

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026年01月19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
留学(渡航)した時の学年	3年生
帰国年月日	2025年12月24日
明治大学卒業予定年月	2027年03月
留学先大学について	
留学先国	アメリカ
留学先大学	サンフランシスコ州立大学(日本語名) San Francisco 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08月～2025年12月
留学先大学で在籍した学年	3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: マーケティング 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 type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input checked="" type="checkbox"/> その他: 州立
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月下旬～5月下旬 3学期: 8月下旬～12月中旬 4学期: 1月下旬～5月下旬
学生数	約 22000 人
創立年	1899年

留学費用

留学費用項目	A 現地通貨 (ドル) (1 現地通貨 = 157 円)	B 日本円	備考
授業料		555000 円	授業料は明治大学にのみ納付
宿舍費	8875	円	寮費と食費は合算した金額を毎月 15 日までに納付する。 クレジットカード決済の場合、クレジットカード会社による海外決済手数料とは別に、学校の決済システム上、約 4%の追加手数料が発生する。 また、4 か月間の 1 学期間の交換留学であっても、支払いは計 5 回必要となるため、注意が必要である。
食費	2645	円	
図書費	0	円	
学用品費	0	円	
携帯・インターネット費	54	円	3 ヶ月間は Mint Mobile, 残りは US Mobile と Visible の無料プラン利用
現地交通費	35	円	空港から大学までは Uber を利用した。 また、通常は Gator Pass を利用することで、ベイエリアの公共交通機関を無料で利用することができる。 (<input type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	100	円	野球観戦、映画視聴
旅費(留学中)	1000	円	カナダのバンクーバー
被服費	300	円	アウトレットで安価に購入できるポロラルフローレン以外の衣類は、追加で購入していない。
医療費		円	
保険費		50000 円	形態: 明治大学の海外保険
渡航旅費		130000 円	事前に往復で購入すると、安価に購入できる。
ビザ申請費	400	円	韓国でビザを取得したため、日本と価格が違う可能性がある。
雑費	300	円	外食などの学外での支出はほとんど行っていない。
その他		円	
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	13709 (=2151805 円)	735000 円	
総計(A+B) ※円		2886805 円	学外での支出は全体として少なめである。 なお、ロサンゼルスやニューヨークへの旅行費用については、両親からの支援によるものであり、本支出には含まれていない。

※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。



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: 前述のとおり、ルームメイトとの間でトラブルが生じたため、寮の管理担当である RA に相談し、ルームメイト間での話し合いも行ったが、状況に大きな改善は見られなかった。)

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?

情報収集については、友人からの情報やインターネット検索を活用した。

サンフランシスコ市内では、場所を問わずホームレスの人が多く見られるため、外出時には十分な注意が必要である。

特に、Powell 駅周辺のテnderロイン地区については、治安面を考慮し、立ち寄らない方が無難である。

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。)

寮の部屋によって Wi-Fi の接続状況に差があり、私の部屋では接続が不安定な場合があったため、モバイルデータ通信を利用する場面が多かった。

そのため、留学中の通信プランについては、データ容量無制限のプランを選択することを勧めたい。

なお、Mint Mobile については、地下鉄内でデータ通信が利用できない場面が多く見られたため、利便性の面ではあまり推奨できない。

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。)

現地到着後、Chase 銀行にて学生向け口座を開設した。

本口座を選択した理由は、新規口座開設者に対して 125 ドルが付与される特典があり、当該金額については返還の必要がなかったためである。

渡航前に両替して持参した米ドル現金を口座に入金し、デビットカードとして利用した。

また、Apple Pay にも対応しており、日常の支払いにおいて利便性が高かった。

帰国前には口座を解約した。

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。

普段使用しているスキンケア用品や化粧品は、日本から持参することを勧めたい。

現地でも購入は可能であるが、価格は日本の 2 倍以上となる場合が多い。

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。
16 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 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)
ECON 102 - 04 Introduction to Macroeconomic Analysis		マクロ経済学
科目設置学部・研究科	経済学部	
履修期間	16 週	
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	講義式(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	Jia Li	
授業内容	本授業はマクロ経済学の入門科目であり、経済をマクロな視点から分析することを目的とする。需要と供給などの基礎概念から始まり、経済全体の動きを理解するための理論やモデルを学習する。授業ではグラフ分析や基本的な代数を用いた説明が多く、初学者にも配慮した内容となっている。	
試験・課題等	毎週水曜は授業内小テスト、週末には 2-3 個ぐらいの小テストがあった。試験は中間テストと期末テスト 2 回。本人が作成したノートの持ち込み可。	
感想を自由記入	内容は難しくない。しかし、教授の英語スピードが早く、他の授業はオンライン試験であった反面、この授業だけオフラインの試験だった。	

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)
I R 104 - 01 Introduction to International Relations: Politics, Economics, Environment, and People	国際関係学入門
科目設置学部・研究科	国際関係学部
履修期間	16 週
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	講義式(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	Scott Siegel
授業内容	本授業では、現代世界における国際的な力関係や出来事について、記述および分析を行う。開発、ナショナリズム、革命、戦争と平和、気候変動などの現代的課題を取り上げ、国際関係全体の構造やパターンとの関連性を考察する。
試験・課題等	オンラインでの中間テスト、期末テストあり。2 週に一回ぐらいはレポート作成課題がある。2 日間の期間内に書かなければならないので、注意が必要。
感想を自由記入	特に日本からの留学生が多かった授業。自分が積極的であれば授業に参加して発言することが多くなる。

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)
I R 202 - 01 Asian Popular Culture in Global Perspective	グローバル・パースペクティブにおけるアジアの大衆文化
科目設置学部・研究科	国際関係学部
履修期間	16 週
単位数	4
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	講義式・参加式(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 100 分が 1 回
担当教授	See Won Byun
授業内容	本授業は、比較的・国際的な視点からアジアのポピュラーカルチャーを概観する。アジア文化が世界に影響を与えてきた歴史的、分野別、地域別の動向に注目し、その起源、発展要因、および影響について分析する。エンターテインメント、メディア、スポーツなどを事例として取り上げ、中国、日本、韓国のポピュラーカルチャーを中心に、アジア、西洋、非西洋社会への影響について考察する。
試験・課題等	2 回のレポート作成と 1 回のグループ発表がある。
感想を自由記入	担当教員は韓国出身で、留学生への関心が高く、丁寧にサポートしてくれた。履修者は約 15 名と少人数で、そのうち日本や韓国からの留学生が 5 名を占めており、留学生の比率が比較的高いクラスであった。授業内容も身近で理解しやすく、休講が比較的多かったため、全体として負担が少なく履修しやすい授業であった。

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)
MKTG 431 - 06 PRINCIPLES OF MARKETING	マーケティング原理
科目設置学部・研究科	マーケティング学科
履修期間	16 週
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	講義式、参加式 (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	Kyungin Ryu
授業内容	本授業は、マーケティングの基本原則および機能について学ぶ入門科目である。製品(Product)、価格(Price)、流通(Place)、プロモーション(Promotion)から構成されるマーケティング・ミックスを用いて、国内外の市場において組織がターゲット市場のニーズを満たす方法を理解することを目的とする。
試験・課題等	3 回の小テスト、2-3 回のレポート作成、授業内にするグループワークとリアペ
感想を自由記入	担当教員は韓国出身で、英語の話す速度や発音が比較的ゆっくりで明瞭であったため、授業内容を理解しやすかった。内容自体も難解ではなく、実際の企業事例を用いて説明されるため、興味深く学ぶことができた。一方で、留学生の履修者はほとんどおらず、授業中に現地学生とのグループワークへの参加が必須であるため、英語でのコミュニケーションに不安がある場合は負担に感じる可能性がある。

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)
CINE 102 - Introduction to Contemporary Cinema	現代映画入門
科目設置学部・研究科	映画学科
履修期間	16 週
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	オンデマンド(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 180 分が 1 回
担当教授	Rosa Park
授業内容	本授業は、現代映画に関する多様なテーマを幅広く扱う概論科目である。国際映画およびアメリカ映画を中心に、さまざまな作品を取り上げるほか、オルタナティブな映像表現や映画様式についても考察する。映画専攻以外の学生も履修可能である。
試験・課題等	試験はなく、毎週に 3 個の小テストあり。
感想を自由記入	提供される映像を視聴した後、7~8 問の問題からなる課題を 3 セット解く形式の授業であった。映像教材は字幕なしで、英語音声のみで提供された。

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	
	10月～12月	選考及び出願
留学開始年	1月～3月	
	4月～7月	航空券購入、ビザ申請・取得、滞在先確保
	8月～9月	留学開始
	10月～12月	中間試験・期末試験、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、留學生活全般等について、アドバイスを記入してください。

西洋諸国へ留学する学生が最初に直面するのは、文化の違いであると感じる。私自身もこの点に最も驚かされた。多くの学生は寮生活を送ることになるが、西洋の学生は起床時間や就寝時間が比較的早い傾向がある。また、生活上の意見の相違が生じた際に、話し合いによる調整が必ずしも容易ではない場合もある。彼らの中には、ルールを定めたり相互の配慮を求めたりすることを、自身の権利が制限されることだと受け取る人もいる。私自身、寮のルームメイトとの相性が合わず、留學期間中に大きなストレスを感じた経験があるため、事前にこの点には十分注意してほしい。

一方で、日本人や韓国人など、同じ東アジア圏の学生とルームメイトになった友人の多くは、留學生活に満足していた。せっかくの留學で英語力を伸ばし、現地の学生と交流したいという気持ちは理解できるが、同じ文化的背景を共有できる友人の存在も非常に重要である。母語で気軽に会話をしたり、一緒に料理をしたり、外出を楽しんだりすることは、精神的な支えにもなるため、文化的に近い友人と現地の学生の双方と、幅広く交流することを勧めたい。



