

【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 11月 4日
留学先大学/国名	ノーザン州立大学(日本語名) 国名:アメリカ Northern State University(現地言語名)
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:
留学期間	2025年8月～2025年12月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	国際日本学部国際日本学科
学年 ※出発時の本学での学年	3年生
I. 出発前にどのように情報を集め、準備をしましたか。しておいて良かったこと、準備不足だったこと、ぜひ次の学生に準備としてアドバイスしたいことを記述してください。	
留学報告書を読む、留学経験者に話を聞く ある程度のコミュニケーション力を身に着けられるとベストだと思います。	
II-1. 留学のための渡航前手続き(留学ビザ) ※詳細に記入して下さい	
ビザの種類: F-1	申請先: アメリカ大使館
ビザ取得所要日数: 約 3 か月 (申請してから何日 / 何週間要したか)	ビザ取得費用: 約 8 万(SEVIS + ビザ申請料金)
1. ビザ取得のためにどのような書類の提出が求められましたか? また、どのように手配しましたか?	
入学許可書(I-20)、パスポート、SEVIS 費用支払い確認書、DS-160	
2. 具体的な申し込み手順を教えて下さい。	
大学から入学許可書(I-20)を受け取る→SEVIS に登録する→DS-160 のフォームを入力→アメリカ大使館のページから面接予約をする→面接	
3. ビザ取得の際に、留学先国大使館で面接のあった方は、どのような質問を受けましたか?	
留学先の地域、滞在期間、大学の専攻	
4. ビザ取得に関して困った点・注意点	
入学許可書を受け取った時点で面接予約が 8 月半ばまで埋まっていました。トランプ政権の学生ビザの面接予約一時停止等だったので状況は悪かったです。とにかく早く面接予約をするのが最善です。 また、面接後に SNS アカウントを確認される期間があったため、すぐには承認されませんでした。面接から 4 日程度で承認されたので待つしかないと思います。	

II-2. 留学のための渡航前手続き(その他の事前準備について)

その他済ませておくべき準備があればお書き下さい(現地での現金調達準備、携帯電話購入、荷物運送等)。

導入する SIM を確認しておくこと、割り勘などすることがあるのである程度現金を用意すると便利です。私は羽田空港で円をドルに換えてから行きました。

III. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	Delta 航空				
航空券手配方法	Delta 航空公式アプリ、出発 1 か月前ほどになると航空券の値段がかなり下がっていました。 ※利用した旅行社・旅行サイト、格安航空券情報等があれば記入				
大学最寄空港名	アバディーン・リージョナル空港(ABR)	現地到着時刻	21:30		
キャンパスへの移動手段	<input checked="" type="checkbox"/> 大学手配の出迎え	<input type="checkbox"/> 知人の出迎え	<input type="checkbox"/> 公共交通機関 (<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車)	<input type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他 ()
移動の所要時間	10 分				
空港からキャンパスへの移動の際の注意点、タクシー・公共交通機関で移動する際の行き方、料金等 大学の担当者の方が迎えに来てくださるので大丈夫です。					
大学到着日	8 月 25 日 22 時頃				

2. 住居について

到着後すぐに住居入居できましたか?	<input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	いいえを選んだ方: 月	日から入居可能だった。
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮	<input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> その他()	
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋	<input type="checkbox"/> 二人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> その他(3 人部屋)	
ルームメイト	<input checked="" type="checkbox"/> 日本人学生	<input checked="" type="checkbox"/> 他国からの留学生 <input type="checkbox"/> その他()	
住居を探した方法	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋	<input type="checkbox"/> 自分で探した <input type="checkbox"/> その他()	
住居の申込み手順	大学側からメールで案内が来るので、そこから申し込みをしました。		

住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか? プロblemはありましたか?

申し込みから 1 か月程度で住居とルームメイトの案内が決まりました。

3. 留学先でのオリエンテーションについて

オリエンテーションの有無	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
日程	8/21~23
参加必須ですか?	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は?	<input checked="" type="checkbox"/> 無料 <input type="checkbox"/> 有料(金額:)
内容と様子は?	私自身は到着が遅れたため詳しくはわかりません。ほかの方の情報を参照してください。
留学生用特別ガイダンス	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	8 月 26 日から

IV. その他、渡航してから必要な手続きについて

1. 現地で滞在許可等の申請の必要はありますか？ いつ、どこで、方法は？ 日数、料金は？ トラブルは？

寮にて契約書にサインをした。また、外務省にオンラインで在留届を提出しました。

2. その他現地でした手続きは（健康診断、予防接種等）？ いつ、どこで、方法、日数、料金は？ トラブルは？

3. 現地で銀行口座を開設しましたか？ 手続方法、必要書類、日数、料金は？ トラブルは？

4. 現地で携帯電話を購入しましたか？ 手続方法、必要書類、日数、料金は？ トラブルは？

Tello という eSIM を購入しました。日本の電話番号を残したかったため、デュアル SIM です。

V. 履修科目と授業について

1. 履修登録はいつどのような形で行いましたか？

出発前に（8月9日頃）

オンラインで登録 志願書類に記入して登録 できなかった その他（ ）

到着後に（ 月 日頃）

オンラインで登録 国際オフィス等の仲介 できなかった その他（ ）

登録時に留学生として優先されることはありましたか？

あった なかった

優先が「あった」方はどのように優先されましたか？

大学のアドバイザーの方と ZOOM を通して相談しながら登録しました。

2. 出発前に授業を登録した方は、現地で変更・追加できましたか？ また希望通りの授業が取れましたか？

授業が開始してから 1 週間後までは変更ができます。履修できる人数に空きがある場合はすぐに登録できますが、空きがない場合 wait list に登録することができます。また、授業によっては追加でお金がかかる場合があるので要確認です。

VI. 一週間のスケジュール 授業時間、課外活動、勉強時間等、毎日の生活について記入

	月	火	水	木	金	土	日
5: 00	睡眠						
6: 00	睡眠						
7: 00	睡眠						
8: 00	起床	睡眠	起床	睡眠	起床	睡眠	睡眠
9: 00	授業	起床	授業	起床	授業	睡眠	睡眠
10: 00	食事	自由時間	食事	自由時間	食事	起床	起床
11: 00	自由時間	授業	自由時間	授業	自由時間	自由時間	自由時間
12: 00	自由時間	授業	自由時間	授業	自由時間	食事	食事
13: 00	授業	授業	授業	授業	授業	自由時間	自由時間
14: 00	自由時間	食事	自由時間	食事	自由時間	自由時間	自由時間
15: 00	自由時間						
16: 00	勉強、課題						
17: 00	勉強、課題						
18: 00	食事						
19: 00	自由時間						
20: 00	就活						
21: 00	就活						
22: 00	自由時間						
23: 00	自由時間						
24: 00	睡眠						

VII. 現在までの感想

留学先大学、プログラムについて、授業、宿舎、生活全般について等、自由に書いてください。

自然豊かな大学です。かなり田舎な地域ではあるので、公共交通機関はタクシーしかありません。スーパーは歩いて15分程度のところにあります。また、車で10分程度でWalmartというアメリカの大型スーパーに行くことができます。留学開始からしばらくの期間は留学担当の方が連れて行ってくれる機会が何回かあります。それ以降は現地の友人に連れて行ってもらうのがおすすめです。カップヌードルなど日本の製品が少し買えますが、日本のものと味が違うことが多いです。個人的には煎餅やパックご飯などは必須だと思いました。日本から送ってもらったり、専用の通販サイトを使うことができますが、配送料がかなり高いので気を付けてください。「Einstein」という大学内のベーグル屋さんはとてもおいしいです。

気候は過ごしやすい日が多いように感じます。ただ、留学開始からしばらくは夕方ごろからとにかく蚊が大量にいます。虫よけは持ってくるべきでした。10月ごろから肌寒くなってくるので、何か羽織れるものなどあるといいです。あと風が強い日が多いです。最近はかなり寒くなってきたのでダウンやヒートテックが必須です。

コミュニケーション系の授業ではディスカッションやスピーチ、授業内の発言が求められたりと、現地の学生と授業を受けるうえではなかなか大変なことが多いです。ですが、周りの学生や教授も優しいので手助けしてくれます。なのでそんなに心配しなくともよいと思います。

寮には現地の学生や他国からの留学生も多くいます。特に韓国からの留学生が多い印象です。イベントなど関わる機会も多いため、友達は作りやすいと思います。私の住んでいるGPEという寮はシャワー、トイレ、キッチンなど共用スペースが多いですが、設備自体結構きれいなのでかなり良いです。基本2人か3人部屋なので、1人部屋が良い人は別の寮をお勧めします。

また、3年次で留学をし、次年度卒業を予定している方は、ボストンキャリアフォーラムの参加を視野に入れるとよいと思います。留学と並行して就活を進めるのはなかなか大変ですが、その分利点も多いと思います。

