

【大学間協定留学】 留学報告書

記入日	2026年6月13日
明治大学の所属学部・研究科 ※学部・学科・研究科・専攻等	国際日本学部国際日本学科
留学(渡航)した時の学年	3年生
帰国年月日	2026年5月30日
明治大学卒業予定年月	2028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チャンネルアイランズ校(日本語名) California State University Channel Islands(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～2026年5月
留学先大学で在籍した学年	3～4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 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 checked="" type="checkbox"/> その他:形式上特定の学部には所属しているが、他学部の授業も履修していた。
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月中旬 2学期:1月下旬～5月下旬 3学期: 4学期:
学生数	5000人
創立年	2002年

留学費用			
留学費用項目	A 現地通貨 (1\$) (1 現地通貨 = 155 円)	B 日本円	備考
授業料	5600×2	1,736,000 円	
宿舍費	15492	2,401,260 円	ミールプラン含む
食費		100,000 円	
図書費		15,000 円	
学用品費		0 円	
携帯・インターネット費	360	55,800 円	Mint Mobile 使い放題
現地交通費		0 円	(<input checked="" type="checkbox"/> 大学まで徒歩・自転車)
教養娯楽費		150,000 円	
旅費(留学中)		600,000 円	ニューヨーク、サンフランシスコ、サンディエゴなど
被服費		0 円	
医療費		0 円	
保険費		400,769 円	形態: 明治大学+留学先大学
渡航旅費		300,000 円	
ビザ申請費		77,000 円	
雑費		50,000 円	
その他		0 円	
その他		0 円	
合計 ※現地通貨 および 円	(= 円)	5,585,829 円	
総計(A+B) ※円		5,585,829 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 目的地：LAX 経由地：

復路 出発地：LAX 目的地：成田 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：ZIP AIR 料金：70,000 円

復路 航空会社：ZIP AIR 料金：130,000 円

∴合計：200,000 円

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：ZIP AIR 公式サイト)

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：Anacapa Village) 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 人)

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：

大学側から案内があった。

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)

Anacapa village は 1 人部屋があるので、自分のプライベートも確保しつつ、ルームメイトとも仲良くなれる。また、他の寮と比べても費用に大きな差がない為、この寮を 1 番お勧めする。また、ルームメイトとの相性や仲良くなれるかどうかは個人の性格や運による部分が大いと思う。私の場合、1 人は内向的な性格であった為、他の 2 人と関わるが多かった。

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: _____)

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?

大学周辺は日本と同じくらい安全で基本的に犯罪等は聞いたことがない。ただ、旅行や知らない町に初めて行くときは、事前にインターネットなどで下調べしておくことを強くお勧めする。

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。)

Mint Mobile という通信会社を使用したが、特に問題はなく使用でき、他の会社と比べても比較的リーズナブルであった。学校のwi-fiは日本と比べると若干弱めではあったが、慣れれば気にならない程度。

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け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。)

日本のクレジットカード2枚(visa)と日本円の現金数万円程を持って行った。現金は友達に立て替えてもらったお金を払う時に使う機会が多く、準備しておくといい。一度クレジットカードのキャッシングを利用したが、手数料が非常に高かった為、空港等で一度に円からドルに両替するのが最善だと思う。

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ください。

アメリカでも大抵のものは手に入るが、日本製品や日本食は少なくとも倍以上する為、現地で買うのはなるべく避けた方がよい。特に、アメリカの食事は単調で飽きてしまう為、お気に入りの日本食や調味料等は大量に持っていくことをお勧めする。

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。)

日本のクレジットカードで支払った。手数料が非常に高かった為、他に安い方法があったかもしれない。支払期限は学期が始まる割と直前だったと思う。大学側から詳しい情報については連絡があった。

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。
24 単位		<input type="checkbox"/> 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)
Intro to Asian American Studies		アジアアメリカンスタディーズ入門
科目設置学部・研究科	Asian American Studies	
履修期間	Fall 2025	
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(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	Lily Anne Tamai	
授業内容	アメリカに住むアジア系の人々の差別や排斥の歴史、アイデンティティ、文化等を学ぶ。	
試験・課題等	小課題(短い動画を見て質問に答えるなど)、中間・期末テスト、期末レポート(1500 語程度)	
感想を自由記入	ethnic study ということで概念的な話が多く内容は少し難しかったが、すごく丁寧で優しい先生だった為、好きな授業の 1 つだった。他の授業に比べてかなり英語を聞く量が多いので、耳もかなり慣れたと思う。ただ、課題の量は非常に多いので注意した方がいい。 また、先生が日本にルーツを持つ方で日本語も話せるので、困った時は助けになってくれると思う。	

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)
Introduction to Global Studies	グローバルスタディーズ入門
科目設置学部・研究科	Global Studies
履修期間	Fall 2025
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(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	Christopher Scholl
授業内容	世界の経済や政治のしくみ、環境や社会問題等の幅広い分野を知ることによって、世界全体の動きやつながりを学ぶ。
試験・課題等	マップテスト4回、中間・期末テスト、中間・期末レポート(750語程度)
感想を自由記入	先生がすごく面白く、扱う内容も身近な話題が多かった為、お気に入りの授業の1つだった。また、留学生に興味を持ってくれる人が多かった為、友達も作りやすいと思う。

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)
Composition and Rhetoric	文章構成と修辞学
科目設置学部・研究科	English
履修期間	Fall 2025
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(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	Vicente Ruvalcaba
授業内容	英語のレポートや論文の基本的な書き方から文章構成や論理展開といった説得力のある文章の作り方を学ぶ。
試験・課題等	小課題、ライティングジャーナル4回(750語程度)
感想を自由記入	ライティングが苦手な私にとっては少し大変だったが、日本との論文の書き方の違いなどが分かり、他の授業の課題などにも役に立った。

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)
Introduction to Steel Drumming	スティールドラム入門
科目設置学部・研究科	Black Studies
履修期間	fall 2025
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(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	Raymond Mcnamara
授業内容	スチールドラムを皆んなで合わせて練習する。
試験・課題等	特にない。
感想を自由記入	課題やテストがなかったので、良い気分転換にもなった。

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)
Introduction to Chicano Studies	チカーノスタディーズ入門
科目設置学部・研究科	Chicano Studies
履修期間	Spring 2026
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(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に75分が1回
担当教授	Raul Moreno Campos
授業内容	アメリカに住むメキシコ系の人々の歴史や文化等について学ぶ。
試験・課題等	小課題、中間・期末レポート(1250語程度)
感想を自由記入	課題はかなり少なかったが、内容は少し抽象的な話が多かった。実際にチカーノにルーツを持つ学生が多く受講していた。

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)
Public Speaking	パブリックスピーキング
科目設置学部・研究科	Communication
履修期間	Spring 2026
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(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	Christina Smith
授業内容	週2回の内、1回はスピーチの効果的な方法や知識について学ぶ講義形式、もう1回は実際にプレゼンなどで英語を話すアクティビティ形式に分かれている。アクティビティの授業では、プレゼンテーションの機会が5回あった。
試験・課題等	小課題、期末テスト、プレゼン5回
感想を自由記入	英語を人前で話す練習をする目的として取ったが、プレゼンの構成方法や聞き手に伝わりやすい話し方のコツなどプレゼンに関する実践的なことについても多くを学ぶことができた。

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)
Intro to Psychology	心理学入門
科目設置学部・研究科	Psychology
履修期間	Spring 2026
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(チュートリアル、講義形式等)
授業時間数	1週間に170分が1回
担当教授	Ellen Lewis
授業内容	心理学の基本的な知識について学ぶ。
試験・課題等	小テスト14回、小課題14回、中間・期末レポート(500語程度)、期末テスト
感想を自由記入	課題は少なく、授業の最後に毎回ディスカッションの時間があった。内容は面白かったが、授業の時間が1度に3時間の為、少し大変だった。

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)
International Politics	国際政治
科目設置学部・研究科	Political Science
履修期間	Spring 2026
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(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	Christopher Scholl
授業内容	現在世界で起こっているニュースや問題を取り上げながら、主に現代の国際政治がどのように機能しているのかを学ぶ。
試験・課題等	マップテスト2回、中間・期末テスト、中間・期末レポート(750語程度)
感想を自由記入	Global Studiesと同じ先生で慣れていたこともあって取った。授業内容は現在起こっている国際問題などにそのまま通じるものが多く、非常に興味深かった。 また、アメリカや世界のニュースに関する現地の学生の意見も聞ける為、すごく勉強になった。

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:

2) 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。

私の場合は大学3年次の秋から1年間留学したが、留学だけに専念したかった為、就職活動は行わなかった。今後は休学し、卒業を1年延ばして就職活動に専念することも視野に入れている。就職活動には卒業後も取り組む機会があるが、長期留学は学生時代だからこそ挑戦できる貴重な経験だと思う。その為、少しでも留学に興味があるのであれば、就職活動との兼ね合いを過度に心配するよりも、まずは留学に挑戦することを強くお勧めする。

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	英語学習
	4月～7月	英語学習
	8月～9月	TOEFL 受験
	10月～12月	出願
留学開始年	1月～3月	渡航先決定
	4月～7月	ビザ申請～取得、航空券取得
	8月～9月	秋学期開始
	10月～12月	中間期末試験
留学/帰国年	1月～3月	春学期開始
	4月～7月	中間期末試験、就活
	8月～9月	就活
	10月～12月	就活

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。

カリフォルニア州立大学チャンネルアイランズ校は、ロサンゼルスから車で 1 時間ほどの場所にあります。ただ、キャンパスの周りは、山や畑に囲まれた自然豊かな場所で、ロサンゼルスとは真逆の雰囲気です。最寄りのスーパーマーケットへ行くのにも 6, 7 キロ程離れた町の中心部まで移動する必要がある為、車がなければキャンパスの外へ出ることも難しいです。キャンパス自体もアメリカの中ではかなり小規模で、大学内でのイベントやクラブ活動もそれほど多くはない。その為、派手なアメリカのキャンパスライフを期待している人にとっては物足りないと感じるかもしれません。一方で、1 クラス 20~30 人ほどの少人数授業が多い為、教授やクラスメートとの距離が近く、アットホームな雰囲気での授業が受けられることはかなり魅力だと思う。また、この地域は気候が本当に穏やかで、1 年中 20 度前後の過ごしやすい晴天の日がほとんどです。カリフォルニアは非常に広大な為、地域によって気候差がかなり大きく、北部のサンフランシスコまで行くと少し肌寒い日や雨の日が多く、ロサンゼルス周辺に行くとかなり暑い日が多いです。その中でも、この地域は個人的にこれ以上ない理想的な気候だったと感じています。実際、留学中に気持ちが落ち込むことがあっても、外に出て空気を吸うだけで、そんな悩みもどうでもよく感じられることがありました。

振り返ると 9 カ月間の留学生活は本当にあっという間で、今ではキャンパスでの日常やルームメイトが恋しいと感じています。留学に行きたい理由は人それぞれだと思いますが、少しでも興味があるなら挑戦してみる価値は十分にあると思います。私自身もこれといった目的があったわけではなく、異国の慣れない環境で生活をしたりコミュニケーションを取ってみたいといった漠然とした興味がきっかけでしたが、本当に多くのことを学び、心から行って良かったと思っています。あまり多くは語りませんが、留学は SNS でよく見るような楽しいことばかりというわけではなく、辛いことや大変なことも山ほどあります。ただ、そうした経験も全部含めて、異国の地で生活しながら様々な人と関わったということは、これから先の人生で一生涯の財産になると思います。