

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026年1月6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	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
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)
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	2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: ビジネス 現地言語での名称: business <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 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 月中旬～12 月下旬 2 学期: 3 学期: 4 学期:
学生数	15,181 人
創立年	1960 年

留学費用

留学費用項目	A 現地通貨 (ドル) (1 現地通貨 = 155 円)	B 日本円	備考
授業料	0	0 円	交換留学
宿舍費	\$4940	765,700 円	チェックイン前とチェックアウト後の宿泊に 一日 50ドルかかりました。
食費	\$600	93,000 円	
図書費	0	0 円	
学用品費	\$10	1,550 円	ほとんど日本から持って行きました。
携帯・インターネット費	\$85	13,316 円	アメスマを契約し、アメリカ国外旅行で Nomad を一か月契約しました。
現地交通費	\$200	31,000 円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費		円	
旅費(留学中)	\$2400	376,087 円	カナダ一週間、メキシコ 4 日、ハワイ 6 日
被服費	\$500	77,500 円	
医療費	0	0 円	
保険費	\$400	62,400 円	形態: csudh と明治大学の保険
渡航旅費	\$1500	232,350 円	
ビザ申請費	\$400	62,000 円	
雑費	\$300	46,500 円	
その他	\$224	34,750 円	ワクチン
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	\$11559 (= 円)	1,796,153 円	
総計(A+B) ※円		1,796,153 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：羽田空港 目的地：LAX 経由地：

復路 出発地：LAX 目的地：成田空港 経由地：Daniel K. Inouye International Airport

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：United Airline 料金：97,860

復路 航空会社：United Airline 料金：136,490 ∴合計：234,350

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：スカイスクャナー、trip.com)

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：Residence Hall) 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 4 人部屋を 2 人で使用していました)

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：

大学ホームページ

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)

寮は、Residence Hall と Apartment の 2 種類から選ぶことができ、私は Residence Hall に滞在していました。Residence Hall は設備が新しく、キャンパスからも近い点が魅力です。また、ビリヤードや巨大モニターなどの共用スペースがあり、各階に設置されたテレビで映画を見ることもできます。

さらに、エレベーター付近には Study Room があり、1 人から 6 人程度まで利用可能なため、友人と一緒に勉強したり、図書館に行かなくても一人で集中して勉強することができました。夜中や早朝でも、ルームメイトを気にせず利用できる点はとても便利でした。

一方で、部屋にはベッド、机、クローゼットのみが備え付けられており、トイレ、シャワー、キッチンは各フロアの共有でした。特に冷蔵庫がない点は不便だったため、ルームメイトと割り勘をして、大学が紹介している業者から冷蔵庫をレンタルしました。

また、新入生が多く住んでいたこともあり、滞在初期にはキッチンでの不注意による小さな火災騒ぎが何度か起こりました。そのたびに大きな警報音が鳴り、外に避難して各階・各部屋ごとに点呼を取る必要がありました。

総合的に考えると、アパートメントのほうが一つの家のように生活設備が整っているため、より快適に生活できると思います。アパートメントは人気が高く、早めに登録しないと満室になってしまう可能性があるため、注意が必要です。

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?

現地の友人から危険地域情報などの情報収集をしました。ロサンゼルスダウンタウン、学校があるカーソンの隣のコンプトンは治安が悪いです。ほとんど一人でキャンパスの外には出ず、友達と出かけていました。オープンキャンパスなので完全には安心できませんが、大学内は基本的に安全です。

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。)

residence hall 滞在であれば、大学と領内のWi-Fiはおなじで不便なく使えました。SBS から寮までは接続悪いと感じる時もありました。

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。)

日本のクレジットカード支払いと現金10万円ほどを出国前に両替し持って行きました。友人との割り勘で現金を使っていたのですが、zellを使う人が多かった印象です。

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。

たためる電気ケトルは共用キッチンにいかずともゆでる調理ができたので便利でした。日本スーパーは高いので、好きなお菓子、調味料など持っていける日本の食べ物は持っていくことをお勧めします。また、普段使用しているスキンケア、シャンプー、トリートメントに加え、保湿力高めのものも持っていくといいと思います。

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。
18 単位		<input checked="" 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)
MKT-Principles Of Marketing		マーケティング論
科目設置学部・研究科	MKT350	
履修期間	秋	
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 (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	Dr.Allan Colman	
授業内容	この授業では、マーケティング環境の分析やターゲット市場の選定、マーケティング・ミックスを軸とした戦略の立て方を学ぶとともに、マーケティングが果たす社会的・倫理的責任や、実社会での活用について理解を深めます。さらに、小規模企業や非営利団体と連携した奉仕活動型のプロジェクトを通して、経済・組織・社会におけるマーケティングの役割を学び、将来のキャリア形成に欠かせないコミュニケーション能力の向上を目指します。	
試験・課題等	小テスト 4 回、グループディスカッションや講義での学びをふくむレポート課題 2 回、中間テスト、期末テストがありました。	
感想を自由記入	<p>授業では、グループディスカッションなどについていくことが難しいと感じる場面が多くありました。しかし、同じグループの学生が内容を補足してくれたり、意見を分かりやすく説明してくれるなど、積極的にサポートしてくれました。また、教授も授業後に理解しづらい点が無かったか、授業の進むペースが速すぎなかったかを確認してくださり、安心して学習に取り組むことができました。</p> <p>課題では、講義で学んだマーケティング理論を理解するだけでなく、それを自分自身の考えや Manag 経験と結び付けて考えることが求められました。さらに、その課題について全体の前で説明する機会もあり、自分の意見を英語で伝える力や、内容を整理して発表する力を身に付けることができましたと感じています。</p>	

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)
Management Theory	経営理論
科目設置学部・研究科	MGT310
履修期間	秋
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	ハイブリッド型で講義とオンライン(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に75分が1回
担当教授	Dr.Xia Zhao
授業内容	授業では、計画・組織・指揮・統制といったマネジメントの基本プロセスを中心に、ビジネスにおける社会的・倫理的課題やダイバーシティの重要性、チームマネジメントの手法について学びます。意思決定および批判的思考のプロセスを修得し、リーダーシップやモチベーションに関する主要理論を比較・分析することで、将来のキャリアにおける倫理的指針の形成を目指します。さらに、ケーススタディやレポート作成を通じて、マネジメント上の課題に対する解決策を論理的に提案・説明できるコミュニケーション能力と、実践的な意思決定力を身につけます。
試験・課題等	毎週 Mind Tap というオンライン教材を通じて、教材を読み、理解度を測る小テストやケーススタディを通じて学習します。スレッドに問題に対する自分の考えを投稿し、ほかの学生に返信する課題がありました。また、グループでレポート、パワーポイント作成、全体発表に加え、中間と期末のテストがありました。
感想を自由記入	あらかじめ学んだ内容を授業中にディスカッションで意見交換することで、理解をより深めることができただけでなく、自分一人では気付かなかった新たな視点や考え方を知ることができ、とても興味深い授業でした。 また、他の授業と比べて発言に積極的な学生が多く、授業全体の雰囲気も活発だったと感じました。学生同士が意見を尊重し合いながら議論を進める環境が整っており、その中で学ぶことで、自分自身も積極的に考え、発言しようとする姿勢が身に付いたと思います。

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)
Women's Studies	女性学
科目設置学部・研究科	WMS-250
履修期間	秋
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(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	Dr.Chanel S. Green
授業内容	<p>多文化・多民族・グローバルな視点からジェンダー、女性史、性差別、暴力、そして国内外の女性運動について学びます。学生は、セックス、ジェンダー、フェミニズム、家父長制といった主要概念を定義し、アメリカ社会における性やメディア表現の社会的構築、ならびに家族・経済・政治などの諸機関における女性の地位の歴史の変遷を分析します。</p> <p>さらに、インターセクショナリティ(交差性)の観点から、人種、民族、社会階級、年齢といった多様な属性がジェンダーとどのように重なり合い、差別や特権の構造を形作っているかを批判的に考察し、アメリカにおける女性運動の将来展望を評価する能力を養います。</p>
試験・課題等	<p>毎授業前に教材を読み、理解したうえで授業での発言が求められます。レポート、スライド含むグループ発表、ペア発表に加え、トピックは選択可能なレポート課題が3回課されました。</p>
感想を自由記入	<p>この女性学の授業では、各課題や発言の場面において、コース内容の理解だけでなく、自らの経験や民族性、ジェンダーの視点を結び付けながら、自分自身にも関わる問題として考えることが求められました。そのため、理論を学ぶだけでなく、それを現実社会や個人的な背景と関連付けて深く考える機会が多くありました。</p> <p>留学生であることを理由に特別扱いはありませんでしたが、その一方で、日本人としての自分のアイデンティティを踏まえた視点や意見が、課題において正当に評価されました。自分のバックグラウンドを強みとして活かしながら学ぶことができたため、課題にも前向きに取り組みやすく、女性学という分野への理解をより深めることができましたと感じています。</p>

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)
Culutral Pluralism	文化多元主義
科目設置学部・研究科	SBS318
履修期間	秋
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60分が1回
担当教授	Dr. Samila
授業内容	国籍ビジネスにおける文化の役割に加え、三つの経済革命、富の歴史、貿易、そしてグローバル化が進む世界における生活水準の向上について学びます。社会市場資本主義や社会主義、社会保障の歴史から、重商主義や植民地主義の台頭までを幅広く網羅し、主要国の経済システムとその特徴を比較・考察します。また、文化多元主義の視点から、異なる文化的背景や経済体制を持つ国々が、グローバルな市場においてどのように相互作用し、共存しているかという実態を理解します。
試験・課題等	毎週クイズとディスカッションのスレッド投稿、ほかの学生に返信する課題があります。期末課題は6人ほどのグループに分かれてレポートとプレゼンのスライドを作ります。
感想を自由記入	主要国の経済システムと歴史や文化についても結び付けながら学びとても面白い授業でした。最終課題は、グループごとに二つの国を選び、経済、政治、労働倫理や文化的価値観、コミュニケーションなど多くの視点から比較をおこないました。

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)
Chicana/o Study Cultural roots		チカノスタディ
科目設置学部・研究科	CHS100	
履修期間	秋	
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(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	Professor Mike Fraga	
授業内容	メキシコ征服前後の歴史を背景に、先住民、アフリカ系、欧州系の多様な経験が融合して形作られたチカーノ(メキシコ系アメリカ人)の文化的伝統を探求します。とくに14世紀から19世紀の現在のメキシコ北部および米国南西部における、人種、ジェンダー、国家、征服、戦争、アイデンティティというテーマが、いかにして独自の、時には対立する文化を生み出したかを分析します。また、異なる民族が文化を創造・維持してきた手法を理解し、時代や地域による文化の差異を区別するとともに、それらの文化形成が人種やジェンダーなどの概念に与えた影響、およびそれらから受けた影響を学びます。	
試験・課題等	各ユニットごとにクイズが3から5つほど、3回ほどスレッド投稿、Final term がありました。また、授業の指定されたトピック3つから1つ選択し、内容理解や自らの経験と繋げるレポート課題や、指定された1つの歴史小説を読み4-6枚のレポート課題がありました。	
感想を自由記入	<p>授業を通して、レイシズムの構造やその歴史についても学びましたが、その土地に生きてきた人々の記憶や記録に基づいた歴史を学ぶという感覚が強かった印象です。クラスの大半はラテン系の学生で構成されており、アジア人はわたし1人でしたが、同じメキシコ系であっても、アイデンティティの捉え方や自己認識には大きな違いがあることを学びました。</p> <p>毎週2回の講義の上、ビデオも見る必要があったり、課題の量が多く大変でしたが、歴史の当事者たちが暮らすカリフォルニアという土地でこの授業を受けるができて良かったと思います。文化や歴史、アイデンティティを深く考える貴重な機会を与えてくれました。</p>	

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)
Beginning Japanese	日本語初級
科目設置学部・研究科	JPN110
履修期間	秋
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、講義形式等)
授業時間数	1週間に75分が2回
担当教授	Professor Sachi Jhonston
授業内容	日本語を学ぶ(私は教える、サポートする側として参加していました)。
試験・課題等	小テスト。日本文化に関するビデオを鑑賞し感想を記入。日本語を教育することに関するレポート。日本や日本の生活の紹介のプレゼンとミニゲームを紹介して全体で行いました。また、授業外でチュータリングセッションを開き、授業の質問や日本についての質問に答える活動もしました。
感想を自由記入	日本に興味のある学生が多く質問をたくさんもらいました。日本語をゼロから論理的に学ぶ難しさと英語で説明する難しさどちらも経験できてよかったと思います。

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	提出書類の作成
留学開始年	1月～3月	
	4月～7月	ビザ取得、航空券購入、予防接種、留学準備(履修登録、入居申請等)
	8月～9月	渡航、
	10月～12月	期末試験、航空券購入、帰国後提出書類の作成
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、留学生生活全般等について、アドバイスを記入してください。

私がカリフォルニア州立大学ドミンゲスヒルズ校(CSUDH)を留学先として選んだ理由は、他の CSU 校と比較して大学の規模が小さく、学生同士や教員との距離が近いと感じたからです。留学生であっても人間関係を築きやすい大学だと感じました。

また、留学生やアジア系学生の少ない点にも魅力を感じました。現地の学生と交流できる環境が整っており、多様な価値観に触れながら日常生活を送ることができると考え、この大学を選びました。実際に授業やキャンパスでの生活を通して、文化的背景の異なる学生と自然に関わる機会が多く、刺激を受ける場面が多くありました。

学習面では、ビジネス分野に限らず、日本の大学では履修することが難しい幅広い分野の授業を受講することができました。少人数制の授業が多いため、教授にも質問や相談がしやすい点は学習を進めるうえで大きな助けとなりました。また、カリフォルニアという土地柄、メキシコ系の学生が多く在籍しており、多文化的な環境の中で学べたことも印象に残っています。

留学生生活全般については、寮やクラブ活動、キャンパス内のイベントを通して友人を作る機会が多くありました。特に秋学期の初めには留学生向けのイベントが数多く開催されており、そこで他の留学生と知り合うことができたことは心強かったです。留学生同士で情報交換をしたり、困ったときに助け合うことができました。

生活面では、大学周辺は公共交通機関が限られており、バスや電車は安全面や運行時間の正確さに不安を感じることもありました。そのため、車を持っている友人がいると、日常生活だけでなく観光や空港への移動など、さまざまな場面で助けられることが多かったです。

最後に、渡航前に重要書類のコピーを事前に準備しておくとう安心です。

分からないことがあればドミンゲスの大学留学生担当でも私でもなんでもメールで質問してください。

私は一学期感の留学で 3 回風邪ひいたのですが、睡眠と食事しっかりとることが大切だと感じました。友人の優しさに助けられましたが、風邪薬も忘れずに持って行ってください。不安にとらわれすぎず、留学生生活楽しんでください。