【大学間協定留学】留学報告書

記入日	2026 年 3 月 25 日
明治大学の所属学部･研究科 ※学部･学科･研究科･専攻等	経営学部経営学科
留学(渡航)した時の学年	3 年生
帰国年月日	2026 年 2 月 22 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	マレーシア
留学先大学	**マレーシア科学大学**(日本語名) Universiti Sains Malaysia(現地言語名)
現地使用言語/ 授業使用言語	英語/マレー語
留学期間	2025 年 9 月～2026 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	□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: ☒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 □その他:
形態	☒国立 □公立 □私立 □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～2 月中旬 **2 学期:** 3 月上旬～7 月下旬 **3 学期:** **4 学期:**
学生数	30,000 人
創立年	1969 年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 （リンギット） （1 現地通貨＝ 38 円）	B 日本円	備考
授業料	0	0 円	大学間協定留学のため、明治大学の授業料のみ支払いました
宿舎費	3,000	円	コンドミニアム月額 RM600×5 ヶ月分
食費	3,289	円	
図書費	0	0 円	
学用品費	0	0 円	
携帯･ｲﾝﾀｰﾈｯﾄ費	200	円	月額 RM40×5 カ月分（Umobile を契約）
現地交通費	526	円	友達と遊びに出掛ける際に Grab を使用していました。（☒大学まで徒歩･自転車）
教養娯楽費	150	円	卒業パーティー参加費
旅費（留学中）	9,957	378,400 円	
被服費	78	円	
医療費	2,907	110,500 円	渡航前のワクチン
保険費	1,505	57,210 円	形態： 海外旅行保険(5 ヶ月分)＋現地大学で入る必要のある保険
渡航旅費	3,810	144,770 円	往復マレーシア航空を利用しました
ﾋﾞｻﾞ申請費	340	12,920 円	
雑費	100	円	
その他	450	円	USMfee
その他		-150,000 円	明治大学外国留学助成金
合計 ※現地通貨 および 円	7793 （＝296,134 円）	553,800 円	
総計（A＋B） ※円		849,934 円	

※現地通貨で支払ったものは「A 現地通貨」の欄に、日本円で支払ったものは「B 日本円」の欄に記入し、総計も記入してください。

※現地通貨名、現地通貨と円の為替レートも必ず記入してください。

渡航関連

渡航経路

往路 出発地：成田国際空港 目的地：ペナン国際空港 経由地：クアラルンプール国際空港

復路 出発地：ペナン国際空港 目的地：成田国際空港 経由地：クアラルンプール国際空港

渡航費用

① 往復チケットを購入した場合
航空会社：マレーシア航空
料金：144,770 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

☐旅行代理店（店名： ）

☒インターネット（サイト名：Malaysia Airlines）

☐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）

☐学生寮（寮の名前： ） ☒アパート ☐ホームステイ

2） 部屋の形態

☒個室 ☐相部屋（同居人数 3）

3） 共有部分

☒バス ☒トイレ ☒キッチン（☒自炊可 ☐自炊不可）

4） 住居を探した方法：

Offerletter に添付されている Telegram のグループを通じて留学生と連絡を取りました。私の場合は、前のセメスターから滞在していた学生が住む家で、空いている部屋に入れてもらいました。

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）

私が滞在したコンドミニアムは、日本人 3 人でシェアをして生活していました。リビング、バス・トイレ、キッチンが共用で、各自に個人部屋がある間取りです。家賃は 1 か月あたり RM600 で、8 月から住んでいる同居人が 6 ヶ月契約をしていたところに、退去日まで日割りで家賃を払って延長する形で滞在しました。部屋に Wi-Fi はありませんでしたが、スマートフォンのテザリングが月 200GB まで使えたので、パソコンを使う際も特に困ることはありませんでした。共用設備にはプール、ジム（有料）、バスケットコート、バドミントンコートがあります。建物の 1 階にはコンビニがあり、徒歩 5 分圏内にはレストランとカフェもあります。スーパーまでは徒歩 30 分ほどかかるため、学校帰りに寄ることが多かったです。他にも 2 つほどコンドミニアムの選択肢がありますが、基本的にはどのエリアに住んでも、大学までは徒歩 20～30 分はかかると見込んでおくと良いと思います。
また、現地到着後に最初の 1 週間ほどを寮で過ごし、その間にルームメイトを見つけてエージェントを紹介してもらい、新しい住居へ移り住む学生もいました。ただ、後から引っ越すとなると荷物の移動が大変なうえ、月々の家賃が最初から契約している場合と比べて割高になってしまいます。そのため、引っ越しを前提とするのであれば、日本にいる間から家を契約しておくことをおすすめします。

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： 大学内の病院）

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： Grab に同乗していた友人がドアをぶつけてしまった。日本の保険会社、現地大学の留学センター、現地の友達）

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?

一般的な防犯対策を行っていました。施錠、チャック付きのショルダーバックを使う、現金をあまり多く持ち歩かないなどです。ペナン島は首都に比べて治安も良く、一人で出歩いても危険を感じることはほとんどなく、観光客を狙った詐欺も少ないです。

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。）

SIM か、Wifi を利用していました。家の中は電波が悪く、自分の部屋だとテザリングがうまくできなかったためリビングで作業することが多かったです。たまに携帯もつながらなくなる時がありました。また、大学やカフェには Wifi が飛んでいるため、そこで作業することも多かったです。

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、ｸﾚｼﾞｯﾄｶｰﾄﾞも併用していた。）

私は日本で WISE というデビットカードを作りました。自分の日本の口座から WISE のアカウントに資金を移してカード決済や現金を入手していました。他の留学生もほとんどこのカードを持っていました。このカードは、世界中の ATM で現地通貨を引き出すことができ、両替所よりもレートがかなり良いのが特徴です。スマートフォンのアプリから簡単にアカウントを作成でき、1200 円で物理カードの作成が出来ます。カードが届くまでには約 2 週間ほどかかりました。日本でカードを入手してから行くのがいいと思います。

6) 現地では調達できない日本から持っていくべき物があれば教えて下さい。

薬については、常備薬、頭痛薬、酔い止め、風邪薬、のどの痛み止め、のど飴、ムヒ、葛根湯、塗り薬、胃腸薬などを多めに持参しました。私の場合、現地の暑さで頭痛を起こすことが多く、また旅行でバスに乗る機会も頻繁にありました。風邪をひきそうになった場面もあり、特に頭痛薬、酔い止め、葛根湯は非常に重宝しました。
生活用品では、洗濯物を干す際に使うピンチハンガーが非常に便利でした。また、現地でも味噌汁やお茶パックなどは売っていますが、値段が日本の 2 倍以上するため、日本から持って行ってよかったです。また、変換プラグはなかなか手に入らないので 3 つほど持って行った方がいいと思います。
マレーシアではダイソーやスーパーなどで日本製品を多く見かけますが、基本的に価格は日本の 2～3 倍ほどします。現地の物価自体は安いものの、生活用品の値段は日本とそれほど変わらず、むしろ日本製のほうが質が良いと感じました。結局、現地で買い足すことになるのであれば、生活に必要なものは最初から日本で購入して持参することをおすすめします。

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ｼﾞｯﾄｶｰﾄﾞで支払った、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。
19 単位	☐　　単位 ☐単位認定の申請はしません（理由：　　）

2）履修登録の時期･方法及び履修制限

☐出発前　☒出発後
☐派遣先大学の事務室　☐ｵﾝﾗｲﾝ　☐ﾒｰﾙ　☐その他（　　）
☒履修の制限があった：特定の専門科目は、あらかじめ特定の単位を修得していないと履修できない制限がありました。特に Management の授業を履修する際は、前提科目を履修済みであることを証明するため、現地で日本の大学の成績証明書のコピーを提出する必要がありました。

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。今後留学をする人たちへのｱﾄﾞﾊﾞｲｽも含めてお書き下さい。記入ｽﾍﾟ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）
INTERNATIONAL BUSINESS STRATEGY	国際ビジネス戦略

科目設置学部･研究科	School of Management
履修期間	1 学期間
単位数	3
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	対面講義（ﾁｭｰﾄﾘｱﾙ、講義形式等）
授業時間数	1 週間に 100 分が 1 回
担当教授	Khairul Anuar bin Mohammad Shah
授業内容	グローバル経済における企業の戦略決定や、国際市場への参入戦略について深く掘り下げます。
試験･課題等	コースワーク（60%）、期末試験（40%）
感想を自由記入	レポートで実際の企業をモデルに実践的な分析をしたため、興味深かったです。テストは中間試験と期末試験があり、中間試験は選択問題でしたが、期末試験は記述式だったので、大変でした。

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)
INTERNATIONAL BUSINESS	国際ビジネス

科目設置学部･研究科	School of Management
履修期間	1 学期間
単位数	3
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	対面講義(ﾁｭｰﾄﾘｱﾙ、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 100 分が 1 回
担当教授	Dr. Shankar Chelliah
授業内容	グローバル化の背景、国際貿易理論、異文化マネジメントなど、国際ビジネスの基礎を網羅的に学びます。
試験･課題等	コースワーク(50%)、期末試験(50%)
感想を自由記入	コースワークでは企業がグループに割り当てられ、分析、プレゼンをする必要がありました。テストは選択問題の中間試験と記述式の期末試験がありました。期末試験はかなりの文量を書いたので大変でしたが、知識は身についたと思います。

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)
GEOGRAPHY OF ASEAN AND ASIA PACIFIC	ASEAN およびアジア太平洋の地理

科目設置学部･研究科	School of Humanity
履修期間	1 学期間
単位数	3
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	対面講義(一部授業とチュートリアルはオンライン)(ﾁｭｰﾄﾘｱﾙ、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 50 分が 3 回
担当教授	Dr. Suriati Ghazali ほか(複数名による担当)
授業内容	ASEAN 諸国やアジア太平洋地域の社会経済、文化、政治的背景を地理学的な視点から学びます。
試験･課題等	コースワーク 60%(エッセイ 20%、チュートリアル演習 20%、小テスト 20%)、試験 40%
感想を自由記入	急遽オンライン授業に変更されることが多く、臨機応変な対応が求められました。また、試験もほかの授業と違って中間試験がなく全範囲のテストだったので勉強時間の確保が大変でした。

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)
ENVIRONMENTAL AND NATURAL RESOURCES ECONOMICS	環境学および天然資源経済学

科目設置学部･研究科	School of Social Science
履修期間	1 学期間
単位数	3
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	対面およびオンライン(ﾁｭｰﾄﾘｱﾙ、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 50 分が 3 回
担当教授	Dr. Siti Rahyla Rahmat
授業内容	環境破壊の原因を経済学的に分析し、資源管理や環境問題の解決手法を学びます。
試験･課題等	プロジェクト(50%)、メディアレビュー(30%)、チュートリアル演習(20%)
感想を自由記入	期末試験がなく、プレゼン、グラフィック資料、レポート作成などのプロジェクト課題が中心となる実践的な科目で楽しく学べました。

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)
ORGANISATIONAL BEHAVIOUR	組織行動

科目設置学部･研究科	School of Management
履修期間	1 学期間
単位数	4
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	対面講義(ﾁｭｰﾄﾘｱﾙ、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 100 分が 1 回
担当教授	Dr. Mastura Ab. Wahab
授業内容	組織内における個人の行動、グループダイナミクス、リーダーシップ、モチベーションなどを学びます。
試験･課題等	小テスト(40%)期末試験(60%)
感想を自由記入	授業スライドが細かく作りこまれており、スライドを読み込めば理解できるのでありがたかったです。また、テストは計 3 回ありましたがすべて選択問題だったので他の科目に比べて取り組みやすかったです。

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)
ECONOMY, ENTREPRENEURSHIP AND CULTURE	経済、起業家精神と文化

科目設置学部･研究科	School of Social Science
履修期間	1 学期間
単位数	3
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	オンライン形式(初回のみ対面)(ﾁｭｰﾄﾘｱﾙ、講義形式等)
授業時間数	1 週間に　　分が　　回
担当教授	Dr. Chin Yee Whah
授業内容	経済現象を社会構造やネットワーク、文化的な背景から考察し、起業家精神についても学びます。
試験･課題等	コースワーク 100%(テスト、グループ発表、課題など)
感想を自由記入	1 週間の中でいつどこで見てもいいオンライン教材が配られ、毎週木曜日の決まった時間に 15 分間のオンラインテストがありました。自分の好きな時間に受けられるので隙間時間を有効活用できました。

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:

2） 進路決定の際に活用したｳｪﾌﾞｻｲﾄ、書籍、機関等

マイナビ、offerbox、ビズリーチキャンパス、絶対内定、ジョーカツ、リンクアンドモチベーション

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下さい。また、その企業を選んだ理由も教えて下さい。
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、職種等を教えて下さい。

IT コンサル

4） 就職活動中･終了に関わらず、就職活動について感想･ｱﾄﾞﾊﾞ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ﾄﾞﾊﾞ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。

留学中の就職活動は、基本的にすべてオンラインで行いました。多くの企業が最終面接までオンラインで対応してくれるため、現地にいながら選考を進めることが可能です。ただし、大学内には集中できる個室が少なかったため、面接は主に自宅から受けていました。
現地では周囲に日本の就活をしている友人が少なく、モチベーションの維持や情報収集が難しい面もあります。私はその対策として、週に一度エージェントと面談する時間を設け、強制的に就活に向き合う環境を作っていました。
これから留学する方へのアドバイスとして、渡航前に「自己分析」や「面接対策」を済ませ、志望企業をある程度絞り込んでおくことを強くおすすめします。事前に準備ができていれば、現地では面接などのアウトプットに集中でき、学業とも両立しやすくなります。帰国後からでも間に合う企業は多いですが、心の余裕を持って留学生活を楽しむためにも、日本にいる間の早めの準備をしておいた方がいいと思います。

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下さい。

6） 進学を志す留学希望者に向けたｱﾄﾞﾊﾞｲｽ(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ﾄﾞﾊﾞ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、ﾋﾞｻﾞ申請･取得、航空券購入、予防接種、滞在先確保、留学中の中間試験・期末試験、その他ｲﾍﾞﾝﾄ等）

留学開始年の前年	1 月 ～ 3 月	IELTS の勉強
	4 月 ～ 7 月	IELTS の勉強
	8 月 ～ 9 月	IELTS スコア取得
	10 月 ～12 月	選考
留学開始年	1 月 ～ 3 月	ワクチン接種を計画的に始める
	4 月 ～ 7 月	英会話勉強、ビザ申請、航空券購入
	8 月 ～ 9 月	留学開始
	10 月 ～ 12 月	中間試験
留学/帰国年	1 月 ～ 3 月	期末試験、帰国
	4 月 ～ 7 月	
	8 月 ～ 9 月	
	10 月 ～ 12 月	

留学を志す学生へのｱﾄﾞﾊﾞｲｽ

※ *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、留学生活全般等について、ｱﾄﾞﾊﾞｲｽを記入してください。*

【この留学先を選んだ理由】
私が留学先にマレーシアを選んだ理由は、費用を抑えつつ、英語を実践的に使える環境があると考えたからです。その中でマレーシア科学大学（USM）を選んだのは、学部を横断して多様な授業を履修できる点や、留学生向けのサポートとイベントが充実している点に魅力を感じたためです。
実際に生活してみると、首都クアラルンプールと比べてペナン島は時間の流れがゆっくりしており、より「現地のリアルな文化」を肌で感じながらのびのびと暮らすことができました。マレー系、中華系、インド系の人々がそれぞれの文化や宗教を保ちながら共生している様子を間近で見ることができ、まさに期待していた通りの多文化環境でした。
また、大学内には「IMCC」という留学生サポートセンターがあり、困った時にいつでも相談できる先生や学生スタッフが常駐しているため、非常に心強かったです。イベントも盛んで、各国の文化を紹介するカルチャーショーケースや、留学生のための卒業式「Graduation Night」など、交流の機会が豊富にありました。キャンパスにはヨーロッパやアジアなど世界中から交換留学生やフルタイムの留学生が集まっており、現地のマレーシア人だけでなく、多くの国際的な友人もできました。

【留学生活全般について】
マレーシアでの生活は、自分がこれまで「当たり前」だと思っていたことが覆されると同時に、価値観が大きく広がる毎日でした。道に歩道や横断歩道がなかったり、ペナン島には電車がないため移動にバスや配車アプリ（Grab）または場合によっては徒歩が必須だったりと、インフラ面での不便さは多々ありました。しかし、そんな環境こそが、未知のトラブルに対して自分で考え、行動する力を与えてくれたと感じています。
マレーシアの人々はとても温かく、お互いに第二言語として英語を話すからこそ、「相手が理解しているか」を思いやって会話をしてくれる人が多かったと感じています。また、困っていると最後まで助けようとしてくれる優しさに触れ、私はマレーシアという国が大好きになりました。
平日は火曜から木曜に授業を固めて履修していたため、週末を含めた金曜から月曜は非常に充実した時間を過ごしました。友人たちとペナン島を探索したり、カラオケや食事、旅行に出かけたり、時にはお気に入りのカフェで勉強や就職活動に励んだりと、忙しくも楽しい日々でした。特にペナン島は「美食の街」として有名で、ジョージタウンを中心に美味しいレストランやカフェが数多くあり、まだまだ探索し足りないと感じるほど食文化も魅力的でした。

【旅行について】
私は半年間の留学でしたが、課題の少ない休日や、年末年始、ミッドセメスターブレイク、リビジョンウィークなどの長期休暇を最大限に活用し、旅行をしました。マレーシア国内ではペナン、ランカウイ、マラッカ、イポー、キャメロンハイランド、コタキナバル、クアラルンプールを訪れ、国外ではタイ（バンコク、クラビ）、シンガポール、ラオスへ足を運びました。
マレーシア留学の大きな魅力の一つは、旅行のしやすさだと思います。マレーシアは長距離バスが非常に安く、クアラルンプールまでも片道 3,000 円程度で行けるほか、クアラルンプール国際空港からは東南アジア各国への直行便が安価に出ています。物価も手頃なため、費用を抑えながら多様な世界を自分の目で見ることができました。
旅行先では現地の方と交流する機会も多く、実践的な英語力を伸ばすことができたと感じています。特に留学の締めくくりとして挑戦した一人旅では、初めての土地で現地の会社と直接交渉してツアーを予約したり、宿泊先で新しい友人を作ったり、Grab のドライバーさんと会話を楽しんだりと、自分一人でやり遂げる力がつきました。大学生という自由な時間に、これほど多くの挑戦をし、広い世界を知ることができた経験は、今の私の大きな自信に繋がっています。

【留学を志す方へのアドバイス】
経済的な理由や就職活動への不安から留学を迷っている方がいたら、ぜひ一歩踏み出してほしいと思います。マレーシアはコストを抑えつつ、ハイレベルな英語環境や多様性に触れることができるため、留学先の選択肢の一つとしてぜひ検討してみてください。
また、就職活動についても、渡航前にしっかりと準備を進めておけば、現地からオンラインで十分に戦うことができます。マレーシアは日本との時差が 1 時間なので、オンライン面接の時間調整に悩まされることもほとんどなく、学業や私生活と両立しやすい環境でした。
私はこの留学を通して、多様な価値観を持つ人々と関わる中で、「自分は自分のままでいいんだ」と自信を持てるようになりました。思い通りにいかないことも含めて、すべてが自分の成長に繋がるかけがえのない経験になります。皆さんの挑戦が、素晴らしいものになるよう応援しています！