

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026年5月25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	2026年6月12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	サンフランシスコ州立大学(日本語名) 英語(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6月
留学先大学で在籍した学年	2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月下旬～12月中旬 2 学期: 1月下旬～5月中旬 3 学期: 4 学期:
学生数	約 20000 人
創立年	1899 年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (\$) (1 現地通貨 = 約 155 円)	B 日本円	備考
授業料	0	円	
宿舍費	17750	円	
食費	6000	円	内訳: 寮飯\$5290、他\$700
図書費	200	円	
学用品費	100	円	
携帯・インターネット費	385	円	
現地交通費	0	円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	2000	円	
旅費(留学中)	1000	1,000,000 円	
被服費	1200	円	
医療費	0	円	
保険費	1380	100000 円	形態:
渡航旅費		330000 円	
ビザ申請費		60000 円	
雑費	500	円	
その他		円	
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	30515 (=4729825 円)	1490000 円	
総計(A+B) ※円		6219825 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: HND 目的地: SFO 経由地: 復路 出発地: SFO 目的地: HND 経由地:
渡航費用
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> 航空会社: JAL 料金: 330000 円 </div> <div style="width: 50%;"> ① 往復チケットを購入した場合 </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> 往路 航空会社: 復路 航空会社: </div> <div style="width: 50%;"> ② 片道ずつチケットを購入した場合 料金: 料金: ∴合計: </div> </div>
航空券購入方法
<input type="checkbox"/> 旅行代理店(店名:) <input checked="" type="checkbox"/> インターネット(サイト名: JAL 公式サイト) <input type="checkbox"/> 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)
<input checked="" type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前: Village at Centennial Square) <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ
2) 部屋の形態
<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数 3 人)
3) 共有部分
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン(<input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可)
4) 住居を探した方法:
大学の案内に従って申し込んだ
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)
ルームメイト、ハウスメイトの当たりはずれが激しい。一人の時間が必要な人は絶対にシングルルームをお勧めするが、ダブルルームでルームメイトがいる人の方が同居人と仲良くなっていた印象です。私はシングルで同居人とは全く仲良くなかったです。自分以外アメリカ人で、においやバスルームの使い方などいろいろ合わないことが多く大変だったがシングルルームだったおかげで何とか 1 年過ごせたと思います。

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: _____)

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?

夜中は基本的に出歩かない。夜遊ぶときや、初めて行く場所はアメリカ人の友達に危ない地域かどうか聞いたり一緒に行ったりしていた。男の人がいるとより安心。特に犯罪には巻き込まれなかった。

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。)

特に問題はなかった。

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。)

就発前にus bankの口座を開設して日本から送金してもらった。現地ではus bankのデビットカードを基本的に使用していたが、念のため日本からもクレジットカードを持参した。

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。

コスメ、スキンケア用品、日本食

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 checked="" type="checkbox"/> 30 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 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)
ENG104-Writing First Year Stretch I		初年次ライティング(前期)
科目設置学部・研究科	English	
履修期間	2025 年 8 月から 2025 年 12 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	チュートリアル(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	Kat DeGuzman	
授業内容	読解、作文、ディスカッションを通じて、アカデミックライティングや批判的思考などの基礎的な学習スキルを養う初年次科目。	
試験・課題等	In class writing, 2 writing conferences, エッセイ課題二個	
感想を自由記入	この授業のおかげで英語のエッセイを前よりも早く書けるようになった。アメリカ人の学生と英語で英語の授業を受けたのはいい刺激だったと思う。	

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)
MKTG431-Principles of Marketing	マーケティング基礎
科目設置学部・研究科	Marketing
履修期間	2025年8月から2025年12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	Mahmood Hussain
授業内容	製品、価格、流通、プロモーションを中心に、国内外市場におけるマーケティングの基本原則と機能について学ぶ授業。
試験・課題等	3 Group assignments, 1 individual assignment, 4 exams, 期末テスト
感想を自由記入	マーケティングの基本知識はもうすでにあっただが、授業に出てくる具体例がアメリカの製品などで興味深いと思った。

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)
PHIL101-Introduction to Philosophy	哲学入門
科目設置学部・研究科	Philosophy
履修期間	2025年8月から2025年12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	Kimbrough Moore
授業内容	人生の意味や道徳、自己などの基本的な哲学の問題について考え、議論する授業
試験・課題等	定期試験3回
感想を自由記入	哲学はあまり好きではなかったが、教授の話が自分の生活と結びつくものが多く、哲学に親近感が湧くと同時に興味を持つことができた。周りの人とディスカッションする機会が多かったこともよかった。

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)
IR104-Introduction to World Affairs	国際情勢入門
科目設置学部・研究科	International Relations
履修期間	2025年8月から2025年12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	Scott N. Siegel
授業内容	国際関係における戦争、経済、地球規模の問題(気候変動や人権)について学ぶ授業。
試験・課題等	中間テスト、期末テスト、Current Event(特定のテーマについて調べて自分の意見を述べる essay)が7回
感想を自由記入	もともとアメリカの政治事情や戦争問題について詳しくない上に、国際情勢について英語で学ぶ必要があったため、留学先で履修した授業の中で一番難しかったと感じる。

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)
ENG210- Oral Communication (Multilingual)	オーラルコミュニケーション(多言語話者)
科目設置学部・研究科	English
履修期間	2026年1月から2026年5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	チュートリアル(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	Priyanvada Abeywickrama
授業内容	調査、資料収集、構成を基にした口頭発表の技法を学び、発音や表現力を含む口頭コミュニケーション能力を養う多言語話者向けの科目
試験・課題等	毎授業課題が一つずつ、スピーチ3回、面談
感想を自由記入	自分を含め、英語が第一言語ではない人がほとんどだったため、スピーチやそれ以外の発表課題も他の授業と比べて少ないプレッシャーで取り組むことができた。授業内のグループワークも多く、楽しく英語でスピーチをする練習ができたと感じる。

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)
MKTG434- Advertising Theory and Practice	広告理論と実践
科目設置学部・研究科	Marketing
履修期間	2026年1月から2026年5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	Gulnur Tumbat
授業内容	広告・メディアコミュニケーション分野において、市場分析や消費者行動の理解を基に、ターゲット設定、ブランド戦略、広告計画の立案・実践を学ぶ科目。
試験・課題等	小テスト14回、授業のリフレクション14回、期末プロジェクト
感想を自由記入	期末プロジェクトでは自ら改善余地があると考えられる広告と企業を取り上げて授業で学んだ理論を基に改善案を提示するという実践的な課題を行った。理論を学ぶだけにとどまらず、理論の活用方法まで学ぶことができたと思う。

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)
CINE102- Introduction to Contemporary Cinema	現代映画入門
科目設置学部・研究科	Cinema
履修期間	2026年1月から2026年5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	オンライン講義形式(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に150分が1回
担当教授	Rosa Park
授業内容	2000年以降の国際映画を中心に多様な映像表現や映画作品を通して現代映画について概観する科目。
試験・課題等	毎週講義を視聴し、小テストを三つ受ける。
感想を自由記入	今まで自分が見たことがない分野の映画についてたくさん学ぶことができた。映画そのものだけでなく、撮影背景なども学ぶことができた。

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)
ACCT100- Introduction to Financial Accounting	財務会計入門
科目設置学部・研究科	Accounting
履修期間	2026年1月から2026年5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	Shih-Chu Chou
授業内容	財務諸表作成の基礎となる会計の理論・原則・手法について学ぶ入門科目。
試験・課題等	定期試験3つ、期末テスト1つ、小テスト10個
感想を自由記入	会計分野の授業は日本でも受けたことがなかったため、最初から英語で学ぶのが難しいと感じた。

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。

コンサル、食品、商社、外資も検討中

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。

日本の企業になんとか就職するんだと留学前は思っていたけど、留学中にいろんな人に出会って選択肢は就職だけではないと思った。興味がなかった外資への就職や、今すぐにはないがMBAの取得にも興味がある。

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	TOEFLに向けて勉強
	8月～9月	TOEFLに向けて勉強
	10月～12月	留学計画書の準備、選考
留学開始年	1月～3月	滞在先の検討、留学先大学への出願
	4月～7月	VISA取得、航空券購入、滞在先の決定
	8月～9月	口座開設、出国、Fall25
	10月～12月	Fall25
留学/帰国年	1月～3月	成人式のため一時帰国、再出国、Spring26
	4月～7月	Spring26、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。

私は、さまざまな人種の人々が集まる環境で多くの刺激を受けたいと考え、サンフランシスコを留学先に選びました。専攻分野の授業が充実していることも重要ですが、実際に留学を経験してみて、それ以上に「街の雰囲気が自分に合っているか」が大切であると感じました。これから留学先を選ぶ方には、大学のホームページを見るだけでなく、周辺環境や現地でのどのような経験ができるかにも目を向けて選ぶことをおすすめします。

一年間の留学は、これまでの人生の中で最も短く感じた一年でした。私は、興味のあることには積極的に挑戦し、できるだけ家にいる時間を減らすことを意識して過ごしました。海外で一人生活をしながら友人を作り、英語で授業を受ける中で、大変なことも多くありましたが、それ以上に充実した時間を過ごすことができました。また、その時々のお気持ちを忘れないよう、留学開始当初から日記をつけていました。大変だったことや楽しかったこと、悩んだことを書き留めることで、自分の心境の変化を後から振り返ることができ、とても有意義だったと感じています。

留学を通して、将来のこと、自分の性格、友人関係、家族との関係などについて深く考えるようになり、多くの人との出会いから大きな刺激を受けました。その結果、精神的に大きく成長できたと実感しています。時間と費用が許すのであれば、何度でも留学したいと思えるほど貴重な経験となりました。少しでも留学に興味がある方には、ぜひ挑戦することを強くおすすめします。