

## 【大学間協定留学】留学近況報告書

記入日	2025年 11月 3日
留学先大学/国名	カリフォルニア州立大学ドミンゲス・ヒルズ校(日本語名) 国名: <b>アメリカ合衆国</b> CALIFORNIA STATE UNIVERSITY, DOMINGUEZ HILLS(現地言語名)
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: 経営学部 現地言語での名称: Business Administration  <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:
留学期間	2025年8月～2026年5月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	経営学部 経営学科
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。**

### 【語学力】

Reading、Writing などの座学の勉強も必要だと思いますが、近年の翻訳ツールや生成 AI の発展によって多少これらの能力が足りていなくても大丈夫だと思います。逆に Listening、Speaking などの能力は日常会話で使うため、向上させる必要があると思います。私は 1 年次から経営学部主催の GREAT プログラムに参加しています。GREAT プログラムでは普段の講義から英語でディスカッションやプレゼンテーションを行います。このプログラムのおかげで英語だけで授業を受ける事や自身の意見を述べることに多少慣れていました。ですが、現地の英語はとても早く、スラングも多いです。授業で急に教授に指名されたり、グループワークで意見を求められたり、友人との日常会話で思うように言いたいことを英語で表現できないことは多々あります。完璧な英語を目指さず多少、文法がおかしくても単語を選んで、使いやすい英語で相手に伝える姿勢が大事だと思います。私はわからない単語や言葉があったらその場で友人に聞いて教えてもらっていました。Speaking や Listening は一人で勉強するには限界があると思いますので、英語を使う講義や大学主催の英語プログラムに積極的に参加すると良いと思います。ですが、実際に求められるのは日常会話の方が多いと思うので簡単な文法と適切な単語を使えるようにしておくことが大事だと思います。

### 【奨学金】

私は現在、業務スーパー・ジャパンドリーム財団様より奨学金をいただいております。年度によって異なると思いますが、この奨学金は留学準備金 25 万円に加え、月額 20 万円を”給付”していただく奨学金です。本当にこの奨学金のおかげで私は様々な経験をすることができています。アメリカ国内の物価は本当に本当に高いです。金銭的な理由で現地での活動に躊躇してしまうことは多々あると思います。奨学金は自身の活動の幅を大きく広げてくれています。

当然ですが、合格は容易ではありません。年度により条件は変わりますが、私が出願した際は GPA3.34 以上に加え、TOEFL iBT70 点以上／IELTS 5.5 以上／TOEIC 820 点以上などのいずれかの英語スコアが必要でした。そのうえで一次の書類審査、二次の面接試験が行われます。それでも、金銭的な理由で留学をためらっている方にとって、このように手厚く支援してくださる奨学金制度が存在するを知っていただければ幸いです。他にも大学から紹介していただける奨学金は多くあります。

日頃から大学の講義を頑張ったり、英語試験に向けて着実に努力していると報われることがあると思います。留学に向けてなにかから始めたらよいのかかわからない方はとりあえず日頃の大学の講義を頑張ってみてください！！

## 【ソニー銀行】

本当に開設して良かったと思います。携帯アプリ内で円からドルにいつでも換えられるので、円が強くなったタイミングで変えられます。デビットカードも利用できるので手数料を取られることもなく、レートが弱い時にも影響されずに決済できるのでとても優秀だと思います。絶対に開設した方がいいと思います！！

## 【ワクチン】

私の場合はワクチン 4 種類接種と血液検査をしました。ワクチンはものによって複数回接種や期間を開けないといけないものもあります。私は、ワクチンの副反応がひどく 1 週間ほど発熱や倦怠感があったので計画的、早めに接種することをお勧めします。

## 【情報収集】

明治大学の同じ留学先に留学していた先輩とやり取りをし、わからないことに関して教えてもらっていました。布団が現地調達であることなどの生活についてやワクチンなどの留学前に必要なことについてなど、重要なことを教えてもらったので、積極的にすると思います。また、自分が留学する予定大学先以外の留学報告書も読んでおくことをおすすめいたします。留学された先輩方の貴重な記録なのでとてもためになると思います。

## 【趣味】

留学の準備として、漫画・アニメ・ゲーム・スポーツ・車・音楽など、多くの趣味を持つておくことがとても重要だと思います。共通の話題や趣味があるだけで、友達との距離の縮まり方が大きく変わります。私自身、アニメや漫画に詳しいわけではありませんでした、少し知っているだけでも十分会話が盛り上がりました。ゲームも『スマブラ』や『マリオカート』などを通じて自然に交流でき、簡単に友達を作るきっかけになります。また、アメリカの車社会の影響もあって大半の人が車が好きです。特に日本人人気はすごく、君のお気に入りは何って聞かれることも多くありました。いろんなことに対して知見を広めておくことも留学の準備としてとても大事だと思います。

## 【準備不足だったこと】

## 【語学力】

本当に足りなかったと思います。毎日のように会話で苦勞する瞬間があります。特に「L」と「R」の発音が伝わりにくく、私の「Really？」の発音が面白かったようで仲いい友達の間でいじられていました。発音が正しくないとそれだけで会話が止まってしまうので Speaking は本当に向上させる必要があると思います。

## 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: 在日米国大使館
ビザ取得所要日数: 1 ヶ月程度 (申請してから何日 / 何週間要したか)	ビザ取得費用: ビザ費用 \$ 185 SEVIS 費用 \$ 220
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?	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・DS-160 Confirmation</li> <li>・DS-2019(大学から PDF で送られてくる入学許可証)</li> <li>・SEVIS I-901 Payment Confirmation</li> <li>・パスポート</li> <li>・面接予約確認書</li> <li>・白背景の 5 センチ×5 センチの証明写真</li> </ul> (念のため持っていきましたが、事前にフォームで提出していたため、面接の日には使用しませんでした。)	

## 2. 具体的な申し込み手順を教えてください。

1. 米国大使館のサイトから DS-160 フォームを記入
2. 留学先から送られてきた DS-2019 の番号を上記フォーム最後の記入欄に入力
3. 米国大使館のサイトから DS-160 フォームを提出
4. J1 ビザ費用(\$ 185)と SEVIS 費用(\$220)支払い
5. 面接予約(支払いが済んでいないと予約できません)
6. 米国大使館にて面接
7. ビザ発行&パスポートの返却

・郵送にての返却と直接受け取りに行く方法があります。  
 ・郵送だと配送料がかかります。  
 ・直接受け取りに行った方がすぐに受け取れます。私の場合は 2025 年 6 月 24 日(火)にビザの面接をして、6 月 26 日(金)には受け取り可能になっていました。

## 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？

大使館の方「Exchange？」  
 私「Yes.」  
 で終わりました。  
 前の人はたくさん質問されていました。人によって異なると思います。

## 4. ビザ取得に関して困った点・注意点

ビザの取得は本当に大変でした。  
 前述のとおり、ビザ申請には留学先大学が発行する DS-2019 の番号が必要です。私の留学先である カリフォルニア州立大学ドミンゲス・ヒルズ校 からこの書類が届いたのは非常に遅く、2025 年 5 月 28 日 でした。私は事前にフォームの大部分を記入していたため、その日のうちに残りを完成させて提出し、支払いも同日中に済ませて面接予約へ進みました。しかし、この時点で空いていた面接日は 9 月中旬 しかありませんでした。面接予約はキャンセル待ちが可能のため、翌 5 月 29 日、一日中予約画面を開き、ひたすらページをリロードし続けました。その結果、奇跡的に 6 月 24 日 の面接枠を確保することができました。ところが翌 5 月 30 日、米大使館が留学ビザの新規受付を停止。それ以降、面接日の選択や変更、キャンセル待ちも一切できなくなりました。1 か月後頃に再開していましたが、同じ大学に留学する友人は予約が取れず、やむなく緊急手続きを利用することになっていました。ビザがなければせっかく明治大学から留学の許可をもらっても留学することができません。  
 ビザの申請は本当に本当に早めに始めるようにしてください！！

- ・DS-2019 の番号がなくても、フォームの大部分は事前に記入可能です。留学が決まった段階から少しずつ進めておくことをおすすめします。
- ・申請フォームには「近親者以外のアメリカ在住者の連絡先を 2 名」記入する欄があります。
- ・証明写真は必ず白背景で用意してください。



## 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)。

### 【現金調達】

留学開始前に日本円 10 万円をドルに換えて持っていました。友人と割り勘をする際などに使うので現金はある程度持って行ったほうがいいと思います。

### 【携帯 SIM】

月 10GB で Jethro Mobile という日本企業の E-sim を購入しました。月 5,000 円程です。トラブルが起きた際に気軽に連絡できるほうがいいかなと思い日本の会社を選びました。ですが、アメリカの会社の E-sim のほうが安くて、通信料が無制限のものもあったのでそちらのほうが良いと思います。

### 【荷物運送】

88L の大きいスーツケースと機内持ち込みできる 48L のスーツケースの 2 つを持って行きました。機内持ち込み用のスーツケースはアメリカ国内の旅行で使用する予定なので 1 つは機内持ち込み用のスーツケースを持参することをお勧めします。空港で荷物の重さ規定に引っかかったのであらかじめ確認するようにしてください。

## Ⅲ. 現地到着後のながれ

### 1. 到着時の様子

利用航空会社	ZIPAIR				
航空券手配方法	Sky Scanner を用いて自身で ※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	2025 年 8 月 19 日(火) 08:50		
キャンパスへの移動手段	<input type="checkbox"/> 大学手配の出迎え	<input type="checkbox"/> 知人の出迎え	<input type="checkbox"/> 公共交通機関 ( <input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> 電車)	<input checked="" type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他 ( )
移動の所要時間	40 分程度				
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 空港からタクシー乗り場までバスで行く必要があります。無料のシャトルバスです。私はそのことを知らなかったのも、とても重いスーツケース二個持って歩き回ったので確認しておくことを強くお勧めします。					
大学到着日	8 月 19 日 12 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?	<input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ	いいえを選んだ方: 8 月 21 日から入居可能だった。
住居のタイプ	<input checked="" type="checkbox"/> 寮 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> その他( )	
部屋の種類	<input type="checkbox"/> 一人部屋 <input type="checkbox"/> 二人部屋 <input checked="" type="checkbox"/> その他(6 人部屋)	
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input checked="" type="checkbox"/> 他国からの留学生 <input checked="" type="checkbox"/> その他(インドネシア、インド、アメリカ人 2 人と同じ部屋でした。)	
住居を探した方法	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の斡旋 <input type="checkbox"/> 自分で探した <input type="checkbox"/> その他( )	
住居の申込み手順	大学の寮のサイトから選択しました。	
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?		
8 月 21 日が入寮日に設定されていたため、自分で Housing department にメールをし Early check in の手続きをしました。寮の担当者から送られてきたフォームに必要事項を入力する形でした。宿泊料は 1 日\$50 でした。		

<b>3. 留学先でのオリエンテーションについて</b>	
オリエンテーションの有無	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
日程	2025 年 8 月 21 日
参加必須ですか?	<input checked="" type="checkbox"/> 必須 <input type="checkbox"/> 任意参加
参加費用は?	<input checked="" type="checkbox"/> 無料 <input type="checkbox"/> 有料(金額: )
内容の様子?	大学生活を送るうえで重要になる施設やサービスの説明を受けました。また、書類の確認、international student 同士の交流の時間が設けられていました。
留学生用特別ガイダンス	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
授業開始日	8 月 25 日から
<b>IV. その他、渡航してから必要な手続きについて</b>	
<b>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?</b>	
特になし。	
<b>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?</b>	
特になし。	
<b>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?</b>	
していません。	
<b>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?</b>	
していません。	
<b>V. 履修科目と授業について</b>	
<b>1. 履修登録はいつどのような形で行いましたか?</b>	
<input checked="" type="checkbox"/> 出発前に(5 月上旬日頃) <input checked="" type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 志願書類に記入して登録 <input type="checkbox"/> できなかった <input type="checkbox"/> その他( )	
<input type="checkbox"/> 到着後に(      月      日頃) <input type="checkbox"/> オンラインで登録 <input type="checkbox"/> 国際オフィス等の仲介 <input type="checkbox"/> できなかった <input type="checkbox"/> その他( )	
<b>登録時に留学生として優先されることはありましたか?</b>	
<input type="checkbox"/> あった <input checked="" type="checkbox"/> なかった	
<b>優先が「あった」方はどのように優先されましたか?</b>	
<b>優先が「なかった」方はどのように登録しましたか?</b>	
My CSUDH(Oh-o! Meiji のようなもの) で登録しました。現地学生と同じ手順だったと思います。	
<b>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?</b>	
<p>現地で変更・追加できました。すでに履修上限人数を満たしている授業は後から変更できません。後から変更するためには、実際に授業に行って教授に permission number を教えてもらう必要があります。</p> <p>履修登録に伴って Prerequisite(履修するために基礎的な授業を取っていないといけない)制限がありました。</p>	

# **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		起床		起床			
8: 00		FIN 200-04		FIN 200-04			
9: 00	起床	FIN 200-04	起床	FIN 200-04	課題または 外出	課題または 外出	課題または 外出
10: 00	JPN 110-03		JPN 110-03		ACC(online) 230-40		
11: 00	JPN 110-03	MKT 350-03	JPN 110-03	MKT 350-03			
12: 00	昼食	MKT 350-03	昼食	MKT 350-03			
13: 00		昼食	MGT 310-31	昼食			
14: 00	MGT 200-01		MGT 200-01				
15: 00	MGT 200-01		MGT 200-01				
16: 00	図書館	Pickle ball	JPN のチュ ータリング	Pickle ball			
17: 00	図書館	Pickle ball	図書館	Pickle ball			
18: 00	図書館	Pickle ball	図書館	Pickle ball			
19: 00	図書館		図書館				
20: 00	図書館		図書館				
21: 00	夕飯	夕飯	夕飯	夕飯			
22: 00							
23: 00							
24: 00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝





## 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。

### 【場所】

CSUDH は Carson 市に位置しております。Down Town まで車で 30 分(バスで 1 時間)、Dodgers stadium まで車で 40 分(バスで 2 時間)、Disneyland まで車で 35 分、と LA の中心に位置していると言えます。ですが、車がないととても不便です。一番近い Target や Walmart までは徒歩だと 45 分かかります。バスを使うにもバス停までキャンパスから 15 分ほど歩きます。車を持つ友達がいないとしんどいのは事実ですが、時間はかかるがバスや電車などを使って出かけることができるのはアメリカにしてはいい方なのかなと思います。

### 【治安】

CSUDH の近くには、アメリカ国内でも治安が悪い地域として知られる Compton(コンプトン)という都市があります。ルームメイトから、昨年キャンパス付近で International student が銃撃事件に巻き込まれ亡くなったという話も聞いたため、一定の警戒心を持つことは必要だと感じました。

とはいえ、過度に恐れる必要はないとも思います。基本的な安全対策、例えば夜間の一人歩きを避けること、人気のないエリアに近づかないことなどを守れば、特に大きな問題は起こりません。私自身も友人と午後 10 時以降にバスや電車を利用することが何度ありましたが、薬物中毒者やホームレス、明らかに危険そうな人を見かけても、距離をとって警戒し冷静に行動すれば問題なく過ごすことができました。

ただし、ロサンゼルスという街全体が、映画や観光のイメージとは異なり、華やかさの裏に治安の悪さや街の汚れ、臭い、危険な人物の存在など現実的な側面も多くあります。そうした環境が不安に感じられる人には、CSUDH を留学先として強くおすすめするのは難しいかもしれません。

私は男性ですが女性は特に気を付けてほしいと思います。日本人男性の視点から見ても、日本人女性に対して関心を持つ外国人男性は非常に多いと感じます。もちろん全員が悪意を持っているわけではありませんが、中には軽い気持ちで近づいてきたり、恋愛目的で接触してくる人もいるのが現実です。そのため、初対面の相手をすぐに信用して車に乗ったり、夜に二人きりで出かけたりするのは絶対に避けた方が良いでしょう。相手がどんなに優しく見えても、「日本人だから特別扱いされているだけ」というケースも少なくありません。文化や恋愛観の違いから、自身が「ただの友達」と思っている、相手側は「恋人関係」と勘違いすることもあります。そのため、最初は一定の距離を保ちながら関係を築くことを意識することを強くお勧めいたします。

### 【留学先大学について】

CSUDH は Hispanic/Latino が 68.2%を占め、Black/African American 12.2%, Asian 7.7%, White 4.8%と続いています。ですので、ヒスパニック系の学生が非常に多いです。学生数はアメリカの大学にしては少ないので、友人に会いやすいです。また、授業も 30~40 人のクラスが大半で教授との距離も非常に近いです。この大学は本当に人が優しいと思います。困っていたら助けてくれる人が多く、事務室の方々も何時でも優しく対応してくれます。

CSUDH は学生が寮などに住まず、自宅などから通学する学生が多い、いわゆる Commuter School だそうです。そのため、私のような寮に住んでいる International Student 同士が仲良くなりやすく Local の友達を作ることが難しいように感じます。ですが、積極的に行動したら自然と友だちができると思います！！

### 【キャンパス】

キャンパスの規模としては明治大学和泉キャンパスより少し大きいかなといった感じでキャンパス内は徒歩で移動できます。留学前にイメージしていた、車や自転車で移動しなければならないほど大きいといったことはありません。建物は古めなものが多いです。ですが、ビジネス系の授業が多く開講される Innovation & Instruction Building や図書館、学食や売店がある Loker Student Union はとてもきれいです。

### 【プログラム】

大学間協定留学は明治大学の学費だけで留学先大学の学費を支払わなくてよいプログラムです。そのため、様々な学部から学年を問わずに多くの学生が出願します。実際に私の留学先にも第 1 志望留学先として 5 人応募していました。私はご縁があり、1 学年留学をさせていただき運びとなりました。ですが枠が限られているため、1 年間の留学を希望して

いても1学期間だけになってしまうことも多くあります。GPA、英語試験のスコア、書類、面接と評価基準が複数ありますが個人的に書類審査、面接が特に大事だと思います。留学を通して何を学びたいのか、どのようなことを実現したいのか、その点を明確にすることがとても重要だと思います。

### 【授業】

授業の大半が30～40人のクラスで教授との距離が非常に近いです。私は先輩方の留学報告書を参考に初回授業の後、自分が留学生で英語に不安があるが、頑張りますという旨を伝えていました。そのため気にしてもらえることが多かったと思います。

授業は明治大学の物とは全く異なり、高校の授業に近いイメージです。教授が説明していても学生がどんどん手を挙げて質問したり意見を言います。それに伴って他の学生もDiscussionに参加し意見が飛び交うことが毎回の授業であります。学生によって声の大きさや発音のくせが違うため聞き取るにはとても苦労しますが、いろんな視点を学ぶことができとても自身のためになっているなど実感しています。勉強の量も明治大学にいたときより断然多くしていると思います。授業の予習、たまにあるQuizの対策、宿題、正直勉強だけでも毎日退屈しないと思います。

### 【寮】

CSUDHにはApartmentとResidence Hallの2種類あります。私はApartmentを選択しました。留学開始前に一人の時間を確保したいと思い1人部屋を希望していましたが、選択肢にありませんでした。予想ですがCSUDHに4年間在籍する現地学生が優先されるのだと思います。Residence Hallはキッチンが建物全体を通して1階に1個しかなく、トイレとシャワールームが各フロアにあるといった感じで、部屋は本当に寝るためだけといったイメージです。一方でApartmentは各部屋にキッチン、トイレ、お風呂があり、個人スペースも圧倒的に多いと思います。また、ルームメイトが友達を部屋に連れてきてその人とまた友達になれる機会も多かったのでApartmentを選んでよかったと思います。

しかし、部屋の掃除やトイレトイーパー、食器用洗剤、殺虫剤など生活必需品は自分たちで用意しなくてはならず、ある人はすごい部屋に貢献してくれる一方で、ある人は人のものを当たり前のように使いまくる現状もあります。自身のものが勝手に使われたり、冷蔵庫に入れたものが減っていたりなどストレスを感じることも多くありましたがそれも勉強だなと思います。

Apartmentは2人、4人、6人部屋の3種類から選択できました。いずれの部屋も完全な個室は存在せず、ベッドルームが2人で一つとなっていました。ルームメイトの当たりはずれは存在するのでリスクヘッジのために2人部屋を避け6人部屋を選択しました。4人部屋はトイレが1つしかありませんが6人部屋は2つあります。またルームメイトが5人もいれば一人は気の合う友人ができると思い、選択しました。結果として、正解だったと思います。私のルームメイトは落ち着いた人が多くトラブルも少ないと思います。私のルームメイトの中には心の病気を抱えている人もおり、常に叫んだり走り回ったりする姿も見られましたが、危害を加えることはなく、普通に会話もできるため、彼には彼の世界があるのだなと感じました。その他のルームメイトは穏やかで、母国の料理を作ってくれたり、買い物に連れて行ってくれたり、とても恵まれた環境でした。

ただ、部屋によっては大麻を吸う人がいたり、毎日のように深夜までパーティをする部屋もあり、本当に運要素が強いと思います。ですが、部屋変更申請をすることや、自身が同じ部屋になりたい人を指定できる制度もあるので、外れを引いたらそれはそれで経験だと思って部屋の変更手続きをすることをお勧めします。

### 【食】

アメリカの食費は非常に高いためできるだけ自炊をするように心がけています。最初の1か月はパスタとインスタントヌードルばかり食べていましたが、口内炎ができたり、白米が恋しくなったため炊飯器を買いました。炊飯器を買ってから食事の質が著しく向上しました。大学のFood Pantryからお肉やフルーツ、野菜などを毎週もらうことができるのでそれを積極的に利用しています。無料ゆえに味はまずまずといった感じで、近くのWalmartなどで食料品を買うことも多いです。

### 【クラブ】

正直に言うと、CSUDHはクラブやサークルの数が非常に少ないです。特にスポーツ系のサークルはほとんどなく、学術系や文化系のサークルが中心という印象です。ピックルボールぐらいしかスポーツ系の選択肢はありません。そのため、留学先でスポーツをたくさんしたい人や、サークル活動に積極的に参加したい人には、CSUDHはあまり向かないかもしれません。

一方で、少人数のため距離が縮まりやすく、顔を出すだけでも友達ができやすいという利点があります。私自身、クラブに



参加する前は毎日課題に追われるだけのつまらない日常でしたが、参加するようになってからは劇的に生活が変わりました。休日に友達と遊びに行ったり、一緒に食事をしたり、部屋に招き合ったりと、多くの思い出を作ることができています。少人数ゆえにクラブの数は少ないものの、自分に合った環境だと感じる部分もあり、私にとっては満足度の高い大学生活になっています。

#### 【留学開始前に思っていたこと(2025 年 8 月 8 日記入)】

正直、とても不安です。私は英語が堪能というわけではなく、異国の地で 6 人 1 部屋という生活環境に適應できるのか心配しています。今まで身近にあった家族や友人と離れて暮らすことは初めてで、寮の部屋もベッドルームが 2 人 1 部屋のため、完全なプライベート空間はありません。

さらに、現在 LA ではデモが発生しており、私が通う大学の近くには治安が悪いとされるコンプトンという町があります。

自分で決めた留学ですが、正直、心残りもあります。帰国後は 2 年次秋学期に履修できなかった第二外国語(中国語)のために和泉キャンパスへ戻らなければなりません。また、サークル活動やアルバイトからも離れることになります。経営学部では 2 年秋学期からゼミ活動が始まりますが、その直後から 1 年間席を空けることになります。留学がなければ、寂しい思いやつらい思いをせず、日本で楽しい大学生活を送れたかもしれません。サークル活動に励み、アルバイトでお金を貯め、友人と旅行や飲み会を楽しむ、そんな日々もあったのかなと。自分であえて厳しい道を選んだのだと感じます。それでも自分のためになると思い留学を決意しました。

#### 【感想】

やはり急に寂しさを感じる時はあります。友人の SNS を見て自分がいないことに寂しさを感じたり、寝る前や一人で課題をしているとき、ふとしたタイミングでみんなに会いたいなと感じることがあります。うまくいかないことが重なり友人との電話中に涙が出てしまうときもありました。他の国に留学している友人や、同じ留学先の友人の SNS を見てうらやましく感じる事や自分はうまくいってないなと感じてしまうこともありました。自分は自分、友達は友達と割り切ることがとても大事だと思います。

渡航前は、「留学しなくても英語を上達させられるのではないか」「旅行でも十分ではないか」「英語の講義は日本でも受けられるのではないか」と考えていました。しかし、実際に来てみるとそれは大きな誤解でした。日本にいと英語で困ったとき、すぐに日本語に逃げるができます。しかしアメリカでは、会話が止まると「君は何を言いたいんだろう?」という表情で相手が待ってくれます。逃げ場のない環境、英語で話さなければ意思疎通ができない環境に身を置くことは、留学でしか得られない経験だと感じています。

さらに、日々の生活の大変さも改めて実感しました。食事の準備や洗濯、買い物など、今までは家族に任せていたことをたまに手伝う程度でしたが、ここではすべて自分でやらなければならない環境です。その大変さは想像以上でした。友人と毎日連絡を取れること、つらいことがあったときに家族に相談できること。自分が当たり前と思っていたことがどれだけ幸せで恵まれているのか再認識することができました。

この 3 か月間で、旅行では味わえない数え切れないほどの素晴らしい景色や経験を得ることができました。美しい自然や街並みだけでなく、異文化の人々と直接触れ合い、考え方や価値観の違いを体感できたことも大きな学びです。もちろん、大変なことや孤独を感じることも多くあります。留学を通じて、自分の弱さや不安に直面することもあります。それらの経験はすべて自分を成長させる糧となり、振り返れば「来て本当に良かった」と心から思っています。

