

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2025年5月18日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	政治経済学部 経済学科
留学(渡航)した時の学年	3年生
帰国年月日	2025年5月16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
留学先大学	ノーザン州立大学(日本語名) northern state university(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5Final_2024_US_Northern月
留学先大学で在籍した学年	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月中旬～5月上旬 3学期: 4学期:
学生数	
創立年	1889年

留学費用

留学費用項目	A 現地通貨 (ドル) (1 現地通貨 = 155 円)	B 日本円	備考
授業料	0	0 円	
宿舍費	5,374	円	
食費	3,300	円	
図書費	0	0 円	
学用品費	200	円	
携帯・インターネット費	120	円	
現地交通費	0	0 円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	0	0 円	
旅費(留学中)	3,870	円	
被服費	320	円	
医療費	0	0 円	
保険費		100,000 円	形態: 明治大学の海外旅行保険
渡航旅費	2,064	円	
ビザ申請費		82,925 円	
雑費	0	0 円	
その他	0	0 円	
その他	0	0 円	
合計 ※現地通貨 および 円	15,248 (=2,363,440 円)	182,925 円	
総計(A+B) ※円		2,546,365 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 目的地：アバディーン 経由地：サンフランシスコ、ミネアポリス

復路 出発地：アバディーン 目的地：成田 経由地：ロサンゼルス

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：デルタ航空 料金：120,000

復路 航空会社：デルタ空港、zipair 料金：200,000 ∴合計：320,000

航空券購入方法

旅行代理店(店名：エアトリ等)

インターネット(サイト名：デルタ、zipair)

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：great plains east) 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：

留学先からの指示に従った

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)

east の寮が価格、雰囲気の点で留学生に適していると感じた。相部屋の希望は通らないこともある。

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:)

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?

比較的安全な地域だったのでスプレーなどは持ち歩きませんでした。

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。)

大学のWi-Fiは安定しており、快適に使えた。

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。)

クレジットカードを使用した。

6) 現地では調達できない日本から持っていくべき物があれば教えてください。

薬品

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 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 checked="" 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。今後留学をする人々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)
business communication		ビジネスコミュニケーション
科目設置学部・研究科	business	
履修期間	秋学期	
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	対面(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 50 分が 3 回	
担当教授	Lindsey Huber	
授業内容	授業、グループワーク、ディスカッション等	
試験・課題等	毎週小テスト、テスト、プレゼン、課題	
感想を自由記入	ビジネスのコミュニケーションについて理論的に学べて、自分の就職活動に役立つと感じた。	

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)
sociology	社会学
科目設置学部・研究科	
履修期間	秋学期
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	対面(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	Pamela Monaghan
授業内容	グループワーク、映画鑑賞、ディスカッション等
試験・課題等	レポート、ディスカッション、テスト、リフレクションペーパー
感想を自由記入	日本の価値観や常識と異なることが多く、興味深かった。レポート課題が大変だった。

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)
American history 2	アメリカ歴史
科目設置学部・研究科	history
履修期間	秋学期
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	対面(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に50分が3回
担当教授	Ric Dias
授業内容	基本的に授業を聞く
試験・課題等	中間テスト、期末テスト、レポート
感想を自由記入	教授が留学生に親しいため、親身になり授業を行っていた。原爆の話など興味深かった。

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)
drawing	描画
科目設置学部・研究科	art
履修期間	秋学期
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	対面(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に165分が2回
担当教授	Jay
授業内容	授業、描画、鑑賞
試験・課題等	中間課題、期末課題、鑑賞、美術館訪問
感想を自由記入	絵を描くクラスだが、とても忙しかった。興味本位で履修したが、課題が多かった。

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)
composition	構成
科目設置学部・研究科	
履修期間	春学期
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	対面(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	Elizabeth
授業内容	レポートの書き方についての講義、ペアワーク、ディスカッション等
試験・課題等	毎週レポートの課題、資料の調査等
感想を自由記入	レポートの課題が多かった。お題は各自で選択できるため、経済をテーマにしたレポートをかけてよかった。

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)
western civilization	西洋文明
科目設置学部・研究科	history
履修期間	春学期
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	対面(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に50分が3回
担当教授	Art
授業内容	講義
試験・課題等	課題、中間テスト、期末テスト
感想を自由記入	教授の英語がとても速くわかりづらかった。また、課題も独特だった。

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)
introduction to international relations	国際関係入門
科目設置学部・研究科	political science
履修期間	春学期
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	対面(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に50分が3回
担当教授	Schaff
授業内容	講義、ディスカッション、ドキュメンタリー映画
試験・課題等	中間レポート、中間テスト、期末テスト
感想を自由記入	この授業では4冊の教科書を読んで進み且つ内容が難しいため、試験前などは苦勞した。

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)
music appreciation	音楽鑑賞
科目設置学部・研究科	music
履修期間	春学期
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	対面(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に50分が3回
担当教授	Netzer
授業内容	音楽鑑賞、音楽教育、ウクレレの演奏。映画鑑賞
試験・課題等	小テスト、レポート、ウクレレの演奏
感想を自由記入	音楽系の授業に興味を持ってこの授業を選んだが、とても楽しかった。教授が優しいため、ウクレレ初心者でも履修できた。

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

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	英語試験
	10月～12月	
留学開始年	1月～3月	寮やミールプランを決める、予防接種
	4月～7月	ビザ取得、航空券購入、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	帰国
	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、留學生活全般等について、アドバイスを記入してください。

私は留学をする予定はなかったのですが、留学に行った先輩方や先生の話聞いて留学に興味を持ちました。実際に留学を決めたのが遅かったので英語力をつけるのが大変でした。留学の決断は早い方がいいと多くの方が言いますが、その通りです。留学中にもっと英語力をつけておくべきだったと思うことが何度もありました。もちろん、親との相談があると思いますが、費用などの問題は奨学金などたくさん調べていくと安心できると思います。また、留学するならばなるべく長期の方がいいと感じました。

この留学が私にとって初めての海外だったので、わからないことが多かったです。情報収集は先輩方や友達、明治大学のホームページ等からで、細かくリサーチしていました。例えば、必須の持ち物、現地の気候、過ごし方、どんなプランがベストなのか等を聞き、それを基に自分に合ったものを持っていくように準備しました。

サウスダコタ州は夏はとて暑く、冬は-30度まで寒くなります。コート等は現地でも買えますが、日本で購入して持ってきてもいいと思います。実際に私は冬用ブーツを現地で買いました。私が住んでいた寮は空調が管理されていたので特に困ることはありませんでした。ただ、夏はアメリカ人の体温に合わせてあるため、冷房が効きすぎていることがあり、それをスタッフに伝えたら少し温度を上げてくれました。キャンパス内に寮があり、安全です。

アメリカは車社会なので、買い物に行く時などは車を持っている友達に助けてもらうことが多かったです。他の留学生の子はuberやliftを使っていました。ホストファミリーがいる場合は車に乗せてもらえることもできます。歩いて20分のところにスーパーがあったので緊急の場合はそこに歩いて行っていました。

授業は比較的小規模ですが、教授たちは留学生に親身になってくれます。アシスタントなどもいるので安心して留学生を送ることができると思います。

私が持って行った中でよかったものはスーツケースの重さを測るスケールと小さい炊飯器です。炊飯器に関してはお米をWalmartで買ってすぐに炊くことができたので比較的日本食が恋しくありませんでした。また、薬品は必須で、化粧品なども持っていくと良いと思います。

一番大変だったことはルームメイトと共同生活したこと。私のルームメイトは秋学期、春学期どちらも中国人でそれぞれ別人でした。同じアジア人でも価値観が違うことが多く、困ることが多かった。ルームメイトが合わなかった場合、学期の始めの方までは変更できる期間が設けられているので利用したい人は把握しとくのがいいと思います。

春学期にバスケットボールとバレーボールのリーグが開催され、留学生も参加できます。実際にバスケットボールのリーグに参加し、楽しかった反面緊張もしました。

私の視点ではこの地域の人々は内向的な人が多いと感じました。授業中ペアワークを行うときに目を合わせず、ほとんど話さない人もいたこともあります。以前の私のアメリカ人のイメージとは反対のイメージだったので意外にも面白い発見でした。全員が内向的ではないですが、私は現地人と仲良くするのが難しかったです。

しかし、総じて穏やかな地域で一学年間留学できてとても充実した時間を過ごせたと思っています。留学先で様々な分野の授業を取りたいと思って履修できたのでとても楽しかったです。ただ、春学期は授業数が少ないので一年間留学する人は気を付けて履修計画をするといいと思います。アシスタントの人も親切な方が多いので相談してみてもいいと思います。アメリカ人だけでなく、他の国から来た留学生とも仲良くなれました。たくさんの思い出が詰まった素敵な留学生を送って、これを糧に自分をさらに磨いていこうと思っています。