

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2024 年 6 月 14 日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	国際日本学部・国際日本学科
留学(渡航)した時の学年	3年生
帰国年月日	2024 年 5 月 25 日
明治大学卒業予定年月	2025 年 9 月
留学先大学について	
留学先国	アメリカ
留学先大学	ネバダ大学リノ校(日本語名) University of Nevada, Reno(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	2023 年 8 月～2024 年 5 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	☐ 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: ☒ 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 ☐ その他:
形態	☐ 国立 ☒ 公立 ☐ 私立 ☐ 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 月下旬～ 5 月上旬 3 学期: ～ 4 学期: ～
学生数	21,000 人
創立年	1874 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		円	交換留学のためなし
宿舍費	8200	1296,000 円	LLC(寮)
食費	4800	750,000 円	Meal Plan Gray 1 年間
図書費	70	10,000 円	教科書代
学用品費		円	
携帯・インターネット費	300	47,000 円	Mint Mobile
現地交通費		円	(☒ 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	1140	180,000 円	International Fee や Technology Fee 等の大学からの請求
被服費	150	24,000 円	現地で購入したもの
医療費		55,000 円	予防接種等
保険費		107,000 円	形態:明治大学の加入必須保険
渡航旅費		400,000 円	往復の費用
ビザ申請費		30,000 円	
雑費	500	80,000 円	日用生活品等
その他		700,000 円	旅費、外食費等
その他		円	
合計	15,160	3,679,000 円	

渡航関連

渡航経路

往路 出発地:羽田 目的地:リノ 経由地:シアトル

復路 出発地:リノ 目的地:羽田 経由地:ハワイ

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:250.000

復路 航空会社:ハワイアン航空 料金:150.000 ∴合計:400.000

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:LLC) ☐ 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)

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:

ネバダ大学の Housing Portal から

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)

LLC は比較的新しく綺麗で、不便さは感じなかった。もしお金に余裕があるならアパートに住んだ方が休みの期間の滞在先に困らないのいいと思う。

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?

ダウントウンの方はホームレスがいて少し治安が悪いが、リノは治安が良く犯罪に巻き込まれたことはなかった。

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。)

特に問題なく全て使えた。

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け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。)

現地で銀行を開け、友人との送金用に使っていた。クレジットカードとデビットカードを持っていき、基本的にはデビットカードに送金してもらって使っていた。

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。

日本の質の良い化粧品等

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	☐ 単位 ☐ 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	
☒ 出発前 ☐ 出発後 ☐ 派遣先大学の事務室 ☒ オンライン ☐ メール ☐ その他() ☐ 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)
English as a second language	第二言語としての英語
科目設置学部・研究科	English
履修期間	2023 Fall
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	講義形式、グループワーク(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	Amy E Metcalf
授業内容	主に留学生向けの授業で、色々なワークを通じて様々なイディオムやネイティブが使う英語を学ぶ授業。
試験・課題等	グループで Podcast を収録したり、プレゼンをしたりなど、座学というよりアクティビティを通じた課題が多かった。試験は簡単なものだった。
感想を自由記入	教授が留学生に寄り添ってくれる方だったので、楽しい雰囲気毎回の授業を行えた。グループワークも多く、ペアが毎回変わるのでクラスメイトみんなと仲良くなれる良い授業だった。ただ日本人が半数以上いたので、日本語を使ってしまうのはあまり良くなかった。

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 for international and multilingual students		留学生と他言語話者のための作文
科目設置学部・研究科	English	
履修期間	2023 Fall	
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	講義形式(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	Mahmoud Abdi Tabari	
授業内容	基本的には数回の大きなエッセイ課題に向けて英語の書き方を学ぶ授業	
試験・課題等	試験はないが、中間と期末に大きなエッセイ課題がある。毎回の課題が多く、難易度も高いため課題を終わらせるのに苦労した。	
感想を自由記入	この授業は英語のエッセイを書き慣れていない人にとっては大変な授業だと思う。学術的なエッセイを短期間で書くことを要求されるため、授業外でこの授業のためにかなり時間を割かなくてはならない。英語のライティングにある程度自信があり、更に能力を伸ばしたい人にはお勧めする。	

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)
Principles of Sociology		社会学入門
科目設置学部・研究科	Sociology	
履修期間	2023 Fall	
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	講義形式(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	Joshua Padilla	
授業内容	文化や制度、人種、階層など様々な側面から社会の構造を学ぶ授業。	
試験・課題等	たまに授業内容に応じた Class Assignment があり、学期末に大きなサーチプロジェクトが 2 つある。試験は計 3 回で難易度は低め。	
感想を自由記入	この教授は喋るのがとても速く内容を理解するのが大変難しかった。しかし、毎授業ごとに授業スライドを載せてくれるのでついていくことができた。試験は易しめだったが、学期末のプロジェクトが非常に大変で毎日遅くまで取り組んでいた。内容は面白いので社会学に興味があればお勧めする。	

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)
Media Design		メディアデザイン
科目設置学部・研究科	Journalism	
履修期間	2023 Fall	
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	ラボ形式(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1週間に160分が1回	
担当教授	Maryam Goil	
授業内容	Adobe Photoshop や Illustrator、InDesign の使い方をプロジェクトに沿って学びながらジャーナリズムの基礎を学習する。	
試験・課題等	毎回のプロジェクトに締め切りがあり、間に合うように授業内外の時間を使って個人で進めていく。中間と期末試験がオンラインである。	
感想を自由記入	この授業はレクチャーでジャーナリズムの基礎を学び、それに関連したプロジェクトに取り組むことで実践を通じた学習ができ非常に面白かった。デザイン系の授業は国際日本学部にはないので非常に良い経験になった。	

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)
Dance Appreciation		ダンス鑑賞
科目設置学部・研究科	Dance	
履修期間	2024 Spring	
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	講義形式(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	Eve Allen Garza	
授業内容	ダンスの歴史や様々な国のダンスを講義形式で学ぶ。学期中に2回ダンスの実践の授業がある。	
試験・課題等	日々の課題はなく、学期中にレポートが一つある。中間と期末試験がオンラインである。	
感想を自由記入	ダンスの授業は日本ではあまりない珍しいものだったので取ってみたが、大人数での講義形式なのもあり授業中眠くなってしまうことが多々あった。難易度が低く課題が少なかったので他の授業の課題に時間を割けたのは良かった。	

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)
Visual Foundations		ビジュアルファンデーション
科目設置学部・研究科	Art	
履修期間	2024 Spring	
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	ラボ形式(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	Samantha Buchanan	
授業内容	プロジェクトが与えられ、それに沿って個人製作を進めていく。	
試験・課題等	ユニットごとにクイズが出される。それ以外試験はなく、プロジェクト課題がメイン。	
感想を自由記入	個人製作ではあったが、グループの人と会話しながらプロジェクトを進められたので楽しかった。授業時間は目安で、自分のプロジェクトの進捗次第で帰ったりリクラスに残ったりできるので柔軟に取り組める。	

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)	
Introduction to international relations		国際関係論入門	
科目設置学部・研究科	Political Science		
履修期間	2024 Spring		
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	講義形式(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	Jeffrey A. Griffin		
授業内容	国際関係論についての基礎を講義とグループ課題を通じて学ぶ。		
試験・課題等	大きなグループ課題が 2 回、中間と期末に自由論述を含む試験がある。		
感想を自由記入	入門とはいったが講義内容はアカデミックなもので、政治学を学んだことがない私には難しい内容だった。グループ課題も難易度が高く、グループメンバーとコミュニケーションを取りながら一つの課題を完成させるのは大変だった。試験は自由論述の難易度が高かった。しかし、日本語で学んだことがない分野を英語で学び、単位を取得できたことは自信につながった。		

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)
Visual Communication		ビジュアルコミュニケーション
科目設置学部・研究科	Journalism	
履修期間	2024 Spring	
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	ラボ形式(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	Zeynap Altinay	
授業内容	Adobe Photoshop と InDesign を使ってプロジェクトを進めていくラボ形式の授業。	
試験・課題等	プロジェクトを個人で進めていき、中間と期末にオンラインで試験がある。	
感想を自由記入	この授業は秋学期に取った Media Design の応用の授業で、基本的に授業で学んだスキルを使ってプロジェクトを個人で進めていく授業で、映画のポスターや Media Kitの作成をし、非常に面白かった。	



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。	
広告、メーカー希望 3 年生で留学したため、半年休学をし、1 年卒業を遅らせて就職活動をする予定。帰国後すぐに夏のインターンが始まるため、同じスケジュールで就活をする人は帰国前から自己分析や企業研究をしておいたほうが良い。	
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	TOFLE 受験
	10 月 ～ 12 月	選考開始、面接、12 月に選考結果発表
留学開始年	1 月 ～ 3 月	留学先への出願
	4 月 ～ 7 月	予防接種、ビザ申請、航空券購入等の準備
	8 月 ～ 9 月	留学開始
	10 月 ～ 12 月	中間試験、期末試験
留学/帰国年	1 月 ～ 3 月	春学期開始
	4 月 ～ 7 月	中間試験、期末試験、帰国
	8 月 ～ 9 月	
	10 月 ～ 12 月	

留学体験記

※ この留学先を選んだ理由、留学生生活全般について、また、これから留学を志す後輩学生へのアドバイス等、自由に記入してください。

ネバダ大学リノ校は日本に興味がある人たちと交流できるクラブがあるという情報と、都会過ぎず田舎過ぎないちょうどいいロケーションという情報から興味を持ちこの大学を選びました。リノは想像していたよりも田舎で、大学付近で遊びに行けるような場所はダウントOWNのカジノとバーくらいしかありませんでした。しかし、その代わりに大学内のパーティー文化が発達していて、毎週末どこかしらでパーティーが開かれていました。パーティーはアメリカの文化を肌で感じる事ができてとても楽しかったです。大学の周りは治安もよく、夏は毎日晴れていたのでのどかで遊びのびのびした雰囲気でした。

留学生生活において大変だったことは、まずはやはり授業で、全くとっていいほど英語ができない状態から現地の学生と同じ授業を取り同じ量の課題をこなすのは辛かったです。試験期間などは毎日深夜まで勉強していましたし、この留学期間は間違いなく大学生のうちで一番課題をやったといえる期間でした。しかし、そのおかげでタイムマネジメント能力がかなり向上したし、勉強と遊び、オンとオフの切り替えがうまくなりました。アメリカの大学生は平日はほとんど勉強し、休日ほとんど遊ぶというメリハリのついた生活を送っていて、私もアメリカで生活しているうちに勉強と遊びの切り替えがうまくなり、自分自身の成長を感じられました。

また、友人関係の構築でも苦労しました。留学してすぐは、日本の友達のように何でも話せて、くだらないことで笑い合っていて、真剣な議論もできる友達を求めてしまい、言語の壁に阻まれて自分の素が出せない、言いたいことが言えないということに大きなストレスを感じました。しかし、そのレベルの友達を作ることは正直言って難しいので、まずはフットワークを軽くして顔見知りを増やし、だんだん友人を増やしていき、その中で頻繁に会う子と仲良くなっていました。とにかく笑顔でいる事、自分からも話や質問をすること、悩みすぎないことが大切だと思います。

実際に留学をしてみて分かったことは、自分次第で留学はどんなものにもなるということです。留学をしたくらいじゃ人は簡単には変わらないし、すべては自分の意識と行動次第です。常に目標や成し遂げたいこと、なりたい自分を意識しながら留学生生活を送ることが大切だと思います。

異国で生活することは本当に心に負担がかかる瞬間も多いと思います。私ができるアドバイスとしては、英語が喋れないということを引け目に感じたり、卑屈になったりしないことです。言語の壁のせいであらゆる事が日本にいるときより格段に難しいですが、今できないことは全て伸びしろだと思って、出来なくて当たり前だと楽に考えることが大事だと思います。助けてくれる人は本当に沢山います。辛くても周りに頼ることを忘れず、少しずつ、頑張ってください。留学を終えたとき、自分が成し遂げてきたことの大きさに驚くはずですよ。大変なことも多かったですが、私は全て乗り越えて帰国した今、留学前よりも自分のことが何倍も好きになりました。

皆さんの留学が充実したものになるよう願っています。