

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026年6月10日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	商学部・商学科
留学(渡航)した時の学年	2年生
帰国年月日	2026年5月15日
明治大学卒業予定年月	2028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	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～2026年5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 checked="" 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: 商学部 現地言語での名称: Marketing <input 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月上旬～5月上旬 3 学期: ~ 4 学期: ~
学生数	3000～3600人
創立年	1901年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (US ドル) (1 現地通貨 = 155 円)	B 日本円	備考
授業料	0	0 円	交換留学のため
宿舍費	\$5,656	円	支払いは学期ごと。
食費	\$3,000	円	各学期初めに約\$1,400 の食費を前払い
図書費	\$200~300	円	取る授業により変動。基本的に電子上の教科書。
学用品費	\$6	円	US History1,2,のテストの際に購入したテスト用のノートブック。
携帯・インターネット費		36,000 円	Softbank だったためアメリカ放題というプランがあり、特に新しく手続きなどすることはなかった。料金は日本にいるときと同額を月々支払い。
現地交通費	\$0	円	学校内の寮で生活(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	\$0	円	大学のイベントでミュージアムやコンサートなどがたくさんある。基本すべて無料のため、鑑賞をおすすめしたい。
旅費(留学中)	\$3,500	円	長期休暇は、寮に泊まる場合結構お金がかかるので旅行に行くほうが金銭的にも経験的にもいいと思う。旅行するほうが少しお金はかかるはずだが、寮で何もせずにお金が消えるより有意義になると思う。
被服費	\$450	円	古着屋はコスパがかなりいい。
医療費	\$0	円	特に病気やけがなし。
保険費		95,260 円	形態: 明治大学の交換留学生必須加入の保険のみ。
渡航旅費		420,000 円	片道ずつ取るなら早めに取りないと高くなる。
ビザ申請費		82,925 円	
雑費		0 円	
その他	\$245	円	TOEFL 受験費
その他		0 円	
合計 ※現地通貨 および 円	13,057 (=2,023,835 円)	634,185 円	
総計(A+B) ※円		2,658,020 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：東京 成田空港 目的地：Aberdeen Regional Airport 経由地：サンフランシスコ国際空港、ミネアポリス セイント・ポール国際空港

復路 出発地：Aberdeen Regional Airport 目的地：東京 羽田空港 経由地：ミネアポリス セイント・ポール国際空港、シカゴ・オヘア国際空港

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, サンカントリー航空、デルタ航空 料金：170,000 円

復路 航空会社：デルタ航空、アメリカンエアライン 料金：250,000 円 ∴合計：420,000 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：Skyscanner, Booking.com)

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 人部屋)

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：

学校からの案内

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)

1 つの部屋に 2 人暮らしで、仕切りといったものも特にないのでプライベートは少ない。その分、交流の機会はとて多いので語学力向上やコミュニケーションの機会としてはとてもよかった。プライベートの確保について特別気にしないならおすすめ。1 階の共有キッチンはいろいろな人が利用するため、いい交流の場になっていた。また、1 階にコンビニや自販機もあるので便利。

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?

基本的に知り合った現地の人々から情報を収集した。気を付けていたことは、貴重品は常に携帯すること、変に感じたところは避けること。また大使館からのメールで情報を知ることができた。

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。)

寮では基本的に電波が悪かった。ただ、全く使えないということは無かったため問題はなかった。旅行先や、街中では問題なくスムーズに使えた。

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。)

秋学期はカード決済を主に使い、ネット上で日本の口座を使っていた。現金は最小限日本で換金し、持っていった。春学期からはアルバイトを始めたため、現地の口座を開設し日本の口座と併用していた。海外送金は1度もしなかった。

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。

薬は必要なものを日本から持ってきたほうが良い。また眼鏡もなくなったり壊したりしても、合うのが見つからないので予備を含めて持参するのがベスト。

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 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 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)
Marketing for E-Commerce		e-コマースにおけるマーケティング学
科目設置学部・研究科	Business Administration	
履修期間	4 か月	
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・ディベート(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	Dr. Amanda Garrison	
授業内容	オンライン上におけるマーケティングについて、広告の活用や消費者心理の内容など	
試験・課題等	オンライン上での定期試験 4 回・毎週のオンラインテスト・学期末のウェブ制作&発表・オンラインの資格取得	
感想を自由記入	正直な感想としてはかなり難しかった。週 3 回の授業のうち 1 回はディベートの時間で正規の学生と話せる機会が多い授業である。また学期末の制作課題はかなり重いが、制作・発表を通して英語面など成長が感じられた。	

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)
Principles of Macroeconomics	マクロ経済学
科目設置学部・研究科	Economics
履修期間	4 か月
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. K. H. Lee
授業内容	世界経済を学問対象とした経済学
試験・課題等	中間試験 2 回・期末試験・提出課題隔週 1 回
感想を自由記入	授業内容は難しくない。授業に出て勉強すれば、かなり高得点を取れる授業。明治にもある単位で授業内容はほぼ一緒だと思う。明治よりも単位がとりやすいのでおすすめ。

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)
United States History I	アメリカ史 1
科目設置学部・研究科	History
履修期間	4 か月
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 50 分が 3 回
担当教授	Dr. Ric Dias
授業内容	植民地時代から南北戦争までの歴史
試験・課題等	課題は特になし、中間試験 2 回・期末試験
感想を自由記入	担当教授がとても面白く人気だった授業。ホストファミリープログラムにも参加している教授だったので仲良くなれた。歴史を楽しく深く物事の根本から学ぶことができたのでとても有意義だった。この教授は残念ながら 2026 Spring で定年退職。

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)
Structured Sys Analysis/Design	システム分析・デザイン学
科目設置学部・研究科	Management Information System
履修期間	4 か月
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 50 分が 3 回
担当教授	Scott Peterson
授業内容	企業の目標達成のため等のシステムデザインや統制・マネジメントの講義。
試験・課題等	週 1 回の復習課題(オンライン)。授業内容を課題の中で実践。中間・期末試験各 1 回。
感想を自由記入	かなり難しい授業だった。オンラインで受講している生徒もいたため、対面で受講する生徒は少なかった。少数だったため教授と各生徒が交流しやすく、相談や質問がしやすかった。しっかり課題をすれば単位は貰える。

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)
Personal Finance	個人金融学
科目設置学部・研究科	Business Administration
履修期間	4 か月
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・練習問題での実践(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 VanLaecken
授業内容	税金や金利・株など個人にまつわる金融。
試験・課題等	週 1 回の授業内アクティビティと週 1 回のオンライン課題。
感想を自由記入	難易度としては普通。教授は優しく質問がしやすい。日本では学びにくいアメリカの税制や金利・株・保険・医療費など、家庭・個人にまつわる金融が学べてとてもタメになる。日本との共通点・相違点がみえて学びが広がった。

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)
Principles of Accounting I	会計学 1
科目設置学部・研究科	Accounting
履修期間	4 か月
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・練習問題での実践(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	Candi Olson
授業内容	アメリカ合衆国の規定に基づいた会計記録について。
試験・課題等	週 1 回の授業内アクティビティ、週 1 回のオンラインクイズ・課題、中間試験 3 回(オンライン)、期末試験(オンライン)
感想を自由記入	個人的に一番楽しく受講した授業。日本の会計学(簿記)とのつながりが多く、アメリカと日本での会計記録の共通点・相違点を学ぶことができた。数字を主に扱う授業なので数学用語の英語呼称を知ることができたり等広く学びを得ることができた。

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)
Principles of Microeconomics	ミクロ経済学
科目設置学部・研究科	Economics
履修期間	4 か月
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. K. H. Lee
授業内容	各世帯経済を学問対象とした経済学
試験・課題等	中間試験 2 回・期末試験・提出課題隔週 1 回
感想を自由記入	授業内容は難しくない。授業に出て勉強すれば、かなり高得点を取れる授業。明治にもある単位で授業内容はほぼ一緒だと思う。明治よりも単位がとりやすいのでおすすめ。

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)
United States History II	アメリカ史 2
科目設置学部・研究科	History
履修期間	4 か月
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 50 分が 3 回
担当教授	Dr. Ric Dias
授業内容	南北戦争後から現代までの歴史。
試験・課題等	課題は特になし、中間試験 2 回・期末試験
感想を自由記入	担当教授がとても面白く人気だった授業。ホストファミリープログラムにも参加している教授だったので仲良くなれた。歴史を楽しく深く物事の根本から学ぶことができたのでとても有意義だった。この教授は残念ながら 2026 Spring で定年退職。

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:

2) 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	入学→情報収集開始
	8月～9月	語学勉強
	10月～12月	TOEFL 受験、交換留学出願、選考
留学開始年	1月～3月	留学決定、情報収集
	4月～7月	ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、保険加入、留学先大学の手続き
	8月～9月	滞在先の確保、履修登録、授業開始
	10月～12月	授業、中間試験(10～11月に全授業合わせて8回ほど)、期末試験(12月)
留学/帰国年	1月～3月	冬休み(12月末～1月中旬)、履修登録、授業開始、春休み
	4月～7月	中間試験(3～4月に全授業合わせて8回ほど)、期末試験(5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、留学生活全般等について、アドバイスを記入してください。

留学という経験がもたらす収穫は、想像以上に大きなものです。生まれ育った日本を離れ、他文化に深く触れることで、それまで認識していなかった自分自身の感性や、人生で大切にしたいライフスタイルに気づくことができます。視野が格段に広がるこの経験は、将来の進路選択や就職活動においても、強力な軸となって自分を支えてくれます。実りある留学にするために、まず大切なのは「英語に浸る環境づくり」です。渡航前から、一日最低 10 分でも「考えていることを英語で口に出す」習慣をつけてみてください。文法の間違いを気にせずアウトプットを繰り返すことで、日本語を介さず英語が先に出てくる脳へと変わっていきます。映画を観る際も字幕なしに挑戦するなど、リスニングとスピーキングに特化した準備をしておく、現地での伸び幅が格段に大きくなります。現地での講義や週に 10 時間ほど費やす課題も、意地でも日本語に翻訳せず、英語のまま理解して突き進むことが英語力を高めるコツです。

そして、留学生活の醍醐味は「人との積極的な交流」にあります。大学のイベントや授業のディベート、アルバイトなどの機会をフルに活かし、現地学生や世界中から集まる留学生のコミュニティに飛び込んでみてください。もし授業や慣れない環境で困難な壁に直面したとしても、恐れずに周囲の仲間に頼り、教えてもらいながら乗り越えることで、確かな分析力・適応力と深い絆が手に入ります。

初めは本当に成長できるか不安に思うかもしれませんが、現地のアメリカ文化に深く根ざした環境で過ごす毎日、絶対に人生の大きな糧になります。しっかりとした学びと変化を得るためにも、一学年間以上の留学を強くお勧めします。不安を恐れず、自信を持って突き進んでください。