

【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 11月 3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～2025年12月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	政治経済学部
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。	
<p>留学報告書を入念に読み、準備を進めました。どうしても取りたい授業がある場合は、早めに履修登録をするのがおすすめです。英語学習については、留学前にできる限り進めてから出発しましたが、それでも足りないと感じたので、実用的な英語を計画的に学習したほうがいいと思います。</p>	
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: J1VISA	申請先: 在日米国大使館
ビザ取得所要日数: 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: 405ドル
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?	
<p>オンライン申請書(DS-160)、DS-2019、SEVIS 費用確認書、パスポート、写真、銀行の残高証明書在日米国大使館のウェブページを確認し、必要書類を揃えました。</p>	
2. 具体的な申し込み手順を教えて下さい。	
<p>オンラインで申請書を作成し、J1 ビザの申請料と SEVIS 費用を支払いました。その後、大使館での面接の予約をしました。アメリカ政府が留学生への対応を変更していたため、早めに大使館の面接予約を取る必要がありました。</p>	
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?	
<p>留学生であることの確認のみでした。</p>	
4. ビザ取得に関して困った点・注意点	
<p>アメリカ大使館でのビザの面接の後、SNS のアカウントの確認が必要であることなどからその場で合否が伝えられず、メールが配信されるまで待たなければならなかつたため不安でした。ですが、ほとんどの訪問留学生のビザは許可が下りるため、心配しすぎなくていいと思います。</p>	
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)。	
<p>現金は出発前に空港でドルに換算し持参しました。私はテロモバイルで esim を事前に購入し、到着後にすぐに切り替えて使えるようにしておきました。</p>	

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	Trip.com ※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	ロサンゼルス国際空港		現地到着時刻	午後 5 時ごろ	
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 checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関 (<input checked="" 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	約 40 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

タクシー乗り場まで無料のシャトルバスで行き、その後 Uber で大学まで向かいました。

大学到着日	8月 18 日 17 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(他国からの 1 年生)	
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	大学から届いたメールに従って申請し、寮の種類やルームメイト、部屋を事前に選びました。			

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？

大学からの指示に従って渡航前にスムーズに申請できました。大学からのメールはよく確認した方が良いと思います。

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 20 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？	大学の生活についての説明の後、グループごとのアクティビティをしました。昼食ではサンドイッチとお菓子をもらいました。
留学生用特別ガイダンス	<input checked="" type="checkbox"/> あった <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？

オンライン在留届は渡航前に提出できます。到着後に現地の大学から留学生向けの滞在報告書のようなフォームを求められたため提出しました。

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？

ワクチンはメールで伝えられた必要なものを日本で接種してから行きました。

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？

大学の近くの銀行に行き、口座を開設しました。パスポートと DS-2019 を提出し、1 時間ほどで開設できました。開設費用はかかりませんでした。

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？

日本から持っていました。

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（5月10日頃）

オンラインで登録 志願書類に記入して登録 できなかつた その他（ ）

到着後に（ 月 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？

あった なかつた

優先が「あった」方はどのように優先されましたか？

優先が「なかつた」方はどのように登録しましたか？

現地の学生と同じタイミングで、学期が始める前にオンラインで登録しました。

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？

授業開始後一週間は変更可能でした。



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		
9: 00	授業	授業	授業	起床		起床	起床
10: 00					授業		
11: 00						昼食	昼食
12: 00	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食		
13: 00							
14: 00	授業	授業	授業	授業	自由時間	自由時間	自由時間
15: 00							
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			
17: 00			クラブ活動				
18: 00	夕食	夕食		夕食	夕食	夕食	夕食
19: 00			夕食				
20: 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		
21: 00			課題、自由時間				
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は非常に生徒数が多く、朝の時間帯の学校内のバスは混雑している印象です。日本や韓国、ドイツなどの留学生も多く、オリエンテーションの際に何度か会うため仲良くなりやすいと思います。International House には留学生が多いため、最初に仲良くなつた他の留学生と交流を深められました。

授業は教授によって内容や難しさが違うため事前に調べてから授業を選択することをお勧めします。多くの教授は優しく、留学生に対しても親切に対応してくれます。現地の学生で、自宅などから通学している生徒の多くは授業が終わるとすぐに帰ってしまうため、授業で仲を深めるのは少し難しく感じました。それでも、日本が好きな学生が多く、授業や勉強で困った時に助けてくれました。

International House はコモンルームが広く、友達と話したり、授業の合間や夜に勉強したりできるため良かったです。共用のキッチンもありますが、土日にアリガいることも多く、頻繁に料理はしていません。私は 210 食のミールプランを選択しており、さらに時々外食もしているため特に困ることはないですが、寮のオフィスのキッチンの方が綺麗だと思います。

日本食はアジアンスーパーでも購入可能ですが、日本よりも高く、キャンパスから少し離れたところにあるため、ある程度日本から持っていくことをお勧めします。

10 月頃から朝晩と昼間の気温の差が激しくなるので、パーカーなど調節しやすい服を持っているといいと思います。昼間は 10 月でも 30 度近くまで上がる日もありました。ですが、想像していたよりも乾燥しておらず、比較的過ごしやすい気候だと思います。

キャンパス内は安全ですが、大学に門などはなくオープンなので夜に一人で出歩く際は注意が必要です。キャンパスから出ると、道を歩いている人はほとんどおらずバスか車での移動が中心です。近くのスーパーには歩いて行くことも可能です。ロングビーチは比較的安全だと現地の友達も話していて、安心して過ごすことができています。ロサンゼルスなどは少し治安の悪い地域もあるので、気をつけたほうがいいと思います。

留学開始から 2 ヶ月以上経ちましたが、本当にあつという間の日々で来てよかったですと感じています。授業や課題、現地の学生の会話についていくのが必死な時もありますが、優しい友だちに出会えてアメリカの生活を楽しめています。今留学しようか悩んでいる人はぜひ挑戦してほしいです。

