

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2025年12月23日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	政治経済地域行政学科
留学(渡航)した時の学年	3年生
帰国年月日	2026年1月3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	アメリカ
留学先大学	カリフォルニア州立大学ノーサリッジ校(日本語名) California state university Northridge(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	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 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月下旬～12月下旬 2 学期: 3 学期: 4 学期:
学生数	36960人
創立年	1958年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (\$1) (1 現地通貨 = 160 円)	B 日本円	備考
授業料	7100	円	
宿舍費	9400	円	
食費	500	円	
図書費	62	円	
学用品費	100	円	
携帯・インターネット費		45000 円	
現地交通費	200	円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費	625	円	
旅費(留学中)	3125	円	
被服費	300	円	
医療費	0	円	
保険費	1000	46760 円	形態: 両大学指定
渡航旅費		250000 円	
ビザ申請費	535	円	
雑費	625	円	
その他	0	円	
その他	0	円	
合計 ※現地通貨 および 円	23572 (=3771520 円)	341760 円	
総計(A+B) ※円		4113280 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：東京 目的地：ロサンゼルス 経由地：

復路 出発地：ニューヨーク 目的地：東京 経由地：

渡航費用

- ① 往復チケットを購入した場合
航空会社：
料金：
- ② 片道ずつチケットを購入した場合
往路 航空会社：デルタ航空 料金：125000
復路 航空会社：JAL 料金：125000 ∴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： デルタ、JAL)
- 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： saguara 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 4)

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：

学校の紹介

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)

ある程度の快適さが備わっているが、きれいとはいいいがたい。また、学食必須であり、費用がかさむので出費を抑えたい人は避けたほうが無難。

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:)

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?

インターネットで収集し、いかにないようにした。

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。)

つながらないばしょもあったが特に問題はなかった。

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。)

基本は日本のクレジットカードを使っていた。現金も少し持ってきたが、途中足りなくなったのでATMでおろした。

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。

延長コードがおすすめ。りょうなので、コンセントをシェアしなければならないため、日本用のがったほうがいい。

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。)

渡航前に日本のクレジットカードで支払いした。

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 type="checkbox"/> 単位 <input checked="" type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由:今後するから)
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 checked="" type="checkbox"/> 派遣先大学の事務室 <input checked="" type="checkbox"/> オンライン <input checked="" 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)
INTRO TO BUSINESS		ビジネス入門
科目設置学部・研究科	ビジネス学部	
履修期間	16 週間	
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	講義(チュートリアル、講義形式等)	
授業時間数	1 週間に 75 分が 2 回	
担当教授	Fansa,Ryan	
授業内容	ビジネスについてアメリカを中心に世界全体の状況や概念に触れる	
試験・課題等	毎週リーディング及び小テスト、プレゼンテーション、中間にテストとレポート、期末テスト	
感想を自由記入	アメリカを中心に触れていきますが、日本などについてもなんども触れる機会がありました。とてもためになりました。	

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)
I NTRO TO POP CULTURE	ポップカルチャー
科目設置学部・研究科	英語学部
履修期間	16 週間
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	講義(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 75 分が 2 回
担当教授	Lim,Stephanie
授業内容	LA の文化を中心にポップカルチャーの存在意義を探究します
試験・課題等	毎週のリーディングとポップカルチャーを扱った課題、中間及び期末レポート
感想を自由記入	教授が積極的に生徒への意見や話し合いを求めるため、参加型の授業で非常に楽しかったです。LA の文化に触れるので日本では学べない内容でとても有意義です。

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)
mass communication	マスコミュニケーション
科目設置学部・研究科	ジャーナリズム
履修期間	16 週間
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	講義(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 75 分が 2 回
担当教授	Kim,Taehyun
授業内容	マスコミュニケーションの存在意義を歴史的背景をもとに分析します
試験・課題等	中間、期末試験、プレゼンテーション
感想を自由記入	tiktok 配信をしながら授業をするとても気さくな先生です。彼の英語は特に聞き取りやすいのでおすすめです。

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)
STRENGTH TRAINING	筋力トレーニング
科目設置学部・研究科	運動学部
履修期間	16 週間
単位数	1
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	活動型(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 50 分が 2 回
担当教授	Ruswick,Rex
授業内容	筋力トレーニングについての基本的な概念理解と実践を行います。
試験・課題等	数回のレポート、自身の成長記録
感想を自由記入	アメリカでは、筋トレは主流なので、いい経験になります。筋トレをしながら、クラスメイトとはなせるので仲良くなれます。

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)
PERSONAL DEFENSE	個人防衛
科目設置学部・研究科	運動学部
履修期間	16 週間
単位数	1
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	活動型 (チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 50 分が 2 回
担当教授	Komori,Timothy J
授業内容	合気道を基礎に個人防衛を学びます
試験・課題等	実践型テスト、レポート数回
感想を自由記入	日系アメリカ人の先生で非常に気さくな先生です。授業やクラスメイトを家族といふような感覚をもてるほど仲良くなれます。

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)
SOCGER I	サッカー1
科目設置学部・研究科	運動学部
履修期間	16 週間
単位数	1
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	活動型(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1 週間に 50 分が 2 回
担当教授	Avila, Leisa Lilian
授業内容	サッカーについて基本知識を入れ、技術も高めます。
試験・課題等	レポート数回、トーナメント形式
感想を自由記入	サッカー好きな人はぜひ取ってほしいです。サッカーを通じて多くの仲間が出来ました。

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:

1) 進路決定の際に活用したウェブサイト、書籍、機関等

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。

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	
	4月～7月	IELTS 勉強
	8月～9月	IELTS 受験
	10月～12月	留学申請
留学開始年	1月～3月	入学手続き
	4月～7月	留学手続き
	8月～9月	留学開始
	10月～12月	テスト、留学終了
留学/帰国年	1月～3月	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、留学生活全般等について、アドバイスを記入してください。

私は、多文化社会を体験するためにロサンゼルスを選択し、なるべく日本人が少ないカリフォルニア州立大学ノースリッジ校を選択しました。寮生活で4人組で暮らし、様々なバックグラウンドを持ったメンバーと母国語ではない英語を使った経験は、私にとってとても貴重な経験になりました。

留学において、最初の数日は、洗濯機の使い方や自販機の使い方など細かいところから日本とは違い、苦労することがありました。そのような負荷が自然と私が英語を使って周りに相談する、助けてもらうと言う行動につながりました。私は、初めての海外だったので、自立力も身につきました。そのため、旅行などで行ったことない国での暮らしを経験するとより自身の成長につながると思います。

留学生活では、様々な辛い部分が出てくると思います。しかし、それを乗り越えた時自身の成長につながり、さらに自国では経験できない生活環境を思う存分に楽しむことができます。行って後悔することはありません。今迷っている人がいたら是非行ってほしいです。