

協定留学近況報告書

記入日	2019年 11月 8日
留学先大学	サンフランシスコ州立大学
留学先での所属学部等	<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) <small>※学部等名(日本語):経営学部, (現地言語での名称):Business Administration</small> <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	2019年8月ー2020年5月
明治大学での所属	経営学部経営学科
学年(出発時本学での学年)	学部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。

わからないことはメールで留学先の大学と連絡を取り合い解決しました。

また、大学側からの返信が遅くなることもあるので、期限があるものに関してはなるべく早めに質問することをお勧めします。

また、入学許可書が送られてくるのが遅いので先行して VISA 申請の方法などを調べておくことをお勧めします。

学内寮に住みたい学生は留学の許可が届き次第すぐに申し込むことをお勧めします。

申し込む段階では、寮や部屋を選べますが、僕や周りの日本人留学生は皆「Village Centennial Square」という寮に自動的に入れられました。(学内寮の中でも一番部屋が広く、設備も整っているので全く問題ないです。)

また、早めに SF に到着する学生で学内寮に住む予定の学生は Early Move-In を申し込むと良いです。入寮する約1ヶ月前にメールにて書類が送られてきます。(正式入寮日の 1 日前から入寮できます。)

II-1. 留学のための渡航前手続き(留学ビザ)

ビザの種類: J1	申請先: アメリカ合衆国大使館
ビザ取得所要日数: 1~2 週間 (申請してから何日/週間要したか)	ビザ取得費用: 60 万円
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 / DS-160 / DS2019 滞在許可書 / 5cm×5cm の証明写真 / 面接予約証明書	
具体的な申し込み手順を教えてください。	
オンライン申請→面接予約→面接→完了	
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?	
留学目的・滞在場所・滞在期間・過去滞在歴	
ビザ取得に関して困った点・注意点	
大使館内にはパソコンやリュックなど持参できないので、最寄りの駅のコインロッカーに預けました。	
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, 荷物運送など)	
持っていく荷物はなるべく最小限にして、現地で調達することをお勧めします。(大学から徒歩 10 分のところにモールがあります。) 学内寮には寝具が用意されていないので、スーツケースに余裕があれば日本から持参すると良いです。	

Ⅲ. 現地到着後のながれ

1. 到着時の様子

利用航空会社	JAL				
航空券手配方法	インターネット予約				
大学最寄空港名	サンフランシスコ国際空港	現地到着時刻	13:30		
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 checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関 (<input type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> 電車)	<input type="checkbox"/> タクシー	<input type="checkbox"/> その他
移動の所要時間	約 30 分				

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 か Lyft が楽で便利です。

大学到着日	8 月 17 日 13 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 17 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 checked="" type="checkbox"/> 二人部屋	<input type="checkbox"/> その他()
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(トルコ系アメリカ人の学生)
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	大学のホームページにて URL: https://sfstatehousingportal.sfsu.edu/StarRezPortalX/FBF063BB/1/1/Home-Home		

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?

渡航前に学内寮を申し込みました。

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	<input checked="" type="checkbox"/> あった	<input type="checkbox"/> なかった
日程	8/18/2019 - 8/25/2019	
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?	説明会だけでなく、レジャーイベントやクラブイベントもあります。	
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 26 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?

大学が指定した日程・場所(教室)に行き、書類を提出します。(書類はオリエンテーションにて配布されます。)
また、オンラインにて日本領事館へ在留届を提出する必要があります。

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?

麻疹・おたふく風邪・風疹の予防接種の英語版の証明書を現地にて提出する必要があります。
渡航前に早めに済ませることをお勧めします。僕は日比谷クリニックに行きました。

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?

学内寮「Village Centennial Square C 塔」の入口に US BANK のカウンターがあり、簡単に開設できます。

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?

Mint Mobile の SIM カードを購入しました。

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(4月30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？

大学のホームページに従って履修登録を行った。

URL: <https://cms.sfsu.edu/content/registering-classes>

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？

現地で履修の変更・追加ができ、希望通りの授業が取れました。

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してください。

	月	火	水	木	金	土	日
7:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
8:00	睡眠	起床	起床	起床	起床	睡眠	睡眠
9:00	睡眠	授業	自由時間	授業	朝食	睡眠	睡眠
10:00	起床	授業	自由時間	授業	自由時間	起床	起床
11:00	ランチ	授業	自由時間	授業	自由時間	ランチ	ランチ
12:00	自由時間	昼食	お昼	お昼	授業	自由時間	自由時間
13:00	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	授業	自由時間	自由時間
14:00	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	お昼	自由時間	自由時間
15:00	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	授業	自由時間	自由時間
16:00	自由時間	自由時間	授業	自由時間	授業	自由時間	課題
17:00	自由時間	自由時間	授業	自由時間	自由時間	自由時間	課題
18:00	授業	自由時間	授業	自由時間	自由時間	自由時間	課題
19:00	授業	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食
20:00	授業	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間
21:00	夕食	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間
22:00	自由時間	課題	課題	課題	自由時間	自由時間	自由時間
23:00	課題	課題	課題	課題	自由時間	自由時間	自由時間
24:00	就寝	就寝	就寝	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間

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、生活全般についてなど、自由に書いてください。

サンフランシスコ州立大学は勉強とレジャーを両立する上でとても適した大学です。キャンパス内には 24 時間開館の図書館やゲームセンター、バー、そしてプールとサウナ付きのジムもあり、充実したキャンパスライフを送るには絶好の場所です。また、食堂や売店以外にも、Subway、Jumbo Juice、Quickly などアメリカで有名なチェーン店なども多々あるので、食べ物に飽きることはないです。

大学の授業では、学生が積極的に手を挙げ先生に質問するので、授業参加率がとても高く、日本との文化の違いを感じられます。授業内容は講義型の授業もあれば、実践的なフィールドワークの授業もあり、様々なやり方や視点から学ぶことができます。

学内寮は、「Village Centennial Square C 塔」の場合、4 人～5 人での共同生活が基本で、寝室は 2～3 つ、バスルームは 2 つ、そしてリビングやキッチンもあり、充実した寮生活を送れています。

各フロアにゴミ置場があり、2 階には洗濯機があります。寮から歩いて 10 分のところにスーパーとモールがあるので日用品はそこで調達できます。

週末には、同じ棟の近所に住んでいる学生何人かで集まって小パーティーを開いたりもします。

サンフランシスコ市内は交通機関が充実していて、また Uber や Lyft を使ってどこへでも楽に行くことができます。観光スポットもたくさんあるので、時間があるときにハウスメイトや友達と一緒に回ると楽しいです。

留学先大学を目指す学生に向けてのアドバイスをお願いします。

サンフランシスコ州立大学では、楽しく充実した留学生活を送ることができます。

サンフランシスコは多様な文化が混ざり様々な考えを持った人たちと出会い、話をすることができとてもおもしろい場所です。自分の意見を伝えると同時に、いろんな考え方を吸収する勢いで留学にのぞむことで英語力が伸びるだけでなく視野を広げることもできます。

英語が話せない、聞き取れないから会話をするのが厳しいと思いがちですが、数ヶ月すれば段々と舌や耳が慣れてきます。僕も出発してからとにかく単語やスラングを覚えて日常生活で実際に使うようになってきましたが、段々と普通の会話ができるようになりました。

注意すべきことは、他の日本人と群れたり、頻繁に話したりすることは避けたほうが良いです。

また、日本と違いキャンパス内外問わず確実に安全とは言えないので、こまめに友達や親と連絡を取り合ったり、危険な場所に自らは行かないようになど、自分の身を守るための手段をしっかり考えておくことをお勧めします。

最後に、留学は楽しみだけでなく、不安や実際に生活してみて困難なこともあると思いますが、それらを含めてとても貴重な経験になると思います。挫けず、諦めず、困った時はハウスメイトや友達を頼ってください。

有意義な留学生活を送れることを願ってます。

Report of the program activities (during the program)

Date of reporting	year: 2019 month: November day: 8
Host University	San Francisco State University
Department you belonging to at the host university	<input checked="" type="checkbox"/> I belong to a specific department(Please fill out the following information) ※ Name of the department: Business Administration <input type="checkbox"/> I do not belong to any specific department and taking the classes of various majors. <input type="checkbox"/> Other:
Duration of the exchange program	Year 2019 month August to year 2020 month May
Department you belong to at Meiji University	<u>School of Business Major(field of study) Business Administration</u> / Graduate school of <u>Business Major: Business Administration</u>
Year (before departure)	Undergraduate: Junior / Graduate <input type="checkbox"/> Masters <input type="checkbox"/> Doctorate year

I. How did you find the information to prepare for your departure? Please report and give some advises for future exchange students going abroad on what they need to know and be informed.

I sent mails to the school about anything that I am not sure or don't understand.

I recommend sending mails as early as possible especially if it has a due because they sometime reply back very late.

Also, admission letter will be sent late, so it is better to start doing research about how to apply for VISA.

I recommend who are planning to live on-campus, to apply for the dorm as soon as you received your admission letter. You can choose which dorm or room-type you want to live at the point when you are applying housing but probably most of Japanese Exchange students will be assigned to a room in "Village Centennial Square" automatically (But the room size is bigger and fully appointed so I have no complaint so far).

Moreover, it is better to apply for "Early Move-In" if you are arriving to San Francisco earlier .A mail that document is attached about the early move-in will be sent to you about a month before you get in to the dorm (You can move-in from one day before the official move-in date).

II -1. Preparing before going exchange program (About VISA)

Type: J1	Where to apply: Embassy of United States in Tokyo
How long did it take to get a VISA: 1 – 2 weeks (How long did it take from the application to the acquisition of your VISA?)	Cost: 600,000 yen
What kinds of documents were required to submit to apply for VISA? How did you prepare those documents?	
DS-160 / Passport / DS-2019 / 5cm × 5cm Photo	
Please report on the details of applying process.	
Apply online → Reserve Date for Interview → Interview → Done	
If you took any interview at the Embassy, please report on the details of the questions you were asked.	
What is the purpose of going? Where are you going to stay? How Long Are You Going to Stay? Have You ever been to?	
Were there any difficulties or notices to take the VISA?	
Be aware that it is not allowed to bring PC or Bag pack with you to embassy, so leave your stuff in coin locker at the nearest station.	

II -2. Preparation before departing for exchange program (Other topics)

Please report on any other necessary preparation before your departure. (E.g. Preparation of money, purchasing a cellphone, shipments of your commodities, and etc.)
I recommend to keep baggage to a minimum as much as you can and buy daily things when you arrive (there is a big mall 10 minutes' walk from the dorm). Bedding is not included to the facility for the dorm so you have to bring your own or buy at the mall when you arrive.

III. After Arrival

1. Arrival Information

Airline	JAL			
How to purchase air ticket	Online ※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して下さい。			
Arrival airport	San Francisco International Airport	Arrival time	13:30	
How to get to the campus	<input type="checkbox"/> Pick-up of host university	<input type="checkbox"/> Pick-up of your friend	<input checked="" type="checkbox"/> Public transportation (<input type="checkbox"/> Bus <input checked="" type="checkbox"/> Train)	<input type="checkbox"/> taxi <input type="checkbox"/> other
How long did it take from the airport to the campus?	30 minutes by train			

Are there any important points to get to the campus? Please inform on the cost of taxi or any transportations.

Using Uber or Lyft would be easier to get to the campus.

Arrival date Month: August date: 17 time: 13:00

2. Housing

Did you check-in soon after arriving?	<input type="checkbox"/> Yes <input checked="" type="checkbox"/> No	If your answer is "No": The date you checked-in was... month: August day: 17
Type of housing	<input checked="" type="checkbox"/> Dormitory <input type="checkbox"/> Apartment <input type="checkbox"/> Other()	
Type of the room	<input type="checkbox"/> Alone <input checked="" type="checkbox"/> two persons <input type="checkbox"/> Other()	
Room mates	<input type="checkbox"/> Japanese Student <input type="checkbox"/> International Student <input checked="" type="checkbox"/> Other(Turkish American)	
How to find the accommodation	<input checked="" type="checkbox"/> Recommendation from host university <input type="checkbox"/> by yourself <input type="checkbox"/> Other()	
Details of the application	Go to homepage of SFSU. URL: https://sfstatehousingportal.sfsu.edu/StarRezPortalX/FBF063BB/1/1/Home-Home	

Have you decided your accommodation before departure or after arriving easily? Were there any troubles to find it?

I applied for on-campus housing before departure.

3. Orientation

Was there any orientation?	<input checked="" type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
Date	8/18/2019 - 8/25/2019
Was it mandatory to attend?	<input checked="" type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
Did it cost any?	<input checked="" type="checkbox"/> No. It's free of charge. <input type="checkbox"/> Yes(Cost:)
Contents (details)	There will be not only information session but leisure event and club event and so on...
Was there any special guidance arranged for exchange students?	<input checked="" type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No
Date of beginning of the class	month: August day: 26

IV. Other process to be completed after arriving

1. Was it necessary to get any permission of staying after arriving? If yes, where, report on when, and how to apply for a permission? How long and how much did it take? Was there any trouble?

You have to follow Orientation and they will give you certain paper and tell you where to submit. Also, you have to submit your resident report to Japanese embassy in San Francisco online.

2. Were there any other procedures you completed after arriving? (E.g. medical checkup, inoculation and etc.) If yes, report on where, when, and how did you complete them? How long and how much did it take? Was there any trouble?

You have to submit immunization record that includes measles, mumps and rubella to the Housing Office. You should take immunization earlier before departure. (I went to Hibiya Clinic)

3. Did you open any bank account abroad? How did you open it and what kinds of documents were required to apply? How long and how much did it take? Was there any trouble?

There is US Bank next to the entrance of "Village Centennial Square Building-C" and you can open an account easily.

4. Did you purchase any cellphone? How did you open it and what kinds of documents were required to purchase it? How long and how much did it take? Was there any trouble?

I bought a Mint Mobile SIM card.

V. Course registration and classes

1. When and how did you register your courses?

Before departure (approximate date: month April day 30)
 Online Filling out an application form Not allowed to register other()

After arriving (approximate date: around month day)
 Online With support by International office at the host university
 Not allowed to register other()

Was there any priority as an exchange student? Yes No

If your answer is Yes, please report on the details.

If your answer is No, how did you register your classes?

I followed the Homepage of SFSU.
URL: <https://cms.sfsu.edu/content/registering-classes>

If you had registered the courses before departure, could you change or add any classes after arriving? Could you register all the classes which you wished to attend?

I could change and add classes.
I could take courses that I was planning to take but there are some classes that you cannot take. You can find it when you try to register a class. If the class is not open to exchange student then you will get an error.

VI. Weekly Schedule (Please enter your daily life such as class, activities, and self studies.)

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
7:00	Sleep	Sleep	Sleep	Sleep	Sleep	Sleep	Sleep
8:00	Sleep	Wake Up	Wake Up	Wake Up	Wake Up	Sleep	Sleep
9:00	Sleep	Class	Free Time	Class	Breakfast	Sleep	Sleep
10:00	Wake Up	Class	Free Time	Class	Free Time	Wake Up	Wake Up
11:00	Branch	Class	Free Time	Class	Free Time	Branch	Branch
12:00	Free Time	Lunch	Lunch	Lunch	Class	Free Time	Free Time
13:00	Free Time	Free Time	Free Time	Free Time	Class	Free Time	Free Time
14:00	Free Time	Free Time	Free Time	Free Time	Lunch	Free Time	Free Time
15:00	Free Time	Free Time	Free Time	Free Time	Class	Free Time	Free Time
16:00	Free Time	Free Time	Class	Free Time	Class	Free Time	Homework
17:00	Free Time	Free Time	Class	Free Time	Free Time	Free Time	Homework
18:00	Class	Free Time	Class	Free Time	Free Time	Free Time	Homework
19:00	Class	Dinner	Dinner	Dinner	Dinner	Dinner	Dinner
20:00	Class	Free Time	Free Time	Free Time	Free Time	Free Time	Free Time
21:00	Dinner	Free Time	Free Time	Free Time	Free Time	Free Time	Free Time
22:00	Free Time	Homework	Homework	Homework	Free Time	Free Time	Free Time
23:00	Homework	Homework	Homework	Homework	Free Time	Free Time	Free Time
24:00	Sleep	Sleep	Sleep	Free Time	Free Time	Free Time	Free Time

VII. Feedbacks from the beginning of the program to the present

Please give us any feedbacks on the host university, your program, classes, dormitory, and your life abroad.

San Francisco State University is best for balancing your study and leisure time. Inside campus, there are library 24h open, arcade, bar, and gym and you can lead a nice campus life.

Also, there are not only Kiosk or food court but also several famous franchise stores such as: SUBWAY, Jumbo Juice, Quickly, so you won't get bored with meals.

In the class, students participate to the class actively and ask many questions so you might find it different and fresh compared to Japanese culture. There are lecture-type classes and active learning-type classes by doing filed work so that you can learn effectively by using different part of your brain.

Usually, 4-5 people will live together at the dorm "Village Centennial Square Building-C" and there are 2-3 dorm rooms, 2 bathrooms, living room, and kitchen.

On weekend, people lives neighbors in the dorm gather and have a small party sometime.

It is also good to go sightseeing around the city. You can go anywhere easily by using Uber or Lyft.

Try to go sightseeing with your housemate or other friends so that you can separate fee when you take Uber or Lyft.

Please give some advice to the students who are willing to study abroad at the same host university in the future.

You can lead a good campus life at San Francisco State University.

You will find cultural diversity in San Francisco, and it is fun that you will have many opportunities to meet and talk to different kinds of people. It would be great if you could be mentally ready to discuss and tell your opinion, and also incorporate different kinds of ideas so that you can raise your English level dramatically and at the same time you can broaden your mind in a good way.

Don't worry even if you are not confident enough to have a conversation in English. You will get used to listening and speaking English in a few months. I memorized as many basic vocabularies and slung as possible and I tried to use them in a daily life. Thanks to that, I am being able to have a normal conversation with native people.

One thing that is important to keep in your mind is to try not to hang out with student from your home country a lot but sometime, unless you speak English to them.

Also, as oppose to Japan, there is no guarantee for safety whether on-campus or not. Therefore, I recommend to contact to your friends or parents often and try not to go dangerous place that you are aware of to avoid any danger cases.

At last, during the study abroad program, there will be not only excitement, but also some difficulties but don't give up and try to reach for a help to your housemate or friends to overcome. I guarantee they will help you out for any cases. Also don't forget to enjoy your life in the U.S. as much as possible. Good Luck!