

# 留 学 報 告 書

記入日:2019年7月10日

所属学部／研究科・学科／専攻	国際日本学部/国際日本学科
留学先国	アメリカ合衆国
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: カリフォルニア州立大学ロングビーチ校 現地言語: California State University Long Beach
留学期間	2018年8月～2019年6月
留学した時の学年	3年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	3年生(留学先大学で在籍した学年)
留学先での所属学部等	<input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。
帰国年月日	2019年6月15日
明治大学卒業予定年	2020年3月
<b>留学先大学について</b>	
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	1学期:8月下旬～12月上旬 2学期:1月中旬～5月中旬 3学期:- (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)
学生数	32,170
創立年	1949

留学費用項目	現地通貨 (ドル)	円	備考
授業料	0	0円	交換留学のため
宿舍費	9900	990,000円	ホームステイ、シェアハウス
食費	3300	330,000円	自炊中心
図書費	200	20,000円	3冊分
学用品費	0	0円	
教養娯楽費	100	10,000円	本
被服費	300	30,000円	
医療費	0	0円	
保険費	800	84,550円	形態:東京海上日動 海外旅行保険
渡航旅費	1800	200,000円	マニラ航空/香港航空
雑費	0	0円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
<b>合計</b>	16,400	1,664,550円	



## 渡航関連

渡航経路:羽田-マニラ-LAX/LAX-香港-成田

渡航費用

チケットの種類	エコノミー/エコノミー
往路	73,000/60,000
復路	-
合計	133,000

渡航に際して利用した旅行会社やガイドブックを教えてください。

サプライス

## 滞在形態関連

1)種類(留学中の滞在先)(例:アパート、大学の宿舎など)

8月~1月ホームステイ、1月~6月シェアハウス

2)部屋の形態

個室 OR 相部屋(同居人数3人)

3)住居を探した方法:

ホームステイ斡旋会社、留学大学先のFacebook ページ

4)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)

ホームステイは生活環境が整っていることが多いが、自由度が低い。  
シェアハウスは生活環境を自ら整えていく必要があるが、自由度が高い。

## 現地情報

1)現地で病院にかかったことはありますか? 大学内の医務室/診療所や付属病院等で医療サービスを受けることは可能でしたか?

利用する機会が無かった  
利用した:

2)学内外で問題があったときには誰に相談しましたか。留学先大学に相談窓口はありましたか。

履修講義についての相談は、留学先の留学生向け相談窓口で相談した。  
生活面での相談は、ホストファミリーや現地に暮らす友人に相談した。

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?

現地に暮らす友人らと行動するように心得た。スマートフォンを盗難された際は、ルームメイトや友人らに連絡手段や情報収集の面で協力してもらった。

4)パソコン、携帯電話、インターネット(接続について)現地での利用はいかがでしたか。

(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。)

全く問題なかった

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。)

日本の銀行口座に、日本の親から送金してもらった。家賃の支払い以外は、クレジットカードを使用していた。また、ライフカードというクレジットカードの場合、海外から現金を引き落とすことができる。

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。

特になし

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、渡航前に留学先大学から指示があった、渡航後のオリエンテーションで支払いに関する案内があった等)

-

## 卒業後の進路について

1) 進路
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2)進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など
留学先の就活支援団体、就活支援団体エンカレッジ、ジョブテシオなど
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、或は入社すると決定した企業の名前のみでも構いません) ※1～3年生で、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。
ファーストリテイリング ユニクロ
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。) ※1～3年生で、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。
留学前から、就職活動に関する情報収集のために、学内外の企業説明会への参加、先輩方への相談、自己分析等を行っていた。また、留学期間中には現地の日本人就活生と交流したり、オンキャンパス選考やキャリアフォーラム等に参加したりしていた。しかし、日本国外から、企業の特色や文化を実際に感じることは難しいため、OBOG 訪問をする必要があると感じた。個人的な意見として、留学によって就職活動が一般的な時期とは異なることについて不安を感じる必要はないと考える。むしろ、同時並行することによって、留学中にできる経験を失ってしまうことになりかねないため、留学前から、自分の進路計画を立てることを強く進める。
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、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

## 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してください)

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 type="checkbox"/> 単位 <input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由: )
2)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):
Business Professional Comm	ビジネスコミュニケーション
科目設置学部・研究科	Communication
履修期間	Fall semester
単位数	3.0
本学での単位認定状況	不明単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	セミナー(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	Ty Kopp
授業内容	ビジネスマンとしてのコミュニケーション力をトレーニングする講義。教科書の内容に沿って、ディスカッションなどを交えて、行われる。
試験・課題など	毎週オンラインでの小テスト、中間考査、期末考査、プレゼンテーション、面接試験
感想を自由記入	履修要件のあるレベルの高い講義だったが、必ず履修したいと思った講義だったため、教授と学部に交渉し履修することができた。留学先で、就職活動をしていたためとてもためになった。

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):
Fashion Strategy for Consumers	ファッション戦略
科目設置学部・研究科	Fashion Merchandising and Design
履修期間	Fall semester
単位数	3.0
本学での単位認定状況	不明単位認定(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	Hye Jeong Kim
授業内容	ファッション業界の基礎知識を、消費者目線からも学ぶ講義。教科書よりも教授のオリジナルの授業内容である。
試験・課題など	オンラインでの中間考査と期末考査、グループプレゼンテーション、スタディーガイド、その他の課題
感想を自由記入	秋学期の履修で1番好きな講義だった。教授がとてもフレンドリーで楽しく講義をするため様々なことを積極的に学べた。

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):
Critical Thinking	クリティカルシンキング
科目設置学部・研究科	Psychology
履修期間	Fall semester
単位数	3.0
本学での単位認定状況	不明単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	セミナー(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	Judy Quon
授業内容	クリティカルに物事を考える方法のレクチャーと、それを試す口頭でのトレーニングテストを毎週交互に行う。
試験・課題など	毎週の口頭トレーニングテスト、4つの筆記考査、最終レポート
感想を自由記入	自分の考えを積極的に発表することを求められる講義だった。そのため、日本での講義とは違う刺激を受け、実践的に使える知識を得ることができた。

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):
Social Trends & Problems	社会問題
科目設置学部・研究科	Sociology
履修期間	Fall semester
単位数	3.0
本学での単位認定状況	不明単位認定(本学で認定された単位数を書いて下さい)
授業形態	セミナー(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	Eduardo Lara
授業内容	教科書の内容よりも、日々起きている社会問題をディスカッションするレクチャー。
試験・課題など	3つの筆記考査、中間期末レポート、ディベートテスト
感想を自由記入	社会学の専門的な基礎知識よりも、社会問題に対するアプローチの方法などを学んだ。

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):
Fash Ind Ethics and Soc Resp	ファッション産業の倫理と意義
科目設置学部・研究科	Fashion Merchandising and Design
履修期間	Spring semester
単位数	3.0
本学での単位認定状況	不明単位認定(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	Jung Mee Mun
授業内容	ファッション業界のエシカル問題やサステナビリティについて学んだ。自分の意見を求められることが多い。
試験・課題など	個人プレゼンテーション、グループプレゼンテーション、3 つの筆記考査、2 つのレポート、ディスカッション課題
感想を自由記入	留学の目的であったそしてサステナブルファッションについての講義であったため、力を入れて取り組んだ。教授はフレンドリーで、クラス全体と面白く学びを深めることができた。

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):
Fashion Forecasting	ファッションフォーキャスティング
科目設置学部・研究科	Fashion Merchandising and Design
履修期間	Spring semester
単位数	3.0
本学での単位認定状況	不明単位認定(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	Hye Jeong Kim
授業内容	ファッション業界の最新トレンドへの予想やトレンドをクリエイトすることについての講義。
試験・課題など	3 つの筆記考査、ペアプレゼンテーション、グループプレゼンテーション、スタディガイド、レポート
感想を自由記入	秋学期に履修した教授のアップークラスであったため、秋学期に学んだ知識を実践的に生かすことができた。



### 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、留学中の中間試験、期末試験、その他イベント等

2017年 1月～3月	
4月～7月	二年生に進級、留学についてリサーチ開始
8月～9月	
10月～12月	CSULB への留学に出願、面接
2018年 1月～3月	CSULB に合格、ゼミナール選考
4月～7月	三年生に進級、CSULB からの交換留学生との交流、就職活動、ゼミナール活動
8月～9月	出国、ホームステイ開始、秋学期開始
10月～12月	就職活動、各行事のパーティー、ボストンキャリアフォーラム、誕生日パーティー、期末考査、友人らとハイキング旅行
2019年 1月～3月	シェアハウス開始、春学期開始、第一希望の企業より内定獲得、中間考査
4月～7月	SF に一人旅行、期末考査、LasVegas 等にルームメイトと旅行、帰国
8月～9月	内定者バイト開始予定、秋学期開始予定
10月～12月	未定

## 留学体験記

留学しようと決めた理由	
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	<p>何事においても、自分から行動することがその後の機会を作っていくと思います。私は、留学先から明治大学に来ている交換留学生たちに自分から連絡を取りました。その結果、留学期間中もその後も仲良くするほど、大切な友人に出会うことができました。</p> <p>また、学問の面では、日頃から英語の長文を読むことや、メジャーに関連した文章を読むことが留学先での課題が苦にならないと思います。</p>
この留学先を選んだ理由	<p>サステナブルファッションが最も発達している都市の1つであるため選びました。また、多様なバックグラウンドを持った人々が暮らしている場所のため選びました。</p>
大学・学生の雰囲気	<p>1つの人種に偏らず、異なるバックグラウンドを持つ人々がバランスよく、生活しています。Work hard, play hard で生活している学生が多いため、様々な刺激を受けることができました。</p> <p>大学の敷地はとても広大で端から端までは徒歩で40分ほどかかります。学内のジムやパソコンが使える自習室や図書館があります。キャンパスから、海も山も見れる最高の場所です。また、大学内に交番があったり、学生の安全を配慮した機械があったりするため、セキュリティはとても高いです。</p>
寮の雰囲気	<p>寮に入っていないので、詳しくはないですが、交友関係においては、寮によっては日本人学生と一緒にすることが多く、他の学生らと関わる機会を失っている学生が多いようにも思いました。</p>
交友関係	<p>ホームステイをしていたことで、現地の住人や近所の人と仲良くなるが多かったです。また、シェアハウスをしているときは海外からの留学生達と遊ぶことが増えました。そして、その繋がりから他校の学生とも交流する機会が増えました。どんな場面でも、自分の意見を主張することと、何事にもオープンマインドでいることで、自然と交友関係が広がっていくと感じました。</p>
困ったこと、大変だったこと	<p>特になかった。自分の生活を自分で創るという意識を持って、生きることが大切だと思います。日本とは違い、ただでは何も起きないため、自ら主体的に動き、自立していく必要があると思います。その困難をポジティブに捉え、楽しむことができれば、特に困ることはないように思います。</p>
学習内容・勉強について	<p>秋学期は自分の興味のある様々な分野を学習することをイメージして、履修しました。その結果、様々な学問分野の基礎知識をつけることができました。一方春学期では、ファッションの講義を中心に履修しました。その結果ファッションメジャーの友人が増えたり、関連イベントに行く機会が増えたりしました。クラス内外で実践的に学びを深めることができました。</p>

課題・試験について	ほとんどの講義で、事前に教科書などで知識をインプットすることが求められました。試験については、教授によっては、スタディーガイドという、テスト内容の概要を配布する。それを中心に勉強していれば、特に問題は無いように思います。しかし講義によっては、暗記だけでは答えられない、実践的な問題が出題します。そのため、講義に不安が強い人は、事前に教授の評価サイトなどを通して、情報収集することを勧めます。
大学外の活動について	秋学期はインターナショナルビジネスサークルに入っていました。春学期は、学内のファッションショーに携わりました。それらを通して、同じメジャーの学生たちとコネクションを作ることができました。毎週末は友人とパーティに行ったり、遊びに行ったりしていました。
留学を志す人へ	何を目的に留学をするのかを明確にし、留学前からもそれを軸に生活することを強くお勧めします。1人で新しい地で生きること、自分の力だけで生活を創ることを、苦しく感じることもあると思います。しかし、その機会を楽しむことができれば、あなたの留学生活はかけがえのないものになると約束します。何事にもオープンマインドで困難すらも楽しんで下さい。

## 一週間のスケジュール(例)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前中	朝食	朝食	朝食	朝食			
	勉強	ジム	勉強	ジム		朝食	
午後	昼食、講義	昼食、講義	友人と昼食 講義	昼食、講義	昼食	友人と遊ぶ	朝食
	読書	講義	読書	講義	友人と遊ぶ		ジム
夕刻	講義	読書	講義	読書			勉強
夜	夕食	夕食	夕食	友人と外食	パーティ	帰宅	

