

【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	国際日本学部
留学(渡航)した時の学年	2年生
帰国年月日	2025年12月20日
明治大学卒業予定年月	2027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	1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月中旬～12月中旬 2 学期: 3 学期: 4 学期:
学生数	42,335人
創立年	1949年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (\$) (1 現地通貨 = 156 円)	B 日本円	備考
授業料	0	0 円	
宿舍費	7600	円	
食費	248	円	外食、スーパーで購入した食品のみ
図書費	200	円	教科書
学用品費	0	0 円	
携帯・インターネット費		34450 円	
現地交通費	400	円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	400	円	
旅費(留学中)	1200	円	
被服費	28	円	
医療費		146000 円	ワクチン
保険費		155,660 円	形態: CSULB+明治
渡航旅費		320000 円	
ビザ申請費		31200 円	
雑費	500	円	
その他		円	
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	\$10576 (=1649856 円)	687,310 円	
総計(A+B) ※円		2337166 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：成田空港 目的地：LAX 経由地：

復路 出発地：LAX 目的地：成田空港 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：ZIPAIR 料金：100,012 円

復路 航空会社：JAL 料金：2223,920 円 ∴合計：323,972 円

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： 航空会社のホームページ)

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： Hillside D) 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：

渡航先の大学からのメールでの案内に従った。

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)

留学生は優先的に寮に入れるようになっており、先着順ではないため、大学の案内に従っていただければ必ずいずれかの寮には入ることができます。ルームメイトを選ぶ際は早めに動き、同時進行でたくさんの人を候補に入れておくことをお勧めします。私は確定前日にドタキャンされてしまい、ルームメイトが分からないまま入寮しました。

備え付けのものはほぼありません。布団や枕、その他必需品も自分で買う必要があります。初日に買いに行くのはきついですが頑張ってください。

私が滞在していた Hillside に住んでいるのはほとんど現地生でした。Hillside は他の寮に比べて教室に近い場所にあるので、早起きが苦手な人におすすめです。

食事の面ではほとんど困ることはありませんでした。寮の食事はおいしいです。ビュッフェ形式で、何を選んでもおいしいです。タイ米ですが、ほぼ毎日ご飯もできます。クッキーの食べ過ぎには注意してください。

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: Student Health 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?

現地に住んでいる友達に教えてもらいました。夜に一人で出歩かないようにしていました。

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。)

寮や学校のwifiは問題なく使えました。パソコンなどに不具合が起きたら学内にあるhorn centerに行けば見てもらえます。

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。)

銀行口座は開設しませんでした。ただ、友達とお金の貸し借りをすると送金ができず、不便でした。日本で作ったクレジットカードの口座に親にお金をあらかじめ振り込んでもらっていました。

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下さい。

基本的にすべてそろいます。薬やスキンケア、メイク道具などは体にあう日本のものを持っていったほうが良いと思います。特に女性は生理用品は日本のもののほうが質が良いです。ここは日差しがとても強いので、現地で売っている日焼け止めはべたべたしているので日本のものを持って行ったほうが良いと思いました。

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。)

渡航前に支払いました。授業が始まったあとにデジタル教科書の販売が始まります。そのプランを購入すれば、自分で書籍を探して買う必要はなくなりますが、任意なので必ず買わなければいけないわけではありません。

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 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 type="checkbox"/> 出発後 <input type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input 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)
Gender, Race, Sex, and the Body		ジェンダー学
科目設置学部・研究科	WGSS	
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(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	Dr. Mariam Youssef	
授業内容	女性のジェンダー、社会的立場、セクシャリティの概要について	
試験・課題等	リーディング課題やミニテストが各週、期末テスト	
感想を自由記入	課題やテストはとても簡単で、教授の英語もとても聞き取りやすいです。授業内容は特段耳に新しいものではありませんでしたが、アメリカの歴史のなかで作られてきたジェンダー観やセクシャリティの歴史について学ぶことができました。	

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)
Meaning in Transit	翻訳学
科目設置学部・研究科	TRST
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(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	Jaclyn Taylor
授業内容	翻訳学の基礎的分野について幅広く学ぶ。
試験・課題等	毎授業に事前に読んでおくりーディング課題、中間試験、期末試験、期末論文、発表
感想を自由記入	一番大変な授業でした。内容も専門用語が多く、特にリーディング課題は膨大な量と専門用語で理解するのに苦労しました。中間、期末試験は比較的易しいです。私は翻訳に興味があったので新しい学びが多く、とても有意義な授業でした。また、翻訳の授業だけあって多言語話せる人が多く、その中でも日本語を第二言語として学んでいる人が多くいたため、課題を手伝ったり、翻訳文の推敲をしてあげたりして、楽しかったです。

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)
Intro to Acting	
科目設置学部・研究科	ACT
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	アクティビティ(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	Josh Breeding
授業内容	演技基礎
試験・課題等	ほとんどなし。期末はグループでショートムービーを作りました。
感想を自由記入	教授が現役の役者なので、毎授業で教授のおもしろい体験談を話してくれます。基本的に演技をするときはグループで行うので友達も作りやすいです。1学期に4回、学生劇を見に行きます。かなり完成度も高く、面白いです。

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)
Critical Thinking and Information Technology Literacy	
科目設置学部・研究科	IS
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(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	Lynn Foster
授業内容	論理的思考、批評について幅広く
試験・課題等	月二回程度の軽い課題、中間試験、期末試験、期末レポート
感想を自由記入	テストは勉強すれば難しく点数が取れます。期末レポートはこれまで学んだ批評方法を生かしてドキュメンタリーを批評し、グループでレポートを書きます。授業の初めに教授に留学生であることを伝えたら特別に毎授業の動画を公開してくれました。様々な批評方法について学びますが、授業がすぐに終わってしまい、若干物足りなかったです。

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:

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。

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。

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	
	8月～9月	
	10月～12月	toefl, 留学申請、面接
留学開始年	1月～3月	オリエンテーション
	4月～7月	ワクチン、ビザ申請、出願、寮申請、履修登録
	8月～9月	渡航
	10月～12月	
留学/帰国年	1月～3月	
	4月～7月	
	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。

私は、いろんな人種やバックグラウンドを持つ人達がいる場所で生活がしてみたかったのでアメリカのカリフォルニア州を留学先を選びました。カリフォルニアには本当に多種多様な人達があります。国境線に近いので、ヒスパニック系の人が多く、アジア人も沢山います。人種だけに限らず、ジェンダー、家柄、宗教などすべてが多種多様です。そのような環境に身を置くことでしか体験できない出来事、学びは多くあります。日本では普通、自分の中では普通、が通用しません。人との関わりの中でそれらを肌で感じることができ、自分の中の閉じられていた扉が開くように、世界が広がった感覚がしました。

先述した通り、カリフォルニアにはたくさんアジア人が住んでいるため、日本人の数も多いです。大学で生活していく中で、同じ日本人留学生や現地在住の日本人と会う機会は少なくありません。英語漬けにしたいからといって避けるのはあまりお勧めしません。その関わりの中にもいろんな出会いがあります。実際に私は現地に在住している日本の方とそのつながりで素敵な仲間たちと出会い、とても仲良くなることができました。毎週ジムに行き遊んだり、車でおいしいご飯屋さんやショッピングモールに連れて行ってもらったり、コンサートに行ったり、皆でロードトリップに行ったりしました。確かに言語がうまく伝わらないもどかしさもあったのですが、最終的には帰りの空港でお見送りしてもらうときに大泣きするほど大切にかけがえのない友達になりました。本当に仲が良い人と巡り合えるかは運もあります。しかし、一つ一つの出会いを大切にしてほしいと思います。

留学中は人と比べて焦ったり、言語の壁や友人関係などで悩むことは多くあると思います。すべてががんばろうと思わずに何とかなる精神で自分のペースで楽しんでほしいです。