

留 学 報 告 書

記入日:2018年1月23日

所属学部／研究科・学科／専攻	農学部食料環境政策学科
留学先国	アメリカ合衆国
留学先高等教育機関名 (和文及び現地言語)	和文: カリフォルニア州立大学フラトン校 現地言語: California State University, Fullerton
留学期間	2017年8月～2017年12月
留学した時の学年	4年生(渡航した時の学年)
留学先での学年	4年生(留学先大学で在籍した学年)
留学先での所属学部等	<input checked="" type="checkbox"/> 特定の学部等に所属しなかった。
帰国年月日	2017年12月23日
明治大学卒業予定年	2019年3月
留学先大学について	
形態	<input type="checkbox"/> 国立 <input type="checkbox"/> 公立 <input type="checkbox"/> 私立 <input type="checkbox"/> その他
学年暦	1学期:1月下旬～5月下旬 2学期:8月中旬～12月中旬 3学期: (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)
学生数	約38000人
創立年	1957年

留学費用項目	現地通貨(\$)	円	備考
授業料	5622	約630000円	
宿舍費	7779	約870000円	single apartment 5 days meal plan
食費	500	約56000円	土日、サンクスギビングホリデーの分の食費
図書費	200	約22000円	教科書代
学用品費	0	0円	
教養娯楽費	0	0円	
被服費	500	約56000円	
医療費	0	0円	
保険費	1300	約140000円	形態:現地の保険(JCB)約768ドル+明治大学の 保険(東京海上日動火災保険)約5万
渡航旅費	1800	約160000円	
雑費	1000	約100000円	
その他		円	
その他		円	
その他		円	
合計	18701	約203万円	1ドル113円で計算

渡航関連

渡航経路:羽田⇄ロサンゼルス国際空港

渡航費用

チケットの種類	エコノミー(アメリカンエアライン)
往路	8万
復路	8万
合計	16万

渡航に際して利用した旅行会社やガイドブックを教えてください。

明大サポートに頼み、航空券を手配してもらいました。

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)

大学内の寮(シングルアパートメント)

2)部屋の形態

個室 OR 相部屋(同居人数 4人)

3)住居を探した方法:

大学の寮の案内のメールに従い、手続きをしました

4)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)

私が住んでいたシングルアパートメントは、4人分の各々の寝室があり、バスルームとリビング、キッチンが4人で共同で使うものでした。費用が少し高い分、とても清潔で使いやすかったのですが、ルームメイトを同国籍同士でまとめられる傾向にあります。私の場合、入居した当初は4人も日本人だったのですが、ハウジングオフィスに明治大学を通して交渉して約2か月後にアメリカ人のルームメイトと住むようになりました。

現地情報

1)現地で病院にかかったことはありますか? 大学内の医務室/診療所や付属病院等で医療サービスを受けることは可能でしたか?

利用する機会が無かった

利用した: デンタルフロスが歯に挟まり、歯科に行きましたが保険適用内でした

2)学内外で問題があったときには誰に相談しましたか。留学先大学に相談窓口はありましたか。

現地の友達、ルームメイト International Office (CollegePark2階)

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?

在ロサンゼルス大使館から、注意喚起メールがたまに送られてきました。犯罪に巻き込まれたことはなかったのですが、学校の近くで山火事が起きたり、夜中のキャンパスに野生のコヨーテが出没しキャンパスポリスが見回りを行っていることなどがありました。

4)パソコン、携帯電話、インターネット(接続について)現地での利用はいかがでしたか。

(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。)

大学内にはWi-Fiが飛んでいて、いつでもネットにアクセスできます。

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、クレジットカードも併用していた。)

クレジットカードと、デビットカードを併用して使っていました。

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ください。

常備薬、コンタクトレンズ、眼鏡、あと家族写真などは話のネタになります

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、渡航前に留学先大学から指示があった、渡航後のオリエンテーションで支払いに関する案内があった等)

授業料の支払いは渡航前の7月が渡航後の8月です。私は明治大学の奨学金の申請書類を渡航前にすべて提出しておきたかったため、7月に送金で支払いました。(申請書類には、授業料支払い済みを証明する書類が必要になります。)クレカ支払いは、渡航後に自分専用のポータルサイトを作ってからでないと支払えません。

卒業後の進路について

1) 進路
<input checked="" type="checkbox"/> 就職 <input type="checkbox"/> 進学 <input type="checkbox"/> 未定 <input type="checkbox"/> その他:
2)進路決定の際に参考にした資料、図書、機関など
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、或は入社すると決定した企業の名前のみでも構いません) ※1～3年生で、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。
メーカー・教育・金融・旅行 まだ幅広く業界を見ている段階です。
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。) ※1～3年生で、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。
留学を通して希望の業界は大幅に変わってはいませんが、留学中に心から自分の仕事に誇りを持っている人々を見て、自分もあのように誇りを持てる仕事を見つけないかと思うようになりました。留学前には、学内の企業セミナーに参加したり、インターンシップに行ったりしていました。
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、留学希望者に向けたアドバイスをお願いします。

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してください)

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 type="checkbox"/> 単位認定の申請はしません(理由:)
2)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):
introduction to political science	政治経済学入門
科目設置学部・研究科	political science
履修期間	8 月から 12 月
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	講義形式(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	David Traven
授業内容	前半はホブスやロックの理論などの政治哲学を学び、後半は政治哲学の面から現在起こっているイランの核開発問題などを分析する。
試験・課題など	5 枚分のエッセイを 2 回提出 中間テスト 期末テスト
感想を自由記入	私は政治哲学に関する知識が全くなかったため、一番ついていくのがハードな授業でした。専門用語が多いので、毎回授業前に調べていました。現在の世界を取り巻く国際問題を学ぶ上で、古典的な理論・考え方を学ぶことが原点となるのだと思いました。

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):	
Global Environmental Problem		地球環境問題	
科目設置学部・研究科	geography		
履修期間	8月から12月		
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	講義形式(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	Brian McCabe		
授業内容	人口増加、大気汚染、水質汚染など 週ごとにテーマが異なります		
試験・課題など	毎週の課題 5枚のペーパーが2回 小テストが4回 1回プレゼン 中間テスト 期末テスト		
感想を自由記入	明治大学の授業で学んでいることと近かったため、一番理解がしやすい授業でした。1年生用の授業で、環境問題を幅広く学べます。教授は留学生にとっても理解があり、授業で毎回日本の例を出してくださったり、気にかけてくださいました。とてもおすすめです。		

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):	
The teaching experience		教育学入門	
科目設置学部・研究科	Education		
履修期間	8月から12月		
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	セミナー形式(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	Faith Jennings		
授業内容	教員になるために必要な資質とはなにか考える		
試験・課題など	週一で学内の保育園にフィールドワークに行き、レポートを書く テストはなく、その代わりにプレゼンと7枚のペーパーがある		
感想を自由記入	この授業は受講人数が16人と少人数なうえ、ディスカッションの時間が多く取られていたため、いろいろな人の教育観を知ることができました。また他の授業と異なり、保育園でのフィールドワークが必須だったため、日本とアメリカの教育方針の違いを肌で感じる事ができました。私は明治大学で教職を取っていたので、この経験は教員を考えるにあたり有意義なものでした。		



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):	
Global Cuisine		世界の食文化	
科目設置学部・研究科	geography		
履修期間	8月から12月		
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	講義形式(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	Robert Voeks		
授業内容	野菜などの食べ物の性質・成分や、人体にもたらす作用、古代からの食べ方などを学ぶ。		
試験・課題など	中間テスト 期末テスト 異国料理のレポート 食に関する映画のレポート ファーマーズマーケットの調査レポートなど		
感想を自由記入	唯一の300番台の授業でしたが、内容が分かりやすいものだったため授業についていくのにそれほど苦勞はしませんでした。扱う内容も、昆虫食や宗教における食のタブーなど、興味深いものばかりで、新しい知識が身に着けられました。授業内に食用の昆虫や珍しいフルーツ、カカオの濃度の濃いチョコレートを食べる機会があり日本の大学ではできないような体験ができました。		



留学に関するタイムチャート

2016年 1月～3月	留学の情報を集める TOEFL の勉強
4月～7月	TOEFL を受験する
8月～9月	協定校留学に応募すると決め、去年のデータをもとにして情報収集 具体的には、留学フォーラムのようなものに行き、大学の担当者との話を聞いた
10月～12月	出願 選考
2017年 1月～3月	留学先について情報収集
4月～7月	出願書類作成 奨学金・寮・ビザの手続き
8月～9月	出国 秋学期開始
10月～12月	授業 中間・期末テスト
2018年 1月～3月	帰国
4月～7月	
8月～9月	
10月～12月	

留学体験記

留学しようとした理由	理由は主に2つあり、自分の研究のためと異文化理解です。私は卒業論文の研究として、『食品ロス削減におけるフードバンクの役割』に焦点を当てています。そのため、フードバンク発祥の地である米国をたずねて調査をしたいと思っていました。また、若いうちに自分とは異なった文化を持つ人々の考え方や生き方を知ること、自分の将来の幅を広げたいと思っていました。大学を卒業しつた社会に出してしまうと、相当な目的を持っていないければ、仕事を辞めてまで留学をするという決断が難しいのではないかと思います、学生のうちに留学することを決めました。
留学のためにした準備、しておけば良かったと思う準備	語学学習と、自分が話せるネタを作っておくことです。留学中は、明治大学で学んでいる分野と異なる学問を学びたいと思っている人も多いと思います。授業を受ける前に一通り専門用語に目を通してただで、授業の内容の理解度が大きく変わってくると思います。また、自分の名前の由来や留学の理由、何を学んでいるかなど一通り初対面で聞かれそうなことをあらかじめ英語で練習しておくことで、会話がスムーズにすすみます。また、個人的な情報だけでなく政治や宗教についても自分の意見を英語で述べられるように練習しておくといいと思います。私は、なぜ大半の日本人が宗教を持たないのかルームメイトに尋ねられうまく答えられず、もどかしい思いをしました。
この留学先を選んだ理由	1つは、学びたい分野の授業があったことです。CSUFには地理学の専攻があり、環境政策の進んでいるカリフォルニア州で地理学を学びたい私にはうってつけの場所でした。2つ目は、南カリフォルニアという移民が多い地域で学ぶことで、より多文化共生への理解が深まると思ったからです。また、ロサンゼルスに電車で約1時間と交通の便もよく、気候も一年を通してあたたかく過ごしやすいというフラトンという町の特徴も気に入りました。
大学・学生の雰囲気	現地の学生の人種は様々でした。メキシコまで約2時間半という地理的な特徴もあり、約半数以上の生徒がヒスパニック系でしたが、アジア系の生徒も多かったです。年齢も多種多様で、結婚している30代の学生や、子供がいる学生もいました。現地学生はみな穏やかで優しく、レポートの添削を申し出てくれたり、授業の内容をわざわざまとめてくれたりしました。留学生は、日本人は比較的少なくてドイツやインドからの留学生が多かったです。ほぼ毎日快晴という気候に比例してか、学内は緑が豊かででのんびりとした雰囲気ででした。学内に植物園があります。
寮の雰囲気	学内の寮に住んでいました。各々自分の寝室を持ちますが、バスルームとキッチン、リビングは4人で共同で使います。清潔でとても快適です。電子機器に関しては、電子レンジや冷蔵庫はついていますが、テレビはありません。また、ベッドシーツや布団なども買う必要があります。共有のスペースでは、ルームメイトと話したり、お菓子を作ったりしていました。寮でのイベントはあまりありませんでしたが、月1で行われるフロアミーティングがあり、そこで他の寮の住民と顔見知りになります。寮に安全を求める場合は、この学内の寮を選ぶ良いと思います。CSUFの生徒が多く住んでいる学校近いのアパートメントでは、毎日のようにパーティが行われており、マリファナを吸っている人が多くいました。
交友関係	私はTravel Association、Adventure club、Japanese culture clubの3つのサークルに所属しており、またレクリエーションセンター主催の週1のベリーダンスレッスンにも通ってました。そこでたくさん友達が出来ました。このようなイベントで一回出会う話したとしても、次遊びに誘うにはなかなかためらいがありました。ですが、自分から積極的にごはんに誘ったり、日本食をふるまったりすることでどんどん深い関係が築けるようになりました。私は、積極的な行動を心掛けたことで、海を越えたかけがえのない友情を築くことができました。留学が終わった今でも、毎日連絡を取り合っています。
困ったこと、大変だったこと	留学当初、ルームメイトが4人全員日本人でした。これでは多文化理解と語学力の向上が見込めないと考え、入居日の翌日に4人全員でルームチェンジの要請をしにハウジングオフィスとインターナショナルオフィスまで交渉にいきました。ですが、最初の段階では、ルームメイトに暴力を振るわれた、自分のものを盗まれたといったような緊急を要する事態でしかルームチェンジを受け付けないと言われ、できませんでした。結局明治大学を通してルームチェンジの希望を出すことで、受け入れてもらえアメリカ人の学生と住むことができましたが、それには約2か月という長い時間がかかりました。

学習内容・勉強について	私は明治大学では農学部に所属しているため、地理学・環境学を中心に授業を取っていました。授業の大部分は講義形式ですが、周りの人との意見交換なども多かったです。そのため、どんなときでも講義に集中するように心がけていました。初めて学ぶことも多く、予習復習が追い付かず落ち込むときもありましたが、オフィスアワーに教授に質問をしに行ったり、クラスメイトに勉強を手伝ってもらったりして、追い付けるように努力しました。
課題・試験について	課題の量は膨大で、毎週の宿題が出されました。その中でも中間、期末ごとに出される約 6 枚ほどのリサーチペーパーがとても重かったです。私は、地球環境問題の授業ではアメリカの稲作について、政治経済学入門では、米国の医療保険制度を政治哲学の観点から分析するものと、イランの核開発について、教育の授業では学生時代の妊娠が教育に与える影響、食文化の授業ではレバノン料理の起源について書きました。アメリカのペーパー課題は書き方が決まっておりそれに従わないといけない上、自分の知識のない事柄について調べ、英語で多量な文章を書くことは、とても大変で、期限近くになると寝る時間もないこともありましたが、日本にいたら得ることができなかった新しい知識を得たことで、成長できたと感じます。試験に関しては、事前に配布される試験ガイドをもとに勉強をすれば、単位は落とさないと 생각합니다。
大学外の活動について	卒業論文の研究のために、月一でアーバインにあるオレンジカウンティセカンドハーベストというフードバンク(生きるために十分な量の食料が足りない人のために、大手食品会社や小売りなどから余った食品を受け取り、配布するシステム)の倉庫で、これから配布する食料を仕分けるボランティアを行っていました。卒論のネタを仕入れられただけでなく、同じくボランティアに来ていたカリフォルニア大学の生徒や、近辺の企業の方と知り合いになることができました。
留学を志す人へ	『自分らしさのある留学の目的・目標をつくる』 せっかく大きなお金を払って留学するのだから、漠然とただ過ごしているだけではもったいないです。帰国したときに、『私は留学中に〇〇をしてきた!』と自信をもって言えるようになるために、英語力向上・異文化理解に加えてなにかオリジナリティのある自分らしい目標・目的を持つとよいと思います。そうすれば、留学生活はもっと濃いものになる上に、行動力や自信も身につくと思います。

一週間のスケジュール(例)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前中	保育園実習	授業	授業	授業	授業	サークルのイベント	図書館で自習
	授業	授業	授業	授業	ボランティア	イベント	自習
午後	授業	友達とアイスを食べに行く	授業	自習	ボランティア	イベント	自習
	自習	自習	自習	自習	ボランティア	イベント	自習
夕刻	自習	授業	JCC	授業	自習	イベント	自習
夜	日本食パーティ	自習	JCC	ベリーダンス	自習	自習	夕ご飯を食べに行く