

## 【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2024年12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	文学部文学科英米文学専攻
留学(渡航)した時の学年	2年生
帰国年月日	2024年12月24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	2024年8月～2024年12月
留学先大学で在籍した学年	特になし年生
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: 8～12 2 学期: 1～5 3 学期: ~ 4 学期: ~
学生数	約 3000 人
創立年	1901 年

留学費用			
留学費用項目	現地通貨 (ドル)	日本円	備考
授業料	0	0 円	交換型のため
宿舍費	2687	403050 円	GPE 2 人部屋
食費	2268	340200 円	ミールプラン「unlimited」
図書費	148	22200 円	教科書代
学用品費	0	0 円	
携帯・インターネット費	270	40500 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	
被服費	10	1500 円	マーチングバンドの靴
医療費	0	0 円	
保険費	312	46760 円	形態: 明治大学指定の保険。明治で入っていたので、ノーザン指定の保険は入らなくてよかったです。
渡航旅費	2515	377284 円	
ビザ申請費	558	83700 円	申請費 535 \$ + 郵送費 3410 円
雑費	500	75000 円	日用品、食費、割り勘など
その他	250	37500 円	ラッシュモア山への旅費
その他		円	
合計	9518	1427694 円	1 \$ = 150 円で計算

## 渡航関連

### 渡航経路

往路 出発地:羽田 目的地:Aberdeen 経由地:Atlanta, Minneapolis

復路 出発地:Aberdeen 目的地:羽田 経由地:Minneapolis, JFK

### 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:Delta 料金:144910 円

復路 航空会社:Delta、JAL 料金:ABR から JFK→55510 円、 JFK から HND→176864 円 ∴

合計:377284 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:Expedia)

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:GPE)     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:

留学前の 5, 6 月くらいに、寮に関するアンケートがノーザンの方から届きます。どの寮に住みたいか、ルームメイトの希望があるか等を答えます。6 月後半ごろに、ルームメイトの情報とメールアドレスがメールで知らされます。

## 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)

私の住んでいた寮は GPE という寮です。最初は、日本人の子とルームメイトだったのですが、もともと英語力を伸ばすために日本人以外と住みたいと思っていたため、9 月最初の週にある希望者のみのルームチェンジ期間に、ルームチェンジをして現地の友達とルームメイトになりました。

GPE にはたくさんの留学生が住んでいて(他のどこの寮よりも多いと思います)、廊下に出れば誰かしら友達が共有スペースにいたので、お話ししたり一緒に課題をしたり、ボードゲームや Wii で一緒に遊んだりして過ごしていました。

ノーザンの寮の中で GPE と GPW が一番新しく、この 2 つの違いは、トイレやお風呂がフロア共用なのか、各部屋についているかです。GPE はフロア共用なので、その分寮費も安いです。各フロアに十分すぎるくらいのバスルームがあるので、お風呂に入りたいのにすべて埋まっている! というような状況になったことはありません。また、水回りの掃除やトイレトーパーの補充も自分でしなくていいので楽です。

また、各フロアに電子レンジとシンク、1 階にはコンロ付きのキッチンがあるので、たまに留学生同士でそれぞれの国の料理を作ってふるまうという事をしていました。

GPE の 1 階には C ストアというコンビニのようなお店があります。他の寮に住んでいるとわざわざ GPE まで来ないといけません、GPE に住んでいると外に出ずにその店に行けるため、とても便利でした。飲み物やお菓子、カップ麺、石鹸などが買えます。



## 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: Avera St.Luke's Hospital)

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?

アバディーンはとても平和な地域なので、特に危険な目にあったことはありません。しかし一応アメリカなので、スマホと財布は絶対に置きっぱなしにしないという事は心がけていました。アバディーン内で何かあった時は、大学からメールでお知らせが来ます。

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。)

大学内は基本どこでもWi-Fiがしっかりと繋がります。しかし、私の部屋だけあるときからとてもWi-Fiのつながりが悪くなってしまい、5Gも弱かったので、Wi-Fiを使いたいときは廊下の共有スペースで過ごしていました。他の友達の部屋は普通にWi-Fiが繋がっていたそうです。アバディーンを中心の方は、5Gもよく繋がります。

また、アメリカの電話番号は持っておいた方が良いと思います。私は、病院を受診した際の検査結果の通知や、寮のCAへの連絡等、何度も使う機会がありました。

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。)

ソニー銀行で外貨預金を開設しました。そこにまとまった日本円を入れて、少しずつドルに換えてデビットカードで使っていました。現金は400\$持っていました。現金が足りなくなったらWalmart等でキャッシュバックをすれば現金が手に入るのでそこまで気にしなくていいと思いました。

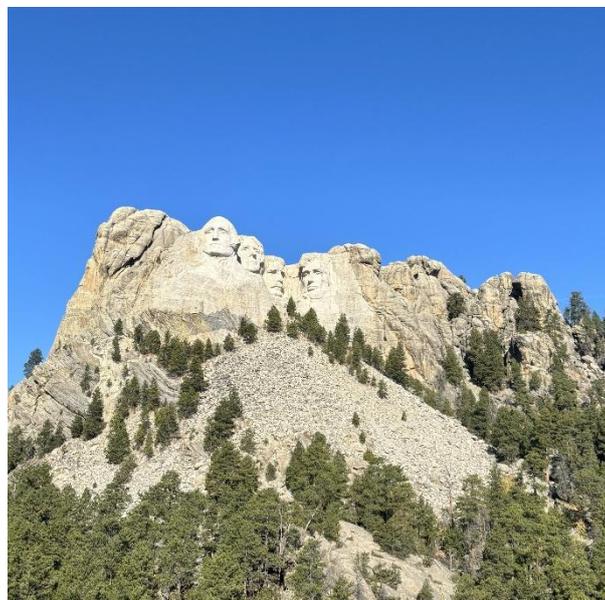
6) 現地では調達できない日本から持っていきべき物があれば教えてください。

解熱剤や鎮痛剤、体温計は持っていくことをお勧めします。それ以外は基本的に何でもWalmartで買えました(日本メーカーのカップ麺やサトウのご飯のようなものも買えます)。

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。)

交換型なので支払っていません。寮費等は、オーメイジのような専用サイトから支払いました。



## 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。
13 単位	<input type="checkbox"/> 単位 <input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由: )
<b>2) 履修登録の時期・方法及び履修制限</b>	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> その他(oh-meiji のようなサイトがあり、履修調整期間内であればそこから自分で追加変更できました。)	
<input checked="" type="checkbox"/> 履修の制限があった: 前提科目がある授業がいくつかありました。私は前提科目に相当する授業を明治で取っていたので、明治大学の成績表を担当の方に見せて、履修制限を解除してもらいました。	
<b>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。</b>	
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 1	英作文 1
科目設置学部・研究科	ENGL
履修期間	2024 秋
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	Dr. Elizabeth Haller
授業内容	英語論文の書き方を基礎から学びます。
試験・課題等	毎週の小さな課題、ペーパーが学期中に 3 回
感想を自由記入	Composition という名前の授業は様々な教授が担当していて、教授によって進め方や課題の量が違います。私がとっていた教授は、毎週課題がありましたが、そこまで大変なものではなかったです。一学期間に合計 3 つのペーパー(4~7 ページ)を書きました。最初の 2 つは、先行論文の分析系、最後の一つは自分で選んだ 2 つの広告の比較と分析を行うものでした。毎週の課題は教科書の質問に対して答えていくもので、それらの課題で答えた回答をまとめて、ペーパーにするというのが学期中の授業の流れです。英語での論文の書き方が身につく、クラス内ディスカッション等も数回しかなく、教授もとても優しい方だったので、そこまで身構えずに受けることのできた授業でした。

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)
United States History 2	アメリカの歴史 2
科目設置学部・研究科	HIST
履修期間	2024 秋
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	Dr. Dias
授業内容	南北戦争のあたりから冷戦あたりまでのアメリカの歴史
試験・課題等	中間テスト、期末ペーパー、期末テスト
感想を自由記入	この教授は、留学生に対してとても優しいです。多くの留学生がこの授業を受講していました。板書の文字はとても読みにくいですが、板書内容がすべて書いてある Word のノートを配布してくれたり、期末ペーパーも留学生用に現地の生徒とは違う軽めものを課されました。試験は、論述です。事前に対策プリントがもらえるので、ちゃんと勉強すれば大丈夫でした。また、この教授は家に留学生たちを招き、インターナショナルパーティーやハロウィンパーティーをしてくれます。留学生同士の仲も深まり、とっても楽しかったです！しかし、家のキャバの関係でこの教授の授業を取っている人しか参加できないので、歴史に特に興味がなくてもとりあえず履修することを強く勧めます！

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)
Introduction to Sociology	社会学入門
科目設置学部・研究科	SOC
履修期間	2024 秋
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	Dr. G
授業内容	社会学の基礎的知識を広く浅く学びます。
試験・課題等	2 週に 1 回ほどの課題、中間テスト、期末テスト(どちらもオンライン)
感想を自由記入	この教授は話すスピードが速め(自分でも認めていました)ですが、とてもクリアな英語を話すので慣れればむしろ一番聞き取りやすかったです。課題は、2 週に一回ほど、オンライン上で指定された題材に対して自分の意見を投稿するもの、動画を見て授業で学んだことと関連付けて自分の意見をまとめるもの、教科書を読んでペーパーにまとめるもの等です。すべて社会学に関連しているので、取り組みやすいものが多かったです。聞き取れなかったことは、授業後に聞きに行けば丁寧に教えてくださりました。基本的に講義形式の授業でしたが、ドキュメンタリーをみたり、意見を交換する時間があったりもしました。留学生も多かったです。

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)
Educational Psychology	教育心理学
科目設置学部・研究科	EPSY
履修期間	2024 秋
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	ハイフレックス(対面でもオンラインでもOK)(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.Wu
授業内容	教育に関する心理学や指導方法を学びます。
試験・課題等	毎週教科書を読んでノートにまとめる課題、期末プレゼンテーション
感想を自由記入	この授業は、300 番台で一番大変でしたが一番好きな授業でした。この教授は台湾出身で英語が第一言語ではないので、訛りが強めで最初は大変ですが、慣れれば大丈夫です。むしろ、第二言語でコミュニケーションをとることの大変さをとても理解してくださるので、発言などを安心して出来ました。毎回お茶とお菓子を用意してくれます。この授業は、毎週 30 ページほど教科書を読みノートを取って予習をし、授業中は講義よりもグループディスカッション中心です。最初はアメリカ人だけのグループディスカッションに全くついていけず、ただ微笑むしかなく正直しんどかったですが、徐々に何を言っているか分かるようになりました。また、勇気を出して自分の意見を言うと皆しっかりと聞いて「とてもいい意見だよ！」と言ってくれる、そんなあたたかい雰囲気の授業で、最後の方には毎回積極的に意見を言えるようになり、自分の成長を一番実感できた授業でもあります。教授がよく授業中に日本やアジアの文化を紹介くださり、私に色々尋ねてくださり、それらを通じて、クラスメイトとの距離を縮めることができた気がします。最初にも書いた通り、正直大変な授業でしたが、教育に興味のある人は取って損はないと思います！



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)
Field Experience	現地実習
科目設置学部・研究科	EPSY
履修期間	10月に2日間
単位数	0
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	教育実習(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に 分が 回
担当教授	
授業内容	近くの学校に、2日間教育実習のようなものをしに行きます。
試験・課題等	2日間の感想、学んだことをまとめたノート提出
感想を自由記入	<p>この授業は、Education Psychology についてくるもので、日本の大学でいう教職課程の一部のような授業だと思います。10月に2日間にわたって行われる教育実習のようなもので、留学生であってもお願いすれば行けました。好きな校種を選べます。私はノーザンの近くの小学校に2日間行きました。教育実習なので、トレーナーとデニムのような服装ではいけないです。なのでこれに参加をしたい人は、オフィスカジュアルと言えるような服を持っていくといいと思います。私はニットカーディガンとロングスカートで参加しました。</p> <p>2日間という短い期間でしたが、とても濃く、いい経験になりました。アメリカの子供たちは皆とてもオープンで、日本の文化や言葉に興味を持ってくれる子も多く、すぐ打ち解けることができました。また、日本とアメリカの教育スタイルの違いも多く実感することができ、興味深かったです。この教育実習は、留学中の特に記憶に残る経験の一つです。単位は来ませんが、特に教育系に興味のある人は履修する価値があると思います。</p>

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)
Marching Band	マーチングバンド
科目設置学部・研究科	MUEN
履修期間	最初の8週間
単位数	1
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	(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に90分が4回
担当教授	Travis Netzer
授業内容	マーチングの練習
試験・課題等	なし
感想を自由記入	<p>留学生は全員、シンバルを担当します。ノーザンで行われるフットボールの応援として演奏したり、地域のイベントに参加したりします。今年は、2日間にわたってサウスダコタの色々な都市に出向いて演奏を披露するという事もしました。週に4回も練習があり、大変だと感じることもありましたが、留学生同士でコミュニケーションをとる機会も多く、楽しい授業でした。</p>

## 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:留学中の就職活動へ向けた準備、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、滞在先の確保、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を受験(10月)。留学先の決定(12月)。
留学開始年	1月～3月	
	4月～7月	入学許可証が届く(5月後半)。ビザの取得。
	8月～9月	8月半ば出国
	10月～12月	12月後半帰国
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、留学生生活全般等について、アドバイスを記入してください。

まず、この留学報告書の最後のこの欄まで見ているという事は、この大学への留学が決定した、もしくは留学を考えているという事だと思います。そして、留学を迷っているのなら、是非行って最高の体験をしてきてほしいです。留学に行かない後悔はあり得ますが、行って後悔することは絶対にはありません。

私の中で、4年で卒業すること、教員免許を取得することは絶対に譲れない条件でした。なのでそれがほぼ確実に、私が受けた自治体の教員採用試験にも余裕を持って臨める、1学期間の留学を選択しました。そして留学前に、学部も教職も取れる単位を取れるだけ取り切りました。帰国後も多くの授業を取ることや、2年秋必修を取りに行く和泉返しが決定してますが(笑)、4年で卒業できそうですしバイトやサークルとの両立もできそうです。この半年の留学を通して、帰国後の心配なんてかき消されてしまうほどの最高の経験が出来たと思います。教職との両立が心配で留学を悩んでいる人は少なくないと思いますが、普段怠け者のこの私が何とかかなりそうなので、悩んでいるのなら是非行動を起こしてみしてほしいです！貴重な経験を得られるだけでなく、自分に大きな自信がつくと思います！

### 【留学前】

入学許可証とi-20が届くのが5月後半と、他の大学に比べて遅めでした。なので、届いたあとすぐにビザの取得に取り掛かりました。MMR ワクチンはアメリカに行くうえで必須なので、もし打っていないものがあつたら早めに打っておくと思います。特におたふくかぜは日本では接種が必須ではないので、打っていなかったら留学が決まった時点で打ってしまった方がいいと思います。ノーザンからの条件にはありませんでしたが、私は髄膜炎のワクチンも打っておきました。

上記のとおり、寮や時間割に関することは基本的に留学前に済ませます。ノーザンは規模の小さい大学で、一人一人にアカデミックアドバイザーがつき、その人と留学前にzoomを通して時間割を仮決定しました。

また、留学1か月ほど前から教科書購入の催促メールが届きますが、いったん無視して大丈夫です。授業変更期間が終わって、授業が完全に決まってから、どの教科書が本当に必要なのか考えてから購入するのが良いと思います。

### 【留学中】

ノーザン州立大学があるアバディーンという町は、サウスダコタ州の中でも特に平和な街です。何もなければ何もありませんが、飲食店は結構あります。その代わりに学内でのイベントが多い印象でした。町に遊ぶ場所が少ないからこそ、留学生だけでなく現地の人も寮にずっといるので、特に同じ階の住人は大体顔を知っているという感じでした。日本人も多いですが、そのおかげでホームシックにならずに済んだし、日本人含めいろいろな国籍の人と良く一緒にいたので、英語力もちゃんと伸びました。本当に小規模な大学なので、授業が同じ子と普通に学内ですれ違い、声をかけてくれたりします。田舎ならではの「人のつながり」を強く感じた半年でした。東京の満員電車や渋谷の乗り換えで感じるようなストレスは全くなく、リスとウサギがたくさんいるキャンパスでの穏やかすぎる日常がとても恋しいです。私のホストファミリーでは隔週でディナーを一緒に食べていました。他の友達のホストファミリーの集まりにも何度かお邪魔しました。それらを通してアメリカの文化を知ることが出来たと感じます。ノーザンのホストファミリー制度は他にはないとてもいいものだと思います。

留学生活後半あたりから、カフェテリアのメニューが劇的に改善しました。スタバのコーヒーとティーなんかも置かれました。アインシュタインというベーグル屋も学内にあります。おいしかったです。

途中経過報告書にも書いたのですが、授業開始の週にコロナにかかってしまいました。留学生担当の方に連絡し、近くの病院に連れて行ってもらいました。日本から持ってきていた解熱剤を飲んで回復を待ちました。教授たちもみな優しく対応していただき、ひたすら不安な1週間でしたが何とか乗り越えました。今となっては笑い話ですし、アメリカの病院のシステムを知れて貴重な経験だったなとさえ思います^-^

今年は暖冬だったらしく、心地の良い秋の気候が11月前半まで続きました。寒い日は日中でも-10~15度と信じられない気温でしたが、建物同士が近く、5分も外を歩かないので意外と耐えられます。

留学序盤に授業料に関して、払う必要のないものが請求されていたという事あったのですが、皆で担当の人への確認を繰り返した結果、訂正されました。少しでも疑問に思う事があつたら、納得するまで聞き続けて下さい！

留学中は、楽しいことはもちろん、たいへんなこともあります。それらすべてが留学の醍醐味だと思うので、すべて楽しむ！くらいの気持ちでいるといいと思います。留学を決意した自分に自信をもって、積極的にいろいろなことをしてみたいです。もちろん不安もあると思いますが、行ってしまえば何かあつてもすべてなるようになります！何とか乗り越えよう！後悔の無いように、素敵な留学生生活を過ごしてほしいなと思います。