

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026年1月20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
留学(渡航)した時の学年	2年生
帰国年月日	2025年12月29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) 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8月～2025年12月
留学先大学で在籍した学年	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: 1月下旬～5月上旬 2 学期: 8月下旬～12月上旬 3 学期: 4 学期:
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 = 150~160 円)	B 日本円	備考
授業料	0	0 円	
宿舍費	8,875	円	
食費	2,192	円	
図書費	0	0 円	
学用品費		円	
携帯・インターネット費	30	円	
現地交通費	0	0 円	学生は学生証に日本でいう suica のようなカードが組み込まれていて、交通費は無料(<input type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費		円	
旅費(留学中)	約 970	円	
被服費		円	
医療費	0	0 円	
保険費		約 150,000 円	形態:
渡航旅費		約 200,000 円	
ビザ申請費		約 80,000 円	
雑費		円	
その他		円	
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	12,067 (=約 1,900,000 円)	430,000 円	わかるもののみ
総計(A+B) ※円		約 2,300,000 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：羽田 目的地：サンフランシスコ 経由地：

復路 出発地：サンフランシスコ 目的地：羽田 経由地：ロサンゼルス

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： JAL 料金： 約 100,000 円

復路 航空会社： JAL 料金： 約 100,000 円 ∴合計： 約 200,000 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： JAL 公式)

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： Towers at Centennial Square) 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)

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：

大学側から紹介されたもの

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)

学校からは何も用意されていない。電球でさえもなかった。部屋についてすぐ全部買い出しに行った。日本で用意できるものはできるだけ持っていくことがおすすめ。部屋の形態は個人的に一人部屋がおすすめ。

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?

現地の友達に聞いた。治安の悪さを感じることはめったになかった。

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。)

基本的には不便なく使えたが、たまに全くつながらない地域もあった。

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。)

寮費やミールプランの費用は、クレジットカード払いだと手数料がかかってしまったため、銀行口座を開設して日本の親から送金してもらった。普段は基本的にクレジットカードを使っていた。

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。

基本的に何でもあるが、日本の方が質が良いと感じたのは白米、歯ブラシ、歯磨き粉、薬

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 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)
INTRO TO CONTEMPORARY CINEMA	
科目設置学部・研究科	CINEMA
履修期間	一学期間
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(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 50 分ほどの講義+映画 1 本約 120 分が 1 回
担当教授	Rosa Park
授業内容	毎週いろんな映画のジャンルについての講義を見て、そのジャンルの映画を一本観る
試験・課題等	毎週講義について、映画についてそれぞれクイズに答える。
感想を自由記入	映画が好きな人にはおすすめ。毎週映画を丸々一本観ないといけないので人によっては大変かもしれない。普段自分では観ないような国の映画が観れるし、映画に関する知識もつく。リスニングの練習にもなる。

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)
ASIAN POP CULTURE	
科目設置学部・研究科	CINEMA
履修期間	一学期間
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	対面(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	アジア文化についての講義。基本的に教授がずっと話しててたまにディスカッション
試験・課題等	毎週教授から出される質問に対する自分の意見を提出する+最後にポスター課題
感想を自由記入	教授がとても優しく、韓国系の方だからなのか、英語が聞き取りやすい。基本的にアジア文化が好きなのが多いので、アニメやアイドルなどの話題で盛り上がりやすかった。

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)
LANGUAGE, CULTURE & POWER	
科目設置学部・研究科	Communication Study
履修期間	一学期間
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	Leah Wingard
授業内容	言語、文化、権力のことをディスカッションやプレゼンテーションを中心に考える。
試験・課題等	毎回自分のノートに授業の感想などを書き提出する+プレゼン2回
感想を自由記入	多国籍なクラスだったため、いろんな価値観の意見が聞けて面白かった。日本人は一人だったので日本人としての意見に興味を持ってもらえてうれしかった。異文化や多様性などに興味があったらおすすめ。

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)
SOCIOLOGICAL PERSPECTIVE	
科目設置学部・研究科	sociology
履修期間	一学期間
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1回
担当教授	Alexis Martinez
授業内容	社会学の基礎を学ぶ
試験・課題等	定期的にレポート提出+プレゼン1回
感想を自由記入	個人的には難しい単語も多く出てきて授業の理解が大変だった。先生も優しく、ためになる内容だがしっかり参加できている実感は持てなかった。

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)
ORAL COMMUNICATION-MULTILINGUAL	
科目設置学部・研究科	English
履修期間	一学期間
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	Priyanvada Abeywickrama
授業内容	スピーチの仕方を1から教えてくれる授業
試験・課題等	プレゼン、スピーチ4回
感想を自由記入	履修した授業の中では一番クラスの雰囲気がい授業だった。現地の生徒が半分くらいだったが、主に第一言語が英語以外の生徒向けの授業であったため、先生がよい意味で幼稚園の先生みたいで留学生としては非常に居心地がよかった。授業内容は国際日本学部のスピーチの授業で習う内容に似ていたため少し退屈だった。

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

マイナビ、リクナビなど

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。

インテリア関係

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。

留学を通して自分の意見や意思を持つことの大切さを学び、今後の就職活動では、妥協せずに自分が本当にやりたいと思う職業に就きたいと考えるようになった

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 勉強
	8月～9月	TOEFL 受験
	10月～12月	
留学開始年	1月～3月	
	4月～7月	ビザ申請、航空券購入
	8月～9月	留学開始
	10月～12月	留学終了
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。

アメリカは多民族国家で主要言語として英語を話す人がほとんどなので、いろんなバックグラウンドを持つ人と交流できて異文化交流をしたい人にはとてもおすすり。また、サンフランシスコは年中日本の春らしい気温で滅多に雨も降らず、観光地も充実していたため飽きることはなかった。

ただ、留学は楽しいことばかりではなく、ホームシック、人間関係のいざこざなど辛いことも同じくらいあった。楽しみなことだけではなく、自分がどんな困難に直面しうるかも考えて準備してほしい。