

## 【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026年6月5日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	商学部
留学(渡航)した時の学年	3年生
帰国年月日	2026年5月20日
明治大学卒業予定年月	2027年3月
<b>留学先大学について</b>	
留学先国	アメリカ合衆国
留学先大学	カリフォルニア州立大学ロングビーチ校(日本語名) California State University Long Beach(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5月
留学先大学で在籍した学年	3,4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) ※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:
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: 8月～12月 2 学期: 1月～5月 3 学期: 4 学期:
学生数	37466人
創立年	1949年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (ドル ) (1 現地通貨 = 158 円)	B 日本円	備考
授業料		円	
宿舍費	10920	円	
食費	5080	円	
図書費		円	
学用品費		円	
携帯・インターネット費		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)		約 1000000 円	
被服費		円	
医療費		円	
保険費	1703	95260 円	形態: 留学先の大学+明治大学
渡航旅費		200000 円	
ビザ申請費		60000 円	
雑費		円	
その他		円	
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	(=2797074 円)	1355260 円	
総計(A+B) ※円		4152334 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：羽田 目的地：LAX 経由地：

復路 出発地：LAX 目的地：成田 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：デルタ 料金：93465 円

復路 航空会社：シンガポール 料金：109378 ∴合計：202843

## 航空券購入方法

 旅行代理店(店名：トリップドットコム ) インターネット(サイト名： ) 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：international house)  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 1)

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)

私は international house を選択しました。留学生が多く、現地の学生も他の寮よりは割合が少ないですが一定数います。コモンルームが広く、毎晩何かしらコモンルームで遊んだり勉強したり、部屋に集まったりしていたので非常に楽しかったです。International house に住んでいない留学生も遊びに来ていたので、一番友達を簡単に作れる環境だと思えます。現地の学生とも同じように遊んでいたため、結果的に現地の友達とも一緒に遊びに行くくらい仲良くなれました。International house を選んでいなかったらここまで友達はできていないと思うので非常に満足しています。懸念点としては洗濯機と乾燥機が 2 台ずつしかなく不便なことと、暑くなるとアリアが出ることです。食事も基本的にダイニングホールで済ませていました。

## 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: 学内の health service center)

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?

インターネット、特にダウンタウン LA で近づかない方がいいエリア(スキッドロー、コンプトン)などの場所は把握していた。

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。)

学内の Wi-Fi

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設し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。)

Bank of America で口座を解説し、wise という手数料が安い送金サービスで必要に応じて自分で送金していました。現地では主に bank of America のデビットカードを使っていました。

Zelle というお金を簡単に送金する Pay Pay のようなサービスがあり、割り勘の際によく使っていました。

6) 現地では調達できない日本から持っていきべき物があれば教えてください。

基本的にはなんでも調達できますし、近くに日系のスーパーもあるので困ることはないと思います。しかし日本に比べて高いのでお菓子やスキンケア、メイク用品などは日本から持って行っていました。

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 ※該当項目にチェックのうえ、記入して下さい。
24 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 checked="" type="checkbox"/> 出発後 <input type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input checked="" 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。今後留学をする人たち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)
Social trends and Problem		
科目設置学部・研究科	sociology	
履修期間	fall 2025	
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 2 回	
担当教授	Alfonso Marquez	
授業内容	アメリカでの社会問題、人種差別などの歴史	
試験・課題等	オンラインのテスト 3 回、レポート 3 回	
感想を自由記入	教授は非常に優しく、課題も多くなかったです。アメリカの社会問題について学べて、クラスメイトの話を聞く機会も多く、いろいろな視点を知れて学びになりました。	

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)
Introduction to Hip Hop	
科目設置学部・研究科	dance
履修期間	fall 2025
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75分が2回
担当教授	Cammie Kao
授業内容	ダンスの基本について学ぶ
試験・課題等	オンラインディスカッション課題、グループで振り付けを考えて披露。
感想を自由記入	ヒップホップの歴史や理論を学びつつダンスもする授業。振り付けをグループで考えたりしました。

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)
Global Citizenship	
科目設置学部・研究科	Global Studies
履修期間	fall 2025
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2回
担当教授	Graham Odell
授業内容	移民問題、アメリカの世界的な権力、文化の西洋化、気候変動などについて学びました。個人的にアメリカが中国のことをどう考えているのか、や移民問題について学べて前期の授業では一番興味深かったです。後半では谷崎純一郎の痴人の愛という小説を読んでクラスでディスカッションする機会もあり、海外の人の日本の西洋化についての反応を知ることができていい経験になりました。
試験・課題等	毎週のオンライン課題、授業内課題、クイズ、リサーチペーパー、最終課題のビデオプレゼンテーションなど
感想を自由記入	毎週のオンライン課題や授業内でのグループワークなど、課題は多いですが内容は非常に興味深かったです。教授は面白い授業をしてくれて現地でも人気でした。大変でしたが取って良かったです。

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)
American Studies	
科目設置学部・研究科	American Studies
履修期間	fall 2025
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2回
担当教授	Brett Mizelle
授業内容	アメリカの歴史や文化を学び、文化がどのように変容してきたのか、解釈されてきたのかについて学ぶ
試験・課題等	オンラインディスカッション、keywords essay がほぼ毎週、大きめのレポートが2つほど、最終課題
感想を自由記入	教授は非常に優しく、教室も明るい良い雰囲気でした。毎週リーディング課題に対してグループディスカッションがあったりして最初は大変でしたが、アメリカ人の意見を聞くのは興味深かったです。

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)
Public Speaking	
科目設置学部・研究科	communication
履修期間	spring 2026
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75分が2回
担当教授	Natasha Payne
授業内容	効果的なスピーチについて学ぶ。毎週スピーチをする。
試験・課題等	毎週のスピーチの評価。オンライン期末テスト、レポート
感想を自由記入	効果的なプレゼンについて学び、週に一回クラスの前でプレゼンテーションをする授業。最初は緊張したがだんだん慣れてきて、英語でのプレゼンを向上したい人にはおすすめです。クラス全体も明るい雰囲気です。話す機会も多いので友達を作りやすいと思います。

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 Leisure Services	
科目設置学部・研究科	Recreation
履修期間	spring 2026
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2回
担当教授	Jesse Goldstein
授業内容	観光やホスピタリティについて学ぶ。
試験・課題等	
感想を自由記入	教室外に出て行うアクティビティが多めの授業で非常に楽しかったです。教授もユーモアがあり非常に親切な方で現地の学生にも非常に人気でした。留学生の私にもたくさん配慮してくださいました。

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)
international marketing	
科目設置学部・研究科	Business
履修期間	spring 2026
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165分が1回
担当教授	Zak Ricards
授業内容	国際マーケティングについて。グローバル企業のマーケティングや課題について学ぶ。
試験・課題等	中間、期末テスト、個人プロジェクトの最終課題、グループでのケースプロジェクト、グループのマーケティングプロジェクト、ケース課題8つ、その他毎週の課題や授業内でのグループ課題多数
感想を自由記入	履修した授業の中で一番大変でした。毎週ケース課題などの期末課題並みの課題を出されたり、毎回授業内でグループ課題があつたりして大変でしたが、内容は一番興味深かったです。その分友達もできました。ケース課題で日本企業が多く出てきたり、いろいろなフレームワークを使って実際にケース課題を解決したり、非常にタフですが力になる授業だと思います。教授は非常に優しいです。

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)
fashion strategies for consumers	
科目設置学部・研究科	FMD
履修期間	spring 2026
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	Jacquelyn Morell
授業内容	ファッションビジネスについて学ぶ。
試験・課題等	オンラインクイズ、期末テスト、グループプロジェクト3つ、授業内課題
感想を自由記入	基本的にファッションをもとにビジネスや理論について学びました。授業内でグループディスカッションが多かったり、大きなグループプロジェクトやプレゼンテーションが成績の大きな比重を占めます。

## 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

ワンキャリア、就活会議、就職活動報告書

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。

楽天グループ  
社風、事業領域

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。

私はボストンキャリアフォーラムで内定を獲得しました。3年の11月という早い時期から内定をもらえるのでアメリカに留学する3年生は行く価値があると思います。また、ボストンの街並みが非常に素敵で行って良かったです。私は留学に行くと本当に良かったと思っているので、少しでも興味があるのなら就活を理由に留学を諦めてほしくないです。もちろん留学生活や学業と就活を両立しないといけないという大変さはありますが、自由時間がたくさんあったので、ものすごく大変とは思いませんでした。十分可能だと思います。

逆に私は日本にいる時よりも就活一色にならずに、留学生活を楽しみつつ気分転換しながらできたので、日本でやるより精神的な負担は少なくなるというメリットもあると思います。実際ビーチに行ったり留学先の友達と遊ぶことでリフレッシュする機会がたくさんありました。また周りに就活している人がいないので、日本でするのは違い、友達とも就活の会話にならず、自分のペースで周囲と比較せずに行えるという利点もあります。ボスキャリアについては渡航直後から応募が始まるので帰国前に自己分析やある程度業界を絞ったり、esを通る状況にしておくと思えます。実際に私はサマーインターンに2,3社ほど応募してesが通るか確認しておきました。交換留学生は募集対象にしている企業やボスキャリアに応募したら本選考に応募できない企業もあるので気をつけてください。

周りには休学を選択する3年生もたくさんいました。本選考に応募する場合も二次面接くらいまではオンラインのところが多く、対応できると思います。

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)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	IELTS 受験
	8月～9月	
	10月～12月	面接
留学開始年	1月～3月	留学準備
	4月～7月	ビザやワクチン
	8月～9月	渡航、ボスキャリの準備
	10月～12月	留学、ボスキャリ
留学/帰国年	1月～3月	旅行、後期開始
	4月～7月	帰国
	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、留學生生活全般等について、アドバイスを記入してください。

気候、治安の良さ、マーケティングの授業があること、授業の種類の豊富さ、近くにディズニーランドやロサンゼルス、dodgers スタジアムなど観光地も充実していること、多様な人種がいることなどからこの大学を選びました。この観点から見るとロングビーチは非常に良い選択だと思います。特に気候に関しては最高で、毎日夕焼けが非常に綺麗でした。

留学に行ってみて今思うことは本当に行って良かったということです。今もロングビーチの友達や寮生活、気候、陽気な雰囲気が好きです。海外でそのように思える友達ができることや、いろいろな文化や考え方を知る機会、海外で生活するという経験は人生の中でも貴重な期間になると思います。最初の頃は友達作りや、授業のディスカッションについていけずに落ち込むこともありました。しかしそれも今振り返ると良い思い出ですし、その経験を踏まえて自分も一つ成長できたと思います。友達作りについては最初の頃にイベントに参加したり、基本誘われたら yes ということ意識していたら自然とできました。

生活については周りに遊びに行くところがたくさんあったので毎週末は友達とどこかしら、出かけていました。交流を深める良いきっかけになったと思います。空港も近かったので旅行にもたくさん出かけることができました。CSULB は緑も豊かでキャンパスも広く、人も非常に暖かく優しい方ばかりで差別を受けたりしたことは一度もなかったです。授業のディスカッションにおいても、みんな本当に優しく、授業の姿勢にも刺激を受けました。ディスカッションが多い授業では仲の良い友達もできました。日本人気もあり、興味を持って話かけてくれる人もたくさんいました。

私は international house の友達がメインだったのですが、毎晩コモンで課題やゲーム、おしゃべりをしたり、部屋で朝まで集まったりなど非常に楽しく、たくさんの思い出ができました。今でもあの生活に戻りたいです。international house は留学生やフレンドリーな人が多く交流も盛んなのでおすすめです。

もし今留学をしようか悩んでいる人がいたらぜひチャレンジして欲しいです。私は留学に行っていない大学生生活を想像したくないくらい非常に有意義で、一生の思い出を作ることができました。渡航前も留学準備や就活との両立、現地での生活など不安なことはありましたが行って見たらなんとかなります。きっと人生の中でも思い出に残る素敵な時間が過ごせると思います。興味がある方はぜひ頑張ってみてください、それを乗り越える価値がきっとあります！