

【大学間協定留学】 留学近況報告書

記入日	2024年 11月 5日
留学先大学	カリフォルニア州立大学ドミンゲスヒルズ校（日本語名） California State University, Dominguez Hills（現地言語名）
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：ウィメンズスタディー 現地言語での名称：Women's study ☐ 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：
留学期間	2024年8月～2024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
学年 ※出発時の本学での学年	2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。

・私は元々ジェンダー学を学びたいと思っていて、留学先の学校で専攻することを予定して志望校を考えました。そのため、明治の授業でもジェンダーに関する授業をとって事前知識を身につけることを意識しました。実際に、こっちの授業は当たり前ですが全て英語なので、自分が興味のある分野や、とりたいと思っている分野の内容は事前に目を通したり、知識を入れておいたりするとだいぶ楽になると思います。反対に、事前知識が何もないビジネスや論理学の授業は本当に大変でした。あらかじめ自分が撮りたい分野を固めておき、そのような授業が学校にあるかを見てそれに関する情報などを少しでも留学に行く前に吸収することができたらかなりアドバンテージになると思います。

・ワクチンは期間をあけて何回買うたなければいけない種類のものもあるし、予約状況などのかみすると早めに打たないとスケジュール的にもとても厳しくなります。私も結構ギリギリになってヒヤヒヤしながら予約と病院に通いました。アメリカはワクチンや手続きが本当に厳しいので十分に確認して計画性を持って行動しないと、後で大変なことになると思います。わい悪魔に合わないということもあると思うので、ワクチンとビザは本当に早め早めに進めるべきだと思います。

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：J1	申請先：アメリカ大使館
ビザ取得所要日数：3週間～1ヶ月ほど (申請してから何日/何週間要したか)	ビザ取得費用：28000円くらい

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？

1) 面接予約確認書
 2) 書式 DS-160 確認ページ
 3) 米国での滞在予定期間に加えて 6 ヶ月以上有効期間のあるパスポート
 4) 印刷したカラー写真(5 センチ x 5 センチ)1 枚 (アップロードできなかった場合)
 5) ビザ申請料金支払の領収書
 6) 交換訪問者 (J-1) ステータスの資格証明書、DS-2019*
 7) ビザ申請人の旅費が十分に調達できることの証拠 (即ち、
 (i) 所得税申告書の認証コピー
 (ii) 銀行その他の収入または貯蓄証明書)
 8) 仕事、経済関係または家族の結びつきを示す証拠 (申請人は日本に帰国しなければならないため、予定した旅程後の米国を出国する意を証明する)
 * J-1 研修生及びインターンの方で、DS-2019 の発行日が 2021 年 7 月 19 日以前の場合、トレーニング/研修計画書 (書式 DS-7002) も必要である。

2. 具体的な申し込み手順を教えてください。

学校から DS フォームとビザ取得の手順についての E メールが届くと思うので、それに従って手続きを進める。オンライン大使館ホームページにて 情報を入力しもう仕組み、面接の日程と支払いを行う。

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？

・どのくらい滞在するのか。・アメリカで何をするのか。

4. ビザ取得に関して困った点・注意点

・面接の日時が早く申し込まないと埋まってしまい、本当にあせりました。留学先の学校からメールが来たらすぐにビザの手続きは進めた方がいいです。
 ・面接当日にパソコンがはいっているカバンで行ったのですが、パソコンは持ちこみ禁止で、駅のコインロッカーに預けてきてくださいと言われて戻る羽目になり、時間がギリギリになってとても焦ったので、面接の際は大使館に持ち込んでいいおのどダメなものも事前に調べるべきだと思いました。
 ・面接の際に証明写真 BOX で撮った背景が青くて大きさも小さい証明写真を当日に持って行ってしまったのですが、背景は白で大きさも決まりがあつたらしく、当日現地で撮り直しを余儀なくされました。私の確認不足が原因で色々焦る場面が多かったので面接に行く際は細かいところまでチェックして、準備万端の状態で行くのを勧めします。

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）。

・現金は日本円で 6 万円ほどを両替して行きました。こちらでは、カードを使っているのが不自由はしてないですが、友人と Uber 代を割り勘したり、ご飯代を割り勘したりするときは現金を使うので 6 万～10 万円ほどは現金で持っておくと安心かなと思います。両替所が歩きで行ける場所にはないし、手続きのことなどを考えると、こちらで使う分は事前に全て日本で両替してから行くのを勧めします。
 ・携帯電話は mint-mobile という esim を購入しました。無制限プランで価格も他社と比較して安いと思うのでお勧めです。
 ・私は出発の時は大きなスーツケース 2 個と大きいリュックで行きました。現地到着後、寮に布団とま蔵がないことに気がつき、母に航空便で布団と日本食を送ってもらいました。航空便は約 1 週間ほどで届きますが、重量が重いと 3～4 万円ほどかかるので、事前に寮の設備品などを確認して、足りないものがないように準備して持っていた方がいいです。

Ⅲ. 現地到着後のなぐれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	デルタ航空				
航空券手配方法	Trip.com ※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	LAX ロサンゼルス国際空港	現地到着時刻			
キャンパスへの移動手段	☐ 大学手配の出迎え	☐ 知人の出迎え	☐ 公共交通機関 (☐ バス ☐ 電車)	☐ タクシー	☒ その他 (Uber)
移動の所要時間	30 分弱				

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

Uber は高いですが、公共交通機関は治安がとても悪いし、その他タクシーはぼったくりなどもあるみたいなので Uber か Lyft を使った方がいいです。

大学到着日	8 月 19 日 15 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？	☐ はい ☒ いいえ	いいえを選んだ方：8 月 19 日から入居可能だった。
住居のタイプ	☒ 寮 ☐ アパート ☐ その他 ()	
部屋の種類	☐ 一人部屋 ☐ 二人部屋 ☒ その他 (3 人部屋)	
ルームメイト	☐ 日本人学生 ☐ 他国からの留学生 ☒ その他 (韓国人留学生と現地の生徒)	
住居を探した方法	☒ 大学の斡旋 ☐ 自分で探した ☐ その他 ()	
住居の申込み手順	学校からの案内がきたのでスレに従った。	

住居は渡航前に、また渡航後すぐに見つかりましたか？トラブルはありましたか？

大学からのメールが比較的遅かったので、焦りましたが渡航前に決まりました。

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	☒ あった ☐ なかった
日程	8 月 21 日
参加必須ですか？	☒ 必須 ☐ 任意参加
参加費用は？	☒ 無料 ☐ 有料 (金額：)
内容の様子は？	交換留学生と International students に向けたオリエンテーションで、説明とビンゴ大会、自己紹介などをした。
留学生用特別ガイド	☒ あった ☐ なかった
授業開始日	8 月 25 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？

学校側から、滞在許可証の提出を求められました。アメリカ入国後、オンラインで取得できます。学校から来るメールに URL が添付してあるのでそれに従えば大丈夫です。

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？

ワクチンは日本でうって、証明書を提出しないと寮に入寮できない決まりでした。前述しましたが、ワクチンは期間をあけて何回か打たなければいけないものもあるので本当に早くから打ち始めといた方がいいです。打たなければいけないワクチンも何種類もあるので、費用も 5 万弱はかかった気がします。母子手帳と照らし合わせながら、自分が打たなければいけないワクチンを明確にして、計画を立てることをお勧めします。

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

してないです。

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？

してないです。

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 3 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？

優先が「なかった」方はどのように登録しましたか？

現地の学生と同じように、学校の履修登録サイトを通じて登録しました。

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？

変更や追加は期間内であればできました。時間割の組み方は苦戦しましたが割と希望通りに取れました。

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							
6 : 00							
7 : 00							
8 : 00							
9 : 00		MUS283 Piano III		MUS283 Piano III			
10 : 00							
11 : 00		SBS318 Cultural Plagiarism		SBS318 Cultural Plagiarism			
12 : 00	KIN111 Aerobics		KIN111 Aerobics				
13 : 00		WMS250 Women's Study		WMS250 Women's Study			
14 : 00		勉強会					
15 : 00							
16 : 00	PHI120 Philosophy		PHI120 Philosophy				
17 : 00		COM100 Media&Society					
18 : 00							
19 : 00							
20 : 00							
21 : 00							
22 : 00							
23 : 00							
24 : 00							

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。

私は正直、留学先でアメリカを選んだことを後悔しています。私がいる学校はコンプトンというアメリカでもトップレベルで治安が悪いところのすぐ下にあり、寮でも傷害事件が起きたり銃声が聞こえたり、レイプする目的で女の子を探してる男がいるという噂も聞きました。10月末に寮で傷害事件が起きてからは、どこにも安心して過ごせる場所がなくなったような気がして、毎日とても怯えながら生活していました。留学生同士の人間関係のトラブルに巻き込まれたり、治安のこともあり、毎日本当に怖かったし苦しかったです。トイレに行くときでさえも、催涙スプレーを持ち歩いて生活していました。大げさと思う人もいるかもしれませんが、私も正直、アメリカに来た当初は治安が悪いと言っても正直そこまで警戒心を持たずに生活していましたが、実際に身近で事件が起きたり銃声が聞こえる生活をするとう本当に毎日が怖くなりました。寮でも様子がおかしい人は2、3人いましたし、ここの学校は柵などで囲われておらず、寮のセキュリティも割とゆるいので寮の住居人ではない人が入ってきたりすることもあります。実際に寮での傷害事件は住居人ではない男の人が侵入してきておきました。本当に自分の身は自分で守らねばいけないということを毎日身にしみて実感しています。特に女の子でこの学校を志望している人は、催涙スプレーや防犯グッズなどなんかしらの身の危険を守ることができるグッズを絶対に持って行った方がいいです。こちらの男性は特に体はとても大きいですし、絶対に抵抗できないと思います。このような状況下で精神的にとっても辛かったですが、催涙スプレーがお守りがわりにもなっていました。あと夜は絶対に一人で出歩かない方がいいです。寮の周りは住宅街でわりと静かですが、それでも日が暮れると急に雰囲気が変わります。近くを散歩するにしても一人ではなるべく歩かない方がいいと思います。私は両親や周りの人から治安についてとても心配されていたので、昼でもひとりで出かけるということはありませんでした。基本的には寮からあまり出なかったです。

マイナスな面ばかりを書いてしまいましたが、もちろん良い点もたくさんあります。確かに治安面についてはお勧めはできませんが、私が精神的にとっても病んでしまった時には留学アドバイザーの方が本当に優しく親身になって相談に乗ってくれましたし、先生たちはみんなとても優しいです。私は全ての初回授業の授業終わりに、留学生で英語があまり得意ではないので不安ですと相談して顔と名前をアピールしたので先生方も気にかけてくださいました。実際私は、あまり英語の自信がなかったのが難しそうで一人でやっていくのは無理そうだなと思った Philosophy の授業は、初回授業の時にその授業で一番発言していた子に、「留学生で不安だから手伝ってくれない？」と声をかけて友達になってもらいました。授業では、「一人だとしていけないから隣に座っていい？」と毎授業必ず、その子の近くの席を絶対に確保するようにしていました。その後、その子と毎週火曜日に勉強会を開く約束をしてもらい、そこで授業の宿題やテスト勉強を一緒にしてもらっていました。最終的にその子と仲良くなって、休日に一緒に遊びに行く仲になれました。現地の友達自分から捕まえないと本当にできないと思いました。みんな授業が終わったら速攻で帰るので、本当に自分からグイグイいく積極性が必要だなと思います。私は、日本であれば社交的な性格だと思っていましたが、言語が変わると自分が思っていることを表現できなくて、本当に喋らなくなってしまいました。また、現地の子と喋るのは平気だったのですが、日本人留学生のコミュニティにしているとやっぱりみんな日本語を使ってしまうし、私が留学をした時はその日本人コミュニティの中でも人間関係のトラブルがあり、私もそれで大きなストレスを抱えていたので、日本人といえるのは安心するし、楽だとは思いますが、程々にした方が自分のためだったなと後悔しています。