

## 【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2023年7月3日	
明治大学の所属学部・研究科	政治経済(学部/ 学科/ 研究科/ 専攻等)	
留学(渡航)した時の学年	3 年生	
帰国年月日	2023年6 月25日	
明治大学卒業予定年月	2024年3 月	
<b>留学先大学について</b>		
留学先国	アメリカ合衆国	
留学先大学	ポートランド州立大学(日本語名) Portland State 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	2022年9月～2023年6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 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):ビジネス (現地言語での名称):Business Administration  <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	<b>1 学期:</b> 9 月下旬～12 月中旬  <b>3 学期:</b> 4 月上旬～6 月中旬	<b>2 学期:</b> 1 月上旬～3 月下旬  <b>4 学期:</b> 6 月下旬～9 月中旬
学生数	27229	
創立年	1946	

留学費用			
留学費用項目	現地通貨 (\$)	日本円	備考
授業料	19500	2800000 円	円安のため予算より大幅に増加
宿舍費	9300	1360000 円	1 人部屋
食費	5400	730000 円	寮の食事込み
図書費	230	30000 円	レンタルもできる
学用品費	960	130000 円	
携帯・インターネット費	300	40000 円	
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	740	100000 円	
被服費	150	20000 円	
医療費	0	0 円	
保険費	790	107000 円	形態:
渡航旅費	1800	246000 円	
ビザ申請費	400	55000 円	
雑費	0	0 円	
その他	0	0 円	
その他	0	0 円	
合計	39570	5521700 円	

渡航関連	
<b>渡航経路</b>	
往路 出発地:羽田 目的地:ポートランド 経由地:シアトル	
復路 出発地:ポートランド 目的地:羽田 経由地:シアトル	
<b>渡航費用</b>	
① 往復チケットを購入した場合 航空会社:デルタ航空 料金:246970	
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:	
<b>航空券購入方法</b>	
<input checked="" type="checkbox"/> 旅行代理店(店名:JTB)	
<input type="checkbox"/> インターネット(サイト名:    )	
<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、大学の宿舎など)

学生寮(寮の名前: Ondine Hall)      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)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:

大学のホームページ、アドバイザーからの情報

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)

Ondineの二人部屋は一人の空間がなく狭いですが、一人部屋の場合は便利に使えます。しかし暖房や冷房はないので、他の学生寮、アパート、ホームステイを探すのもいいと思います。

## 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:      )

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:現地の友達、アドバイザー)

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?

なし。大学からのメール

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。)

大学内に WIFI がある。つながらないときはほとんどない。大学の敷地内から出るとお店の中でしか、Wifi はほとんどない。

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。)

現地に銀行口座を開設して日本から送金してもらった。またクレジットカードも併用していた。

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。

日本の薬、日本食

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。)

現地で開設した銀行から支払った。2回に分けて支払うことができるが、10月に1回で支払った。

### 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。
36 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 checked="" type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input type="checkbox"/> オンライン <input checked="" type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> その他( ) <input checked="" type="checkbox"/> 履修の制限があった:最初の学期はアドバイザーの人が既定の科目を履修登録してくれた。英語(TOEF、IELTS)のスコアの基準を超えている人は他の科目を取ることも可能。アドバイザーと相談可能。	
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):
Academic English	英語
科目設置学部・研究科	Linguistics
履修期間	fall,winter,spring
単位数	4×3 学期=12
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	講義(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に 110 分が2 回
担当教授	Glen
授業内容	アメリカの文化について学ぶ、テーマを決めてそれについて論文を書く
試験・課題など	プレゼン、ライティングなど
感想を自由記入	同じプログラムに来ている日本人と同じ授業。このプログラムの人は 3 学期間通して必須の授業。英語に苦手意識がある人でも教授が優しいので、英語の上達を感じられる。

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):	
BA101 Introduction to Business and world affairs		ビジネス	
科目設置学部・研究科	Business & administration		
履修期間	fall		
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	講義(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に110分が2回		
担当教授	Stanton Heister		
授業内容	ビジネスの基礎を学び、企業が利益を得るためには何が必要か様々な観点から学べる。		
試験・課題など	オンラインテスト、チームプロジェクト、クイズ		
感想を自由記入	様々なアメリカの企業を例に出してくれるため、ビジネスの基本を学べる。チームプロジェクトは一つの会社が割り当てられ、どのような戦略をとっていくかチームで課題を一緒にやっていく。		

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):	
IELP Understanding Academic Lectures		英語	
科目設置学部・研究科	Intensive English Language Prg		
履修期間	fall		
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	講義(チュートリアル、講義形式等)		
授業時間数	1週間に110分が2回		
担当教授	Leslie Siebert		
授業内容	リーディング、リスニング		
試験・課題など	中間、期末テスト(対面)		
感想を自由記入	日本の英語の授業と似ている。とても分かりやすい授業でリスニング、ライティング強化の授業。		

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):
IELP Public Speaking		英語
科目設置学部・研究科	Intensive English Language Prg	
履修期間	Winter	
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	講義(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1週間に110分が2回	
担当教授	Lisa Mckinney	
授業内容	スピーキング	
試験・課題など	プレゼン	
感想を自由記入	日本の英語の授業と似ている。多くのプレゼンがあり、スピーキング力強化の授業。	

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):
BA205 Business Communication Using Technology		技術を用いたビジネスコミュニケーション
科目設置学部・研究科	Business & administration	
履修期間	Winter	
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	講義(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1週間に110分が1回	
担当教授	Ava Stevens	
授業内容	ビジネス環境において効果的なコミュニケーション方法、最近の技術について学ぶ	
試験・課題など	クイズ、、期末テストワークプロジェクト	
感想を自由記入	自身で企業を決め、将来の効果的な戦略をレポートで書く。思考力が問われる授業だったが、それ以外はとてもやさしい授業だった。	

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):
EC332U Economics of Environmental Issues		環境経済学
科目設置学部・研究科	Economics	
履修期間	Spring	
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	講義(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1週間に110分が2回	
担当教授	Randy Bliffstone	
授業内容	現在の環境問題について経済学的にみる。	
試験・課題など	中間、期末テスト(対面)	
感想を自由記入	専門用語がとても使われる授業で、ディスカッションも多い。テストは対面のため、とても難しかった。世界中の環境問題について扱うので、とてもためになる授業である。	

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):
BA316U Essentials of Marketing		マーケティング
科目設置学部・研究科	Business & administration	
履修期間	Spring	
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	講義(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1週間に110分が1回	
担当教授	Dan Heing	
授業内容	マーケティングの基礎	
試験・課題など	クイズ、中間、期末、個人プロジェクト	
感想を自由記入	マーケティング戦略について基本的な所を総合的に学べるため、とてもためになる授業だった。先生も優しく、身近にある商品を扱うため、わかりやすい。	

## 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)
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2)進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関など
マイナビ、ワンキャリア、キャリアフォーラム
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。
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。) ※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。
私は3年の秋で留学したため、就活と留学を並行する覚悟で始めました。インターンに参加できなかったため、ほとんどの企業を本選考で応募しました。留学中に就活をやることは時差もあり、不安なことだらけです。しかし、多くの人に助けてもらい行きたい企業に行くことができました。留学でどのようなことを得たのか、それをどのように生かせるのかを話すことが重要です。日本と留学先とどちらにも相談できる人を持つことも大事だと思います。留学に行く前に夏インターンなどに参加できる場合は参加したほうがいいと思います。
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	
	4月～7月	
	8月～9月	
	10月～12月	語学試験の勉強
留学開始年	1月～3月	選考、出願
	4月～7月	ビザ申請、取得、予防接種、滞在先の確保
	8月～9月	航空券購入、出発、1学期目開始
	10月～12月	冬休み(3週間ほど)
留学/帰国年	1月～3月	2学期目開始
	4月～7月	3学期目開始帰国
	8月～9月	
	10月～12月	

## 留学体験記

※ この留学先を選んだ理由、留学生活全般について、また、これから留学を志す後輩学生へのアドバイスなど、自由に記入してください。

私は多国籍文化であるアメリカで様々な価値観を学びグローバルな視点を持つ人になりたいと思い、留学を決断しました。ポートランドを選んだ理由は住みやすさ、英語のプログラムが併設されていたからです。しかし実際にはコロナの影響で街が変わり、ネットに書かれている情報とは異なる治安でした。また日本人も多くいて英語力が身に付くのか不安なことだらけでした。しかし、大切なことは目標に向かって自分から積極的に行動することだと思っています。私は未経験でラクロス部に入り、現地のアメリカ人がいるコミュニティで地区大会優勝、全米大会出場を果たしました。日本では経験できない経験をし、とても貴重な思い出になりました。また、日本人も多くいましたが全員で仲良くなり助け合える存在になりました。ポートランド州立大学は留学生が多くいて、様々なイベントも毎週のように開かれています。日本の事を好きな生徒も多くいますし、街の人はみんな優しいです。自然が多く、中心街にも近いこの大学は立地は素晴らしいと思います。ぜひ留学先で日本ではできない経験をしてほしいです！

そして就活に関してですが、私は就活をする前に、昔から夢見ている留学をして将来やりたいことを見つけられたらという想いで留学を始めました。しかし、やりたいことを見つけるのは簡単ではなく、その中で就活を始めました。留学の就活の並行は難しく、不安もたくさんありましたが、留学先だからこそ得られた価値観なども多くありました。就活を理由に留学をあきらめようと思っている方がいたら、実現できるということを伝えたいです。また一方で、留学に来てる友達の多くは1年卒業を伸ばす人も多くいました。自身の将来についてよく考え、留学先でやりたいことも見つかるかもしれません。多くの可能性を秘める留学はとてもいい経験になると思います。