

【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 10月 30日
留学先大学/国名	カリフォルニア州立大学ロングビーチ校(日本語名) 国名:アメリカ California state university Long beach(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	商学部
学年 ※出発時の本学での学年	3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。

留学報告書、近況報告書での情報収集。同じ大学に留学した先輩に連絡を取る。

しておいてよかったこと: 早めのビザの手続き。

準備不足だったこと: マットレスしか寮の部屋には無いため、着いてすぐにしっかり眠りたい人は枕やシーツ、ブランケットも持ってくると良いと思います。

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: 8 週間 (申請してから何日/ 何週間要したか)	ビザ取得費用: 58000 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?	
パスポート DS2019 証明写真 残高証明書 英文成績証明書 sevis 領収書 DS160	
2. 具体的な申し込み手順を教えてください。	
大学から届いたメール通りに進めました。手続きの細かい部分でわからない部分は、アメリカ大使館の公式ホームページか公式 YouTube チャンネルを見ると良いと思います。	
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?	
今年はレアなケースだと思いますが、留学かどうかだけ聞かれ、その場ですぐにあなたのビザは却下されたという紙を受け取りました。	
4. ビザ取得に関して困った点・注意点	
トランプの政策によりビザの面接の新規予約が取れなくなったり、SNS 調査をするためにビザが一度却下されて二週間ほど待つ必要がありました。	
結果として渡航できましたがビザに関して非常に不安を感じたため、なるべく早く手続きを終わらせることをお勧めします。	

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)。

sim

ソフトバンクのアメリカ放題に加え、現地でも電話番号を獲得するために最低限のギガ数の sim を契約しました。現地で銀行口座を開いたりするために電話番号が必要なので一年行く方は現地の電話番号を持つことをお勧めします。友達と割り勘をするときに銀行口座があると PayPay のようにすぐ送金できるので便利です。

ソフトバンクのアメリカ放題はギガ使い放題で通信環境も今のところ困っていないのでおすすめです。

持ち物

夏服をひと通り持ってきたのですが、現地で服が意外と日本より安く売っていたりするので、服を減らして日用品をもっと持ってくればよかったです。international 寮に住んでいるのですが近くのスーパーまで 20 分ほど歩く必要があり、洗剤など何も持ってこなかったのが最初の三日間は生活物資を揃えるのが大変でした。ベッドもマットレスしかないのも現地で買いました。

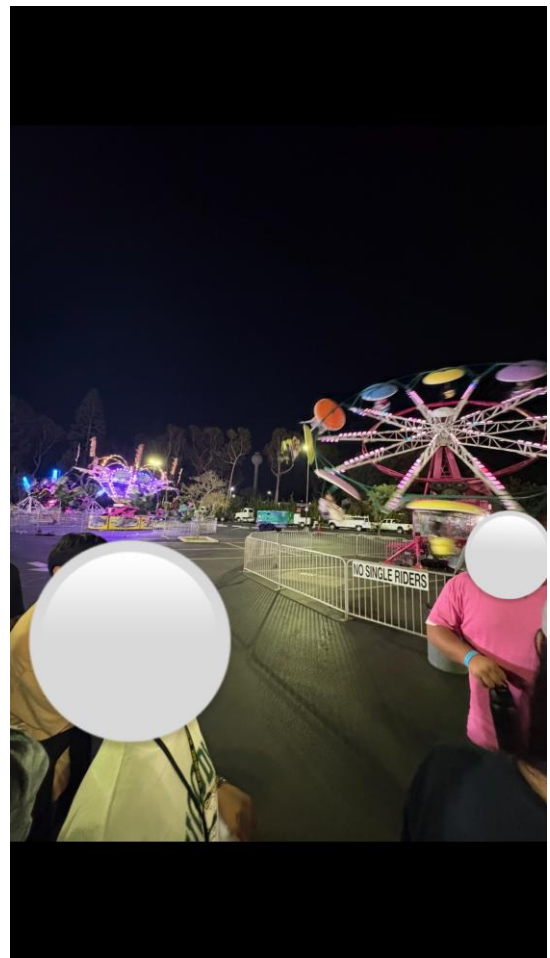
部屋で履く用のサンダルやシャワーシューズなどもあるといいと思います。

Ⅲ. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	デルタ航空				
航空券手配方法	トリップドットコム ※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	lax		現地到着時刻	14 時	
キャンパスへの移動手段	<input 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	40 分ほど				
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 空港に着いたら無料のシャトルバスでタクシー乗り場までいき、ウーバー・リフトを呼んで大学まで 向かいました。事前にアプリをダウンロードした方が良いです。					
大学到着日	8 月 18 日 16 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 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	大学からの指示に従った。				
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?					
すぐに見つかった。					

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"/> なかった
日程	8/20
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?	留学生向けの簡単なガイダンス、キャンパスツアー
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23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？

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？

日本で終わらせました。

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？

歩いて 30 分ほどの Bank of America で開設しました。大学に銀行職員の方が来てくださって、銀行口座開設のオリエンテーションがあったのでそれに参加して口座開設予約をオンラインでしました。

ルームメイトは 1 人でホームページから予約していたので行かなくても開設できると思います。

必要書類:ds2019、パスポート

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？

なし

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 月 10 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(8 月 25 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

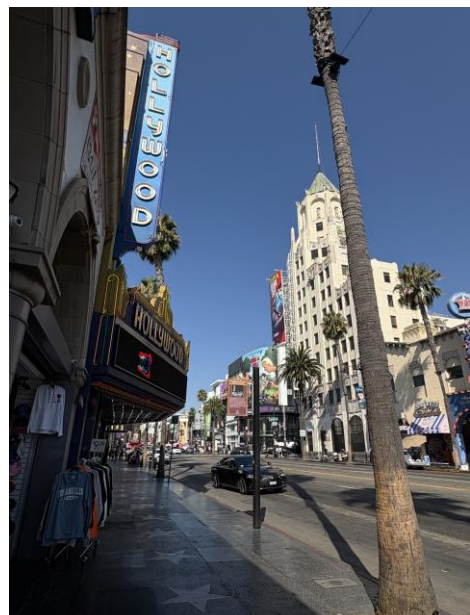
優先が「あった」方はどのように優先されましたか？

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

大学からのメールでリクエストを送るリンクがあったので、そこからリクエストを送って登録しました。

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？

明治大学のように仮履修登録期間があって授業を変更できました。Rate my professors というサイトで授業や教授の口コミが見れるのでこちらも参考にしていました。



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	起床	起床	起床	起床
9: 00							
10: 00	授業	授業	授業	授業	授業が無い日は	遊ぶか	勉強
11: 00							
12: 00		授業		授業			
13: 00							
14: 00	授業		授業				
15: 00		課題		課題			
16: 00							
17: 00	課題		課題				
18: 00							
19: 00							
20: 00							
21: 00							
22: 00							
23: 00							
24: 00	就寝	就寝	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。

カリフォルニア州立大学ロングビーチ校を留学先として選んだ理由は授業の種類の豊富さ、治安、天気の良い、立地の良さです。特に留学してみて、毎日夕日が綺麗だったりカラッと過ごしやすい気候でカリフォルニアに留学して本当に良かったなと感じています。立地面でもロサンゼルス観光地にアクセスしやすく、バスで近くのビーチにもすぐ行けるので休日にも充実しています。

授業について：課題の量、難易度が授業によって全く違うので、楽に過ごすこともたくさん勉強することも可能だと思います。シラバスと授業のロコサイトを参考に選びましたが、シラバスが授業開始ギリギリに公開されたので到着後に授業を四つ中三つ変更しました。

宿舎：私は international 寮に住んでいますがこの寮にしてよかったと思っています。交換留学生、正規留学生が他の寮と比較して多く、現地のアメリカ人も一定数います。寮の共有スペースが広く、フレンドリーな方が多いため他の寮に比べて友達を作りやすい印象です。懸念点として私の部屋には夏場にアリが出てものすごくストレスでした。最初の一週間はアリとの闘いだったと言っても過言ではないです。私はスーパーでスプレーを買い、テープで穴を塞ぐことで対処しました。夏が終わると全くなり、他の部屋には出なかったりするので運要素もあると思います。

留学生活には満足していますが、日本人が多いので英語漬けにしたい、日本語をなるべく話したくない人にこの大学は向いていないと感じます。しかし日本人の友達繋がり海外の友達のコミュニティが広がったこともたくさんあったので一概に悪いとは感じないです。

留学に来るまでも手続きなどのやる事が多く大変でしたが、総じて留学に来て本当によかったと感じています！最初の頃は授業について行くのに大変だったり、友達作り、自身の英語力の無さに落ち込むこともありましたが二ヶ月ほど経った時点でストレスはほぼなくなり、楽しく過ごせています。留学に来て自分自身と向き合ったり、日本についてより深く考えるようになったり、様々な新しい視点や発見が得られました。少しでも興味を持っている方にはぜひ挑戦してほしいです。

