

## 【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2025年6月17日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	国際日本学部 国際日本学科
留学(渡航)した時の学年	2年生
帰国年月日	2025年5月18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	2024年8月～2025年5月
留学先大学で在籍した学年	2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月中旬 2 学期: 1月下旬～5月中旬 3 学期: 4 学期:
学生数	40278人(2024-2025)
創立年	1785年

## 留学費用

留学費用項目	A 現地通貨 (米ドル) (1 現地通貨 = 156 円)	B 日本円	備考
授業料		明治大学学費円	交換留学のため明治大学の学費のみ
宿舍費	14517	円	宿泊費と食費の合算
食費		円	
図書費		円	
学用品費		5000 円	
携帯・インターネット費		円	元々契約していた日本の携帯会社のプランを利用した
現地交通費		円	( <input type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費		円	
旅費(留学中)		300,000 円	
被服費		円	
医療費		70,000 円	渡航前の予防接種
保険費		200,000 円	形態: 明治指定 + 留学先大学指定
渡航旅費		170,000 円	
ビザ申請費		35,000 円	
雑費		200,000 円	
その他		円	
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	14517ドル (=2,264,652 円)	980,000 円	
総計(A+B) ※円		3,244,652 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。



## 現地情報

1) 留学期間中、病気やケガをされましたか。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: \_\_\_\_\_)

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?

実際に盗難等の犯罪に巻き込まれたことはありませんでした。留学前にある程度治安については下調べしていたので、誤って危険地域に踏み込んでしまうということもありませんでした。現地の友達と行動するとより安全だと思います。

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。)

大学内のWi-Fiはキャンパスにいれば安定して使うことができました。モバイルデータ通信に関しては、ソフトバンクのアメリカ放題というプランに契約していたため、通信料無制限で使えていました。キャンパス内でも時々接続が悪くなることはあったので、その際テザリングを使ってパソコンでも作業が継続できたのは便利だったと思います。

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。)

日本で開設した日本の銀行口座に、日本にいる親から入金してもらって生活していました。

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下さい。

基本的にすべて現地で調達することができました。特に初日でも寝具を調達することはできるので、こだわりがなければ枕やシーツを持っていく必要はありません。ただ、薬や化粧品等は自身の体に合う合わないがありますし、日本製品が売っている場合が少ないので、極力日本から持って行ったほうがいいと思います。他には日本食としてフリーズドライの味噌汁や和菓子を持っていきましたが、特にパックのお米は食事を逃した際に役立ちました。アジアンスーパーマーケットで購入することも可能ですが、金額がかなり高いので、余裕があれば持参すべきだと思います。

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 checked="" 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 checked="" 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)
Global Citizenship		
科目設置学部・研究科	College of Liberal Arts	
履修期間	2024 Fall	
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	Kimberly Walters	
授業内容	正しい情報を見極めることを目的として、地球環境や国際問題など様々なテーマについて考える。	
試験・課題等	課題は基本的に次回の講義の予習です。講義ごとに小さな確認テストのようなものがあるので、毎授業しっかりと課題をやっていかなければいけません。大きなテストは学期中に三回ありました。この大きなテストに関しては Study guide が 提示されるうえ、テスト中にクラスメイトと相談をすることが可能でした。	
感想を自由記入	前年度に留学した人の多くが留学報告書にこの授業を書いていたので、私も同じようにとったのですが、期待していたものと違い、年によって同じ授業・同じ教授でも変わるのかなと思いました。内容自体はためになります。デジタル禁止ですべてアナログで行われるという教授の方針が好きではありませんでした。	

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)
Gender, Race, Sex & Societies	
科目設置学部・研究科	College of Liberal Arts
履修期間	2024 Fall
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	Mariam Youssef
授業内容	性問題や女性が抱える問題について学ぶ。
試験・課題等	毎授業リーディング課題が出され、次の授業でリーディングの内容に関する小テストをしました。中間・期末テスト(どちらも対面)もあり、持ち込み禁止でしたがそこまで難しくないので大丈夫です。
感想を自由記入	私はジェンダーに興味があったので受講しましたが、クラスのほとんどが女子生徒でしたので、最初は驚きました。教授はユーモアがあり話も面白いですが、授業の内容自体は基礎的なもので、考え方も少し古いのかなと思いました。ジェンダーの歴史を知るうえで有用な授業だと思います。

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)
Critical Thinking & Information Technology Literacy	
科目設置学部・研究科	College of Information Systems
履修期間	2024 Fall
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	Asela Thomason
授業内容	演繹的・帰納的推論の仕方や、情報技術を活用したプレゼンテーションを通じて、批判的思考と情報リテラシーのスキルを養う。
試験・課題等	中間・期末試験があります。持ち込みはできませんが、選択式で内容もそこまで難しくありません。課題はあまり多くないです。グループワークが1番大きな課題としてあり、最後にグループでプレゼンをしました。
感想を自由記入	批判的思考にフォーカスした授業は日本では少ないので、その考え方を形式的に学べたのはおもしろかったです。

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)
Critical Thinking and Public Education	
科目設置学部・研究科	College of Liberal Studies
履修期間	2024 Fall
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	Diana Porras
授業内容	能力、経済的背景、人種、宗教、性的指向などに関係なく、すべての学生が教育に平等にアクセスできるよう支援の施策について考える。
試験・課題等	試験はありません。課題は1人で取り組むものもありますが、複数人と取り組むものもあり、クラスメイトと協力する場面が多かったです。
感想を自由記入	形態は講義となっていますが、授業はほとんどディスカッション形式で行われ、意欲的な生徒も多かったため、会話が多くの授業でした。なにより、教授がとてもいい人で、授業だけでなく留学の不安にも寄り添っていただいたので、秋学期にこの授業を履修できてよかったと思っています。

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)
Intro to Linguistics	
科目設置学部・研究科	College of Anthropology
履修期間	2024 Spring
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	Saira Naqvi
授業内容	言語とは何か、そして言語が世界において思考や行動にどのように活用されるかについて考え、言語学の基礎を学ぶ。言語の構造、言語の使用におけるパターンとプロセス、および日常生活において特定の言語のバリエーションを使用することの影響に関する基本的な理解を目指す。
試験・課題等	3回試験がありました。試験には3×5インチのカンニングペーパーの持ち込みが許可されます。課題に関しては、5つのリーディングサマリーが少しだけ面倒ですが、他は基本的に簡単なものばかりです。
感想を自由記入	言語について学ぶことで得た知識(特にコミュニケーションや文化についての学び)が日常で生かすこともできそうで興味深かった。また、英語の発音記号についてよく学ぶことができ、理解を深めたことで英語の発音矯正に役立てることができた。ただ、口の中の器官名や言語学の理論などの専門的な知識は要らないなとも思っていました。

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)
INTRODUCTION TO SOCIOLOGY	
科目設置学部・研究科	College of Sociology
履修期間	2024 Spring
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	Michael Barnes
授業内容	個人に影響を与える個人的な問題と、集団に影響を与える公共的な問題との間のつながりを理解することを目的とする社会学の入門として、社会学の核心的な原理を紹介し、主要な社会学的概念の概要、社会の多様な相互作用、相互関係、およびプロセスについて学ぶ。
試験・課題等	オンラインで中間・期末試験がありました。課題は毎週出されるわけではないのでそんなに重くはないですが、2つ大きな課題がありました。
感想を自由記入	実生活で役立てられるほどの理論は少なかったですが、単純に人間の行動原理を理論として形式的に学ぶのはおもしろかったです。また、教授がとても面白い人でした。ただ、この授業はほとんど他の生徒とのコミュニケーションがないので、退屈に感じるかもしれません。

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)
Teamwork and Group Dynamics	
科目設置学部・研究科	College of Recreation
履修期間	2024 Spring
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	講義と実践のハイブリット(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	Ross Garner
授業内容	グループダイナミクスとチームワークの基礎。体験型グループ問題解決活動を通じて、チームビルディングにおける参加、リーダーシップ、およびファシリテーション技術について学ぶ。
試験・課題等	中間試験は選択式の筆記試験、期末試験はみんなで協力して壁を上りました。課題は毎週10問の小テストと、不定期で出される大きめのレポートでした。
感想を自由記入	私が留学中に受けた授業の中で最も1番コミュニケーションが必要になる授業でした。生徒たちも活発で、実践的な英語をよく使うことができました。

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)
MASS MEDIA AND SOCIETY	
科目設置学部・研究科	College of Journalism
履修期間	2024 Spring
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1回
担当教授	Gary Metzker
授業内容	新聞、雑誌、ラジオ、テレビ、書籍、新メディア、映画などの起源、発展、現代における役割、および広告やパブリックリレーションズなど関連分野(特にアメリカ合衆国におけるもの)について学ぶ。メディアがどのように機能し、メディア従事者がコンテンツの決定を行うかを理解する。
試験・課題等	オンラインで中間・期末テストがありました。課題は毎週授業に関する者が出ますが、とても簡単なものばかりでした。
感想を自由記入	私が留学中に受講した授業の中で1番楽な授業でした。また、個人的に教授は1番ユーモアがあって面白かったです。ただ、この授業はほとんど他の生徒とのコミュニケーションがないので、退屈に感じるかもしれません。

## 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

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。

総合商社

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。

留学中、3月の下旬くらいから就活に着手し始めました。具体的に言うと、その頃は就活サイトへの登録くらいでしたが、それらに登録するだけで情報量が違うので、就活に向かう姿勢ができると思います。特に、コンサルティングやIT、人材などの業界は夏期インターン選考が早いので、留学中にエントリーシートを提出したり、オンラインの面接や適性検査を受ける必要がありました。また、4月にはロサンゼルスキャリアフォーラムが開催され、説明会だけでなく夏期インターンシップや本選考の面接を受けることができます。私はこれに参加して、実際に3つ面接を受け、1つ内定をいただきました。これらを漏れなくこなしたい人は、就活用の証明写真のデータとスーツを持参すべきだと思います。もっと早く始めていれば見逃さずに済んだ企業の選考もあったなと思う一方で、日本に帰ってから他の人よりも就活を進められているという実感はあったので、留学に行くからと言って就活に遅れることは全くないと言えます。何より、高いお金を払って留学に行くので、就活に時間を割きすぎず、暇があったらやるというくらいの気持ちが1番いいと思います。

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	TOEFL に向けての勉強
	8月～9月	TOEFL 取得
	10月～12月	留学先確定
留学開始年	1月～3月	書類作成・提出
	4月～7月	寮や授業の登録・予防接種・ビザ申請
	8月～9月	秋学期開始(留学開始)
	10月～12月	秋学期終了
留学/帰国年	1月～3月	春学期開始
	4月～7月	春学期終了(留学終了)
	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。

私がカリフォルニア州立大学ロングビーチ校(CSULB)を留学先として選んだ理由は、アメリカという多文化社会の中で、異なる価値観やバックグラウンドを持つ人々と生活を共にすることにより、自分の視野を広げ、多様性を受け入れる力を養いたいと考えたからです。実際、CSULBのキャンパスではアジア系やラテン系をはじめとする多様な学生と日常的に交流でき、自分の「当たり前」が通用しない環境で多くの刺激を受けました。

留学生生活を振り返ると、最も重要だったのは「柔軟な姿勢」と「行動力」だと感じています。英語の勉強や書類の準備はもちろん大切ですが、それ以上に現地では予想外のトラブルや文化的ギャップに直面する場面が多くあります。その際に自分の殻に閉じこもらず、積極的に他人に頼ったり、自ら解決策を模索したりすることが、円滑な留学生活につながります。また、交友関係も待っているだけでは広がりません。寮やジム、授業など日常のあらゆる場面がチャンスなので、勇気を出して自分から声をかけることが大切です。

CSULBは教育水準が高く、キャンパスも開放的で治安も良く、留学生へのサポートも充実しています。特に批判的思考やディスカッション中心の授業スタイルは、日本ではあまり経験できない貴重な学びの場でした。これから留学を考える方には、ぜひ「完璧さ」よりも「柔軟さ」を大切にし、未知の環境を楽しむ気持ちで一歩を踏み出してほしいと思います。