

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026年3月18日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	商学部商学科グローバルマーケティングコース選考
留学(渡航)した時の学年	3年生
帰国年月日	2025年12月17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	フィリピン
留学先大学	フィリピン大学ディリマン校(日本語名) 英語(現地言語名)
現地使用言語/ 授業使用言語	タガログ語/ 英語
留学期間	2025年8月～2025年12月
留学先大学で在籍した学年	3年生
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:
形態	<input checked="" 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: 8月上旬～12月中旬 2 学期: 1月下旬～5月下旬 3 学期: 4 学期:
学生数	約3万人
創立年	1908年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (ペソ) (1 現地通貨 = 2.5 円)	B 日本円	備考
授業料	0	円	交換留学のため
宿舍費	140,000 ペソ	円	1 ヶ月: 7 万円
食費	60,000 ペソ	円	1 ヶ月: 3 万円
図書費	0	円	教材は PDF で配布される
学用品費	0	円	同上
携帯・インターネット費	2,000 ペソ	円	1 ヶ月 1000 円ほど
現地交通費	5,000 ペソ	円	通学(ジブニー)→一か月: 2000 円 (<input type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	0	円	
旅費(留学中)	40,000 ペソ	円	フィリピン国内旅行
被服費	12,000 ペソ	円	自前のものだけで済む
医療費	0	円	
保険費	20,000 ペソ	円	形態: 明治大学指定のもの
渡航旅費	40,000 ペソ	円	預け荷物が多かったため JAL を使用
ビザ申請費	20,000 ペソ	円	申請・延長費用の合計
雑費	12,000 ペソ	円	
その他		円	
その他		円	
合計 ※現地通貨 および 円	350,000 ペソ (=約 870,000 円)	円	
総計(A+B) ※円		約 870,000 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：羽田空港 目的地：ニノイアキノ空港 経由地：なし 復路 出発地：ニノイアキノ空港 目的地：成田国際空港 経由地：なし
渡航費用
① 往復チケットを購入した場合 航空会社：JAL 料金：10万円 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： JAL 公式サイト) <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 type="checkbox"/> 学生寮(寮の名前：) <input checked="" type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ
2) 部屋の形態
<input checked="" type="checkbox"/> 個室 <input type="checkbox"/> 相部屋(同居人数)
3) 共有部分
<input type="checkbox"/> バス <input type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> キッチン(<input type="checkbox"/> 自炊可 <input type="checkbox"/> 自炊不可)
4) 住居を探した方法：
Airbnb
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)
大学 3 年次の留学で就活と留学を両立させる必要があったため、一人でオンラインミーティングができる部屋の確保、そして部屋に Wifi 接続あることが絶対条件でした。そのため、大学内の寮ではなく近くのコンドミニアムを探しました。はじめは賃貸アプリや Facebook で探しましたが、最低 1 年契約の物件ばかりで交渉しても難しかったため、少し値は張りましたが、入退去日を自由に設定でき比較的安全な Airbnb で予約しました。

現地情報

1) 留学期間中、病気やケガをされましたか。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: _____)

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: _____)

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?

在フィリピン日本国大使館からのメール、デモや不審者情報は大学が通知してくれる

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。)

大学内のWiFi環境はあまりよくない

5) 現地での資金調達はどうに行いましたか?

(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。)

クレジットカードのキャッシング機能を利用して、現地通貨を引き出していた

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。

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。
12 単位		<input checked="" type="checkbox"/> 16 単位 <input type="checkbox"/> 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		
<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 type="checkbox"/> 履修の制限があった:		
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)
CD11 (Introduction to Community Development)		コミュニティ開発学入門
科目設置学部・研究科	コミュニティ開発学部	
履修期間	5 か月間	
単位数	3 単位	
本学での単位認定状況	4 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・フィールドワーク (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	Alcantara, Rielle Christian	
授業内容	フィリピンの貧困や開発の歴史について学ぶ またその解決のために活動している支援機関に訪問する	
試験・課題等	課題: 個人レポート、グループプレゼン 試験: 中間・期末	
感想を自由記入	フィリピンの貧困について、基礎的なことから学ぶことができます。留学生にも人気の授業で、教授・学生ともとても親切でした。私は貧困や開発分野に興味があったので面白かったですが、正解がない分野なので少し苦手な人もいるかもしれません。	

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)
CD100(Global Society and Community Development)	グローバル社会とコミュニティ開発
科目設置学部・研究科	コミュニティ開発学部
履修期間	5 か月間
単位数	3 単位
本学での単位認定状況	4 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・フィールドワーク(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	Ledesma, Ivan Garlsen
授業内容	フィリピンの貧困について CD100 よりも事例にフォーカスして詳しく学べる また、開発計画を立てる際の分析手段についても学ぶ フィールドワークについては CD11 と同様に支援機関に訪問する
試験・課題等	課題:グループ課題(プレゼン・ドキュメンタリー動画作成) 試験:なし、課題で評価
感想を自由記入	担当教授によって、あたりはずれがあるようです。 この先生はあまり評判が良くなかったらしく、授業内容は面白かったですが、課題やフィールドワークなど教授の急なスケジュール変更に振り回されることも多かったです。

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)
SW140(The Social Work Profession)	ソーシャルワーク専門職
科目設置学部・研究科	ソーシャルワーク学部
履修期間	5 か月間
単位数	3 単位
本学での単位認定状況	4 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・フィールドワーク(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	Cometa-Lamberte, Hazel
授業内容	社会制度の恩恵が届きにくい人々や立場について学ぶ 孤児院や病院、政府機関に訪問の機会があった
試験・課題等	課題:グループプレゼン 試験:中間・期末
感想を自由記入	この授業は先生がほぼタガログ語で進めるためとても大変でした。全く理解ができなかったため現地生の子に助けてもらっていました。フィールドワークは面白かったです。

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)
Speech30	スピーチ入門
科目設置学部・研究科	スピーチ学部
履修期間	5 か月間
単位数	3 単位
本学での単位認定状況	4 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・スピーチ (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	Cruz, Manna
授業内容	説得力スピーチをする際の理論やコツについて学ぶ
試験・課題等	課題・試験:個人・グループスピーチ
感想を自由記入	この授業はどの学部の生徒もとれる授業であるため、とても人気の授業です。3 授業に 1 回ほどのペースでスピーチがあるので英語でのスピーチ力は確実に向上すると思います。スピーチ選考の生徒のスピーチ力にも圧倒されます。

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ブサイト、書籍、機関等

ワンキャリア・ビズリーチ

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。

未定

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。

留学生活で一番苦しかったのが、就活と留学の両立です。私以外に就活をしている留学生はおらず、遊びたい気持ちを我慢して一人で就活をする日も多かったです。また、留学中に3回ほどインターン参加のため帰国しました。フィリピンは時差も一時間で渡航費用もそれほどかからないので、就活との両立も簡単なほうだと思います。

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	語学試験の勉強
	4月～7月	
	8月～9月	
	10月～12月	出願・校内選考
留学開始年	1月～3月	滞在先確保
	4月～7月	履修登録・航空券購入
	8月～9月	留学開始
	10月～12月	
留学/帰国年	1月～3月	
	4月～7月	
	8月～9月	
	10月～12月	留学終了

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。

私の留学経験を通して皆さんに、1.途上国留学の魅力 2.留学と就活は両立できることの二点を伝えたいです。

まず一点目に関しては、フィリピン大学では、日本よりも安価な生活費で国内随一の優秀な学生たちと授業を受け、ディスカッションすることができます。そして、フィリピンに限らず途上国に留学することで普段の日本の生活では目の当たりにすることのない社会課題を意識するようになります。特に、経済格差や社会インフラの脆弱さには衝撃を受けるものがありますが、そんな中で生きる人々のエネルギーと暖かさを感じて自分を見つめ直すきっかけにもなります。私は大学から1時間かけて毎週末スラム街に通い教育関連のボランティア活動を行っていました。

そして、二点目に関しては、留学をしながらの就活はつらいことがたくさんあります。今の時代は休学という選択肢も一般的なので、どちらも全力投球したい方は休学がおすすめです。私は、事情があり4年で卒業しなければならなかったため同時進行を選択しましたが、どちらもあきらめず挑戦して良かったと感じています。それ相応の覚悟とタイムマネジメントが必要ですが、もし就活を理由に留学をあきらめようとしている方がいらしたら、苦しい中でも両立はできることをお伝えしたいです！不安な方は私でよければ喜んでご相談に乗るので、国際連携事務室を通していつでも連絡してください！