

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026年1月30日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	経営学部経営学科
留学(渡航)した時の学年	4年生
帰国年月日	2025年12月25日
明治大学卒業予定年月	2026年3月
留学先大学について	
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～2025年12月
留学先大学で在籍した学年	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月下旬～12月下旬 2 学期: 3 学期: 4 学期:
学生数	約 30000 人
創立年	1949 年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (USD) (1 現地通貨 = 157 円)	B 日本円	備考
授業料		0 円	協定留学のため
宿舍費		約 1250000 円	食費込み
食費		0 円	食費は寮費に含まれている
図書費	0	0 円	おそらくどこかの費用に含まれていた。
学用品費		500 円	テスト用のノート
携帯・インターネット費		20000 円	t-mobile の e-sim を購入
現地交通費		約 208000 円	Uber など(☑大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費		0 円	雑費に含む
旅費(留学中)		約 351000 円	Las Vegas へ
被服費		0 円	雑費に含む
医療費	0	0 円	学内の病院は基本無料
保険費		約 200000 円	形態: 大学とアメリカの保険
渡航旅費		230000 円	
ビザ申請費		約 40000 円	
雑費		1299000 円	すべての娯楽費
その他		158000 円	予防接種代
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	1ドル (=157 円)	約 3549000 円	
総計(A+B) ※円		約 3549000 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：羽田 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：United 航空
料金：230000 円

② 片道ずつチケットを購入した場合
往路 航空会社： 料金：
復路 航空会社： 料金： ∴合計：

航空券購入方法

- 旅行代理店(店名：)
- インターネット(サイト名： United 航空公式サイト)
- 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： Parkside) 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 2 人)

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：

大学側の斡旋による。メールに従えばできる。

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)

部屋自体には基本的に何もないので、すべて必要だと思うものを持っていくことを勧める。最初の寮選択の希望は基本的に通るので安心してよい。

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: 学内の病院)

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?

大使館から送信されるメールを確認、基本的に夜、一人で出歩かない

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。)

基本的につながる。たまに接続が弱い時があるが心配無用

5) 現地での資金調達はどうに行いましたか?

(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。)

基本すべてクレジットカード、親から口座をもらい娯楽費以外の必要な費用はすべてそこから支払っていたため、送金なども行っていない。

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。

ごはん。とにかく自分の舌の合うご飯を持っていくことを強く勧める。私はこれにかなり助けられたと思う。

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。
12 単位		<input type="checkbox"/> 単位 <input checked="" type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由:4年生のため)
2) 履修登録の時期・方法及び履修制限		
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前 <input 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)
The principle of marketing		マーケティング
科目設置学部・研究科	college of business	
履修期間	1 学期間	
単位数	3	
本学での単位認定状況	0 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 or オンライン(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 180 分が 1 回	
担当教授	Botao Yan	
授業内容	マーケティングに関する授業	
試験・課題等	グループワーク、プレゼンテーション、テストが 2 回	
感想を自由記入	日本とは違った内容で面白かった。	

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)
Sports in american culture	スポーツカルチャー
科目設置学部・研究科	教養
履修期間	1 学期間
単位数	3
本学での単位認定状況	0 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	Larry Hashima
授業内容	週末生徒からあつめられた質問に対して授業中に返答するスタイル
試験・課題等	毎週末教授へ質問を投げかけ、他の生徒の質問に我々も 2 つ以上応える。レポート 3, 4 つ、テスト 2 つ
感想を自由記入	この授業が一番きつかったが、英語力向上が一番感じられた授業。

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	国際発展学
科目設置学部・研究科	おそらく社会学
履修期間	1 学期間
単位数	3
本学での単位認定状況	0 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	Barbara Grossman
授業内容	古典的な教授がパワポと板書を用いて行われる
試験・課題等	試験 4 回
感想を自由記入	この授業が一番興味深かった。ただ、パワポダウンロード不可、出席必須なので厳しめではある

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)
Intro to American studies	アメリカンカルチャー
科目設置学部・研究科	教養
履修期間	1 学期間
単位数	3
本学での単位認定状況	0 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	Brett Mizelle
授業内容	アメリカのカルチャーについて多角的に展開
試験・課題等	プレゼン 2 回
感想を自由記入	この授業が一番楽しかった、また雰囲気も良かった。テストがないので、気楽に授業を受けれた

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:

1) 進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関等

マイナビなど

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、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。

金融業界

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: 留学中の就職活動に向けた準備、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。

早めに進めることを勧めます。自分が海外でした体験を言語化、ストーリー化しておく面接の際に活用できると思います。とにかくこの言語化の部分の厚く行うとうまくいくと思います。

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	勉強
	4月～7月	勉強
	8月～9月	TOEFL 取得
	10月～12月	学内選考
留学開始年	1月～3月	英語の勉強
	4月～7月	留学手続きもろもろ
	8月～9月	留学中
	10月～12月	留学中
留学/帰国年	1月～3月	春休み
	4月～7月	就職
	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、留学生活全般等について、アドバイスを記入してください。

この経験は生涯忘れることのない一番の経験だったと思います。留学で悩んでいる方はとりあえず行くことを勧めます。アメリカという国、国民性、自分の人生の幅が広がったと感じています。

皆様の懸念点でいうと英語力に関してでしょうか。正直私の英語力(TOEFL 基準点前後)では少し足りなかったと感じています。特にリスニングとスピーキングに留学前により勉強すべきだと今でも思います。しかし、講義の内容は基本的に理解でき、課題で困ったことなどはなかったです。しかし、友達との会話の中で聞き取れないこと言いたいことが言えない場面がありました。そのため、皆様も私のような失敗をしないために英語の勉強を自分の思ってるよりおこなうことを勧めます。

その他では、友達作りについては、不安に思わずにいいかと思います。アメリカ人の国民性的に話しかけられる場面が多く、そこで友達ができることが多いと思います。特に私の住んでいた Park side は現地生が多く、私はたくさんの現地生の友達に恵まれました。Hill side はインターナショナルな寮なので現地生以外と友達になる機会が多いかと思いません。心掛けることとしては、イベントに積極的に参加することかと思います。私はふっ軽に基本的に寮のイベントなどにはすべて参加していたので、友達はかなり多かったと思います。

あとは、貯金していくことを勧めます。私は4年で2年間貯金していたこともあり、ロサンゼルスなどいろいろな場所まで観光することができ、遊びの選択肢が広がると感じました。

最後に留学は人生で一番いい経験だったのでここにいる留学の興味ある方はぜひ行ってみてください。