

## 【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2025年2月14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2月5日
明治大学卒業予定年月	2027年3月
留学先大学について	
留学先国	イギリス
留学先大学	ヨーク・セント・ジョン大学(日本語名) York St John University(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	2024年9月～2025年2月
留学先大学で在籍した学年	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:9 月下旬～1 月下旬 2 学期:2 月上旬～6 月中旬 3 学期: ～ 4 学期: ～
学生数	約 8000 人
創立年	2006 年 University 設立

## 留学費用

留学費用項目	現地通貨 (£ ポンド £1=¥200 で計算)	日本円	備考
授業料	0	0 円	大学間協定留学のため
宿舍費	1829	約 350,000 円	大学寮
食費		約 180,000 円	ヨーク滞在中の食費の概算。飲酒や外食やや多め。
図書費	0	0 円	
学用品費	0	0 円	
携帯・インターネット費	£ 60	12000 円	留学前旅行 SIM 約 ¥2000 英国・GiffGaff 使用(月 £10)・Airalo 1 ヶ月分 \$17
現地交通費	0	0 円	( <input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費		約 1,000,000 円	旅行代など
被服費	£ 130	約 26000 円	現地での衣服購入はほとんどなし。革靴とニット帽程度。
医療費	0	0 円	一度オンライン診療を受診したが、保険カバー内のため無料。
保険費		66730 円	形態:東京海上日動海外保険(明治大学にて加入義務あり)
渡航旅費		300,000 円	後述あり
ビザ申請費	£ 10	2000 円	2025 年 1 月より英国入国時に ETA 取得が義務付けられたため申請した。日本国籍の場合ヨーロッパのほぼすべての国でビザ不要で入国可能。
雑費		約 100,000 円	日用品や娯楽など
その他		円	
その他		1,730,000 円	
合計		約 2,100,000 円	

## 渡航関連

渡航経路
<b>往路 出発地:</b> 羽田(HND) <b>目的地:</b> ロンドンヒースロー(LHR) <b>経由地:</b> ローマ(FCO)・ミュンヘン(MCH)に、旅行のため2週間ほど滞在
<b>復路 出発地:</b> ロンドンシティ(LCY) <b>目的地:</b> 羽田(HND) <b>経由地:</b> ローマ(FCO)
渡航費用
① 往復チケットを購入した場合 航空会社:ITA airways  料金:約 26 万円  ② 片道ずつチケットを購入した場合 往路 航空会社:            料金:  復路 航空会社:           料金:                            ∴合計:
航空券購入方法
<input type="checkbox"/> 旅行代理店(店名:        )  <input checked="" type="checkbox"/> インターネット(サイト名:ITA Airways, Lufthanza)  <input type="checkbox"/> 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)
<input checked="" type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前:Limes Court) <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ
2) 部屋の形態
<input type="checkbox"/> 個室 <input checked="" type="checkbox"/> 相部屋(同居人数わたし含めて 5 名)
3) 共有部分
<input checked="" type="checkbox"/> バス <input checked="" type="checkbox"/> トイレ <input checked="" type="checkbox"/> キッチン( <input checked="" type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可)
4) 住居を探した方法:
大学からの斡旋。ほかにも寮は複数あるが、日本人留学生が滞在していたのは Limes Court と Grange であった。基本的にどちらになるかは大学側が決定するが、メールで問い合わせた変更した方もいる。

## 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)

Limes Court と Grange という二つの寮が主に留学生に斡旋される寮だと思われる(特に日本・韓国)。Limes Court は 1 学期・Grange は 1 学年留学する生徒が多い傾向にあった。Grange は大学まで 5~7 分・シティセンターまで 10~15 分ほどかかる。入寮者がかなり多く、賑やかな寮らしい。日本人や韓国人が非常に多く、中には flatmate 全員が日本人の flat もあった。Limes Court は大学から 20 分弱・シティセンターまで 20~30 分かかる、少し不便な寮である。その分 Grange よりもキッチンが広かったり、入寮者が少なく落ち着いて過ごすことができる。2~3 匹猫が住み着いており、マスコットの存在になっている。

どちらの寮もスーパーとの距離が課題である。大学の近くにあったスーパー(Sainsbury)が 2025 年 1 月に閉店したため、近いスーパーは各寮近くにある小さなコンビニか、歩いて 15 分ほどのところにある大型スーパー(Morrisons, Lidl)のみとなり、少し不便に感じるかもしれない。また大学・寮ともに York 駅からかなり離れている。駅→大学は 20 分・駅→Limes Court の場合は 30~40 分ほどかかる。物価高・土日の行楽価格で Uber も ¥4~7 とかなり幅がある。バスでアクセスするのも不便な立地なので、駅利用の際は時間・手間がかかることは留意しておきたい。

Limes Court に滞在した感想は、非常に過ごしやすい、これに尽きる。ほかの寮よりも遠く、設備や建物自体が古いですが、それでも喧騒から離れた寮で、ストレスなく過ごすことができる。私の場合は flatmate とともに非常に仲良く過ごすことができた。私以外全員女性であったが、いろいろなイベントに誘ってくれたり、とてもやさしくしてくれて感謝している。

Limes Court の不安は設備の古さである。特に水回りと空調。イギリスあるあるだが、温水と冷水で蛇口が分かれており、洗顔などで非常に不便を感じた。またトイレも一度で流れないことが多発し、不便であった。また暖房器具は大学によって一括管理されており、自分で起動することができない。また「何℃以下の場合、何℃の暖房をつける」というシステム上、個人的にかなり寒いと感じていても暖房がつかないことが数多くあった。また突然知らない人が寮に無許可で入ってくるのが散見された。セキュリティや点検の方だったが…海外クオリティである。

寮生活で大変だったことは、食事・洗濯である。実質一人暮らしのため、食材の買い出し・管理・調理を定期的に行うのは私にとって初めてだったため、非常に負担となった。人によってはきっちり調理していたが、私はオートミールやパスタ(生肉は管理が大変なため、ソーセージや鯖缶)を毎日食べていた(食事回数も減らした)。留学前に食事を自分で用意する練習をしておくのとよかったと思う。特に食材管理、本当に大変。何度青かびを生やし捨てたことか。

洗濯は各寮に 2~3 機洗濯機と乾燥機が設置されている。洗濯 1 回 ¥2、乾燥 1 回 ¥1。私は週に 1 回ペースで行っていた。毎回 3 時間程度時間を取られるため、時間管理が大変であった。



## 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:オンライン)

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:現地の友人)

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?

M

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。)

寮にはパスワード付きのWifiがある。入寮時に設定資料が渡され、無料でかなり高速で使用できる。大学内にもWifiがあり、無料で高速で利用できる。しかしこのWifi、おそらくイギリスの教育関連施設で共通で使用されているため、ヨーク中心街を歩いている際になぜかWifiを勝手に拾うことが多発した。だが、OxfordやLondonの教育機関・大学でも設定なしでWifiを使用できた。

基本的にどの施設にもフリーWifiが存在する(駅・カフェ・空港・鉄道・観光施設)。速度は施設によって異なるが、SNSの確認やインターネットの閲覧(動画は不可のケースもある)程度はできる。FreeWifiをはしごして旅行することも原理上可能である。しかしもちろん安全性は担保されておらず、クレジットカード決済などは注意が必要。VPNサービスを契約するのも手ではあるが、かなり速度が低下するらしいので一長一短である。

GiffGaffは現地電話番号(イギリスナンバー+44)が付与される。実際電話をするケースは少なかったが、SMSや登録時の電話番号として活用した。日本への国際電話の際は、Skypeの利用がおすすめである。例えば100分間の通話で480円でできるため、クレジットカード会社への連絡等で活用できる。

GiffGaffはイギリスの大手キャリアの格安SIMであり、無料の海外ローミング5GBも付帯されているため、短期の旅行であれば追加のSIMの契約は必要ない。

AiraloのeSIMはヨーロッパ全域に対応している(HolaflyやWorld e SIM等も有名であるが、東欧・バルカン半島は対応していない)。すべてインターネット上で完結するため、使いやすかった。

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。)

基本すべてクレジットカードで決済していた。現地に銀行口座を開設している人もいた。寮費もクレジットカードで支払えるため、特に銀行口座の必要性は感じなかった。現地通貨を引き出すのに、SONY BANK WALLETは非常に便利であった。

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下さい。

特になし。なんでも高いが、基本的に調達できないものはない。あえて言うならば日本食だが、1学期ならば我慢できるし、日本食レストランも日本(アジア)スーパーがある。

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。
60 単位	<input type="checkbox"/> 単位 <input type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由: )
<b>2)履修登録の時期・方法及び履修制限</b>	
<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 checked="" type="checkbox"/> オンライン <input type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> その他( ) <input checked="" type="checkbox"/> 履修の制限があった:履修可能授業一覧が Excel で送付された。その中から 9 個ほど候補を選び、3 つの授業を履修する。授業によっては前提授業の単位習得が必要。	
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。今後留学をする人々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)
Tourism Insight and Industry	観光の見識と業界
科目設置学部・研究科	Business
履修期間	1 学期
単位数	20 credits
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	Workshop(前半:講義 後半:ディスカッションや課題作成)(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 180 分が 1 回
担当教授	Dr Minoo Esfehani
授業内容	観光業と関連産業の構造や提供・消費の仕組みを学び、公共・民間・非営利セクターの関係性を探る。 観光の需要と供給、地域・グローバルな影響、発展・再生への役割を考察する。
試験・課題等	中間試験:4 人程度 1 グループの共同プレゼンテーション(15 分) 期末試験:期末レポート(1750words)
感想を自由記入	履修した授業の中では Level4,一番簡単な授業であった。おそらく大学 1 年生相当の授業だった。日本人 4 名が同授業を履修していた。ほかにはイギリス人やインド系の学生が非常に多かった。観光業に関する諸問題や経済の話題を主に扱った。実践的な内容というより、原理・定理や事例を紹介するようなものだった。授業後半ではディスカッションや試験に向けた課題づくりや出典探しを行っていたが、少し授業自体がだらけていた印象。中間試験はプレゼンテーションで、内容はヨークの観光資源の分析だった。私はインド系学生 3 人とともに行ったが、なかなかハードだった。期末試験はそこまで苦勞することなく無事単位取得することができた。授業の内容は期待していたものとそこまで乖離がなく、英語のレベルや授業内容もそこまで難しいと感じなかった(ほかの授業と比べて)。

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)
Marketing through Digital Activity	デジタル活動によるマーケティング
科目設置学部・研究科	Business
履修期間	1 学期
単位数	20 credits
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	Seminar・Lecture(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が 2 回
担当教授	Dr Paul Stallard
授業内容	デジタルマーケティングの戦略や手法を学び、最新のツールやチャネルの活用法を理解・評価する。実践的なアプローチを通じて、ソーシャルメディアやSEO、広告、メールマーケティングなどを実際に活用しながら学ぶ。
試験・課題等	中間試験:複数人のプレゼンテーション(15 分) 期末試験:レポート(2500 words)
感想を自由記入	Level5 の授業で、SNS マーケティングに関する内容。実戦形式というよりは、SNS マーケティングの理論や原理、企業のマーケティング戦略の分析、コンサルといった内容だった。Seminar は内容がかなり難しいうえ退屈で、正直苦痛だった。ずっと教授が話し続けるし、アクセントもかなり強く苦勞した。Lecture は基本的に自習で、試験課題に取り組む時間だった。中間試験のプレゼンテーションは企業の SNS マーケティング戦略の分析で、欧州人 3 名と行った。期末試験は企業の SNS マーケティングコンサルに関するレポートで、かなり字数が多いうえ、データを見つけるのに手間取った。授業内容はかなり高度で、教授の英語も聞き取りが難しく、正直退屈に感じることも多々あったが、最終的には単位取得することができた。



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)
Consumer Behaviour and Consumer Trends	消費者行動と消費者動向
科目設置学部・研究科	Business
履修期間	1 学期
単位数	20 credits
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	Seminar・Lecture(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 90 分が 2 回
担当教授	Carol Cloughton
授業内容	消費者行動の理論とその実際の購買行動への応用を学ぶ。文化や社会的要因が市場に与える影響を分析し、ファッションマーケティングにおける戦略立案や創造的な解決策の導出を実践する。
試験・課題等	中間試験:複数人のプレゼンテーション(15 分) 期末試験:レポート(1750 words)
感想を自由記入	Level5 の授業で、消費者行動に関する内容。かなりファッション業界、特に奴隷(強制労働者)に焦点を当てた内容で最初は戸惑った。Seminar は消費者行動に関する定理や事例を紹介するものだったが、かなり退屈だった。内容自体筋が通っていないとか、講義の目的自体が生徒に共有されていないという風を感じた。Lecture は基本的に自習で、試験課題にグループで取り組む時間だった。しかし、おそらくこの教授は racist(イギリス人が言っていた)で、強制的にアジア人(日本人・韓国人)をグループにした。今思うと英語力に差があるから仕方ないとは思いますが、少々荒療治だなとも思う。中間試験はプレゼンテーションで、強制労働者の現状と企業の対応に関する内容だった。先述のグループで行った。期末試験では企業の強制労働者に関する対応と対策を提案するものだった。そこまで難しいと感じなかった。授業内容は私が予想していたものと大きく異なっており、また快くないこともしばしばあった。内容や要旨をうまく理解できなかったため、単位習得が一番心配な授業だった。



## 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

youtube・外資就活ドットコム・知人との会話

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。

現時点で外資企業や海外展開を行う企業を希望している。また、自由度が高く挑戦や失敗を広く受け入れるような業界を希望している。現時点ではIT企業やメーカーなどを視野に入れているが、特段業界は絞ってはいない。職種も特には決めていないが、営業や広報などを視野に入れている。

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:留学中の就職活動に向けた準備、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。

2年制での留学の際は、1学期の方はほとんど就活に関して考えなくてもよいと思います。帰国後に準備できる時間は十分にあります。留意していただきたい点は、留学が自分をどのように変えたのかを考えながら留学生活を送ってほしいです。いろいろな経験をしたいと思います。都度それを自分の心情の変化や価値観の変化をとらえ、客観視することによって自己分析にもつながります。また、就活時、アウトプットできるような様々な経験をしてください。行っただけでなく、行ってどう変化したか、行って何をしたか、が大事だと感じました。

1学年の際は留学後半から就活の準備を始めるべきだと思います。夏インターンの申し込み締め切りは年々早くなっており、外資企業ですと3月締め切りの企業もあります。そのため自己分析やガクチカの準備、Webテストの練習、企業分析等をコツコツ進めていくと、非留学生に後れを取らずに就活に参加できます。

私は留学中の様々な経験を通じて、自身の価値観が大きく変化したと思います。多角的な視点で物事や自身を観れるようになった反面、迷いが生じるケースも増えたので、留学後に考えたいと思います。

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、滞在先の確保、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	大学入学決定。TOEIC 受験。
	4月～7月	TOEFL 受験勉強。出願事項の確認。
	8月～9月	TOEFL 受験勉強。出願校決定。志願届と面接の実施。
	10月～12月	留学先決定。
留学開始年	1月～3月	特になし。
	4月～7月	TOEIC 勉強。履修登録や寮の申し込み。旅行日程や大学へのアクセスを 計画
	8月～9月	荷造り。9月初頭に出国。ヨーロッパ旅行。
	10月～12月	留学
留学/帰国年	1月～3月	2月5日帰国
	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、留學生活全般等について、アドバイスを記入してください。

私の第一希望校はデンマークのコペンハーゲン州立大学でした。ヨーク・セント・ジョン大学は第 4～5 希望校で、選んだ理由は「ギリギリ点数が届いた！ やっぱ留学するならイギリスっしょ～！」という軽い考えでした。イギリスでの生活を通じて留学を希望する学生の方に伝えたいことは、自分の目的に沿って留学先国・大学を選ぼうという、当たり前のように聞こえますが私はとても痛感しました。イギリス英語はとても聞き取るのが難しくかなり苦戦しました。勿論それも経験ですが、非英語第一言語国での留学はよりスムーズで、いろいろな留学生と“たくさん”会話で来たのかなと思えました。また、ヨーク・セント・ジョン大学は日本人学生がとても多いです。50 名ほど、かつ日本語学習コースもあるため、日本語を話す生徒も数多くいます。日本の文化を外国人に発信したい、ホームシックになりたくないと思うのであればよい協定校と感じますが、スティックに外国人と交流したい学生にはあまりお勧めできません。また、留学先国に関しては、自分の興味や趣味に沿って決めるとよいです。例えば古風な街が好き・美術、旅行、サッカー、世界史、世界遺産が好き・多様な文化に触れたい・お酒を楽しみたいという学生はヨーロッパがおすすめです。しかし、都会が好き・ストリートカルチャー、野球が好き、お酒に興味がないという学生には当然ヨーロッパは向かず、アメリカの方が向いていると思います。改めて自分の好きなものを書き出してみて、それがどの地域に沿っているかを検討してみてください。

ヨーロッパの中でも、とりわけイギリスは特異的だと感じます。ヨーロッパ唯一の(アイルランドもだが)英語第一言語国で島国、特にヨークはイギリス人が多めだと思います。英語第一言語国のため、英語が話せるのが当たり前という風潮があり、少し肩の狭い思いをするかもしれません。旅行も必ず飛行機を使わなければならない(アイルランドやフランス・ベルギーなどはバスやユーロスターで訪問できるが、飛行機の方が安く早い)、鉄道で旅行できるドイツや中欧には劣ります。物価もかなり高いです。ヨーロッパは北に行くほど物価が上がりますが、イギリスの製品は日本の 2 倍の価格です。中欧・東欧などは 1～1.5 倍程度に抑えられるため、費用も考慮に入れてもよいと思います。とはいえ、イギリスは国内に多くの観光地を有しているし、鉄道網や航空路線も充実しています。ロンドンという世界 3 大都市ともいえる首都を有しているの、イギリスの観光に飽きてしまうということはないと思います(他国と比べて)。

結論ですが、自分の好きなものがある国を選ぶべきだと思います。逆に学校のレベルは気にしなくてよいと思います。基本的にどの国も治安は日本人が想像するほど悪くないですし、ロシアウクライナ侵攻も気にしなくてよいと思います(実際パレスチナ問題のデモやステッカーは頻繁に見ましたが、ウクライナ侵攻に関するものはほとんど見かけませんでした)。

留學生活は、正直日本人と関わることは多かったと思います。戦術しましたが本大学は多くの日本人を受け入れており、日本語を学ぶコースもあります。ただ、普段かかわらないような日本人と関わり、友達になることはとても刺激的でした。ただもちろんしっかり現地人と関わっている人もいます。しかし、私は留學中に現地人と人間関係でのいざこざを経験したので、周り全員現地人や留学生という環境よりも、ある程度日本人(同じ雰囲気)がいる環境の方が安心したという印象です。とは言いつつ、日本人以外との交流も多かったと思います。フラットメイトとハロウィンやパズルをしたり、クリスマスパーティーをしたり、とても楽しかったです。ただフラットメイトとうまくいかないという人もいたので、私は運がよかった方だと思います。アドバイスとしては、躍起になって現地人や非日本人と関わろうとするのは良い心がけだと思います。ただ自分の特性をしっかり見極めて、時には日本人とコミュニケーションを取ることも大切だと感じました。留學中、多くのかげがえのない経験をすることができました。この経験は日本、そして今後の私の人生で大きく役に立ってくれると思います。みなさんもぜひ見知らぬ環境に飛び込んでみてください。

