

# 【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	オレゴン大学(日本語名) 国名:アメリカ 英語(現地言語名)
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:
留学期間	2025年9月～2025年12月
明治大学の所属学部等 ※学部・学科・研究科・専攻等	政治経済学部
学年 ※出発時の本学での学年	3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。**

基本的には大学のホームページやメールなどで情報は集めました。気温や日本から持っていった方がいいものも事前に調べて精査しておく荷物も最適化できると思います。

## 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: J-1	申請先: アメリカ大使館
ビザ取得所要日数: 2 週間 (申請してから何日/ 何週間要したか)	ビザ取得費用: 約 6 万円

### 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?

パスポート、DS2019(入学許可証)、証明写真、SEVIS 支払証明書

### 2. 具体的な申し込み手順を教えてください。

アメリカ大使館のホームページにてオンライン申し込み→支払い→書類準備→面接予約→面接→受け取り

### 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?

どの大学で何を学ぶのか、渡航期間、アメリカへの渡航経験

### 4. ビザ取得に関して困った点・注意点

特になし

## 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)。

Sim の手配、入学の書類で指定の予防接種証明の提出があるので、それは早めに済ませておいたほうがいい。

## Ⅲ. 現地到着後のながれ

## 1. 到着時の様子

利用航空会社	ハワイアン航空				
航空券手配方法	HIS ※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	成田空港	現地到着時刻	17:05		
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 type="checkbox"/> タクシー	<input checked="" type="checkbox"/> その他 (ホストファミリーの出迎え)
移動の所要時間	16 時間				

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

オレゴン大学が提供しているホームステイプログラムに申し込んでいたのでホストファミリーの方に直接迎えに来ていただいた。

大学到着日	9 月 20 日 18 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：9 月 25 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(三人部屋)	
ルームメイト	<input type="checkbox"/> 日本人学生 <input type="checkbox"/> 他国からの留学生 <input checked="" type="checkbox"/> その他(現地学生)	
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	UO housing という大学のサイトにて	

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？

期日に従っていれば特に困ることはない

## 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	<input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった
日程	9/22、23
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:       )
内容の様子は？	単位や住居周りの説明、レク、キャンパスツアー、大学生活でのセキュリティや健康面の説明等
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	9 月 29 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？

なし

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？

なし

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？

なし

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？

なし

#### 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(          月          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？

履修登録期間中にサイトを通じて登録をした。

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？

可能、Prerequisiteが必要なものもあるが、担当の教授にメールを送れば基本的に柔軟に対応してくれる

# **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、朝食	起床、朝食	起床、朝食				
8: 00	授業	授業	授業				
9: 00	〃	〃	〃		起床、朝食		
10: 00	〃	勉強	〃	起床、朝食		起床、朝食	起床、朝食
11: 00	〃	〃	〃				
12: 00	昼食	昼食	昼食		昼食		
13: 00		勉強		昼食		昼食	昼食
14: 00		〃		勉強	授業		
15: 00		ジム		〃	ジム	ジム	
16: 00	授業	〃	授業	〃	〃	〃	
17: 00	〃	夕食	〃	〃	夕食	夕食	
18: 00		勉強	ジム	夕食	勉強		サッカー
19: 00		〃	〃	勉強	〃		〃
20: 00	夕食		夕食	〃			〃
21: 00	勉強		勉強				夕食
22: 00	〃		〃				
23: 00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝
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。

オレゴン大学は自然が豊かでとにかくのどかな町です。基本的には学生街なので、学校を中心に飲食店があります。キャンパス自体がかなり広いのでその分施設もかなり充実しています。とくにナイキの支援があるからか、ジムはとてつもなく大きいです。大学から少し離れたところには専用のアメフトのスタジアムもあり、そこまでがトレックコースになっているのでランニングしている人もしばしば見かけます。また、他国からの留学生も多くいます。アジア圏はかなりいて、ヨーロッパ圏の人もそれなりにいるのでアメリカ人以外の友達も見つけやすいと思います。

授業はかなり自由にとることができ、要件が必要なものもありますが、直接メールでかけあえば問題なく履修できます。内容は講義ベースなので日本と大差はないですが、ものによってはディスカッションのクラスもあります。授業の数自体は多くはない分、それぞれ 1 週間単位で課題がかなり出されるので、それを消化していたら 1 週間はかなりあつという間です。最初は面食らいましたが徐々に慣れてくるので、そんなに心配することはないのかなと思います。

寮は学校から少し離れているところにある場所で 3 人部屋です。もちろんキャンパス内にある寮もあります。食事はミールプランが寮のプランでセットでついてくるのでそれを寮の食堂で使っています。寮は基本的に 2 人部屋以上なので、もしプライベートな空間が欲しい、自炊したい場合はアパートを借りるのもいいと思います。1 年生は原則寮に住まないといけないので寮によっては騒がしいところもあるみたいです。

英語の勉強は留学前にもっとやっておくべきだったなと感じています。Speaking はもちろんのこと Listening を強化しておいたほうがいいと思います。他国の留学生も多いため、アクセントがかなり違ったり、教授もネイティブではなかったり、訛りがあつたりします。資格などに出てくるようなきれいな英語は逆に珍しいと思います。そういう人たちとの会話は聞くことに必死になって返事が単調になることが自分自身かなりあるので、YouTube などで Vlog などの現地の英語を聞く練習をしておくといいと思います。