大変だったこと	始めの3ヶ月はやはり言葉も文化も違って辛かったですが、生活への慣れと友達ができることで解消されます。始めだけ、頑張ってください！あと、授業は当然大変だと思いますが息抜きをうまくいれ、メリハリのついた生活を目指しました。他に目立って大変なことはなかったですが、外国にいる以上自分の健康や安全に気を遣ってください。私は自分や友達が風邪をひいたとき、日本人同士で薬をあげあったり協力したので、同国のつながりもいざという時に大切かなと思いました。
学習内容・勉強について	私は友達ができやすく先生との距離が近い少人数のクラスをおすすめします。(あれば)あとは何回か授業についていけないすぎて本気でどうしようと思いましたが、全力で取り組み「自分はここまで理解した」「けどここから分からないから教えて欲しい」と周りや教授に助けを求めるのがいいです。一人で悩み続けるよりいいと思います。それで友達ができるかもしれないし、頑張っていることをちゃっかりアピールできるかもしれません！
課題・試験について	課題はいかに早く読み理解するか、とにかく膨大な量なのでそれが重要だと思いました。私はそんなにできませんでしたが、なるべくリーディングは週末に終わらせておくと平日がとても楽になるそうです。試験は授業をきちんとやっていたら難しいものはなかった印象です。
大学外の活動について	PRSSA の団体に入り、その業界のプロフェッショナルと会うために一度全員でポートランドへ行きました。あとは積極的に誘われるパーティに出向くことで交友の輪も広がり、なにか新しいチャンスが巡ってくるかもしれません。私はルームメイトに遊びに連れてってもらったり、自分の家で日本食を振る舞うなどしてじわじわと広めていきました。自分の生活にあわせたペースでどんどん参加すると楽しいです。
留学を志す人へ	留学しても自分は自分。生活する場所が日本から海外になっただけです。行ったからといって成長ができるわけではないので、目標や目的を持って過ごす、そんな当たり前のことが大事だなと感じました。楽しくて地に足がつかなくなる程度にか果敢に色々な遊びやイベントに挑戦し、日本では出会えないような多種多様な人と話してみてください！

1週間のスケジュール(例)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前中	授業	ヨガ	授業	ヨガ			
	↓		↓		課題	遊び	課題
午後	↓	授業	↓	授業			↓
	課題		課題		遊び		↓
夕刻		課題	PRSSA	課題			
夜	だいたい 12時に 寝る						

